

Onani-Masturbasi Perspektif Fikih dan Kesehatan: Analisis Hukum Islam Terhadap Fenomena Masturbasi Digital di Era Kontemporer

Anto Apriyanto, Febriyani

Universitas Muhammadiyah Bekasi Karawang, Universitas Muhammadiyah Jakarta
antoapriyanto@ibm.ac.id, 24050700032@student.umj.ac.id

ABSTRACT

Masturbation (istimnā') has become increasingly relevant in the digital era due to the widespread availability of pornography, the emergence of Pornography, Masturbation, and Orgasm (PMO), and the use of Video Call Sex (VCS) among couples in Long Distance Marriages (LDM). This study examines the legal status of masturbation according to the four Sunni schools of Islamic jurisprudence and contemporary scholars, its medical implications, and the phenomena of PMO and VCS through the framework of maqāṣid al-sharī'ah. This qualitative normative library research employs content analysis of the Qur'an, Hadith, classical juristic works, fatwas, and medical and psychological literature. The findings indicate that masturbation is fundamentally prohibited according to the four schools, although some scholars allow it as a legal concession to prevent adultery under exceptional circumstances. Medically, masturbation is not inherently harmful when practiced moderately, but excessive behavior associated with pornography may cause addiction and psychological disorders. Applying maqāṣid al-sharī'ah offers a contextual Islamic legal framework for addressing contemporary sexual issues in the digital age.

Keywords: Masturbation, istimnā', PMO, Video Call Sex, maqāṣid al-sharī'ah.

ABSTRAK

Fenomena onani (istimnā') semakin relevan di era digital seiring meningkatnya akses terhadap pornografi, munculnya fenomena Pornography, Masturbation, and Orgasm (PMO), serta praktik Video Call Sex (VCS) pada pasangan Long Distance Marriage (LDM). Penelitian ini bertujuan menganalisis hukum onani menurut ulama empat mazhab dan ulama kontemporer, mengkaji dampaknya dari perspektif kedokteran, serta menganalisis PMO dan VCS melalui pendekatan maqāṣid al-syarī'ah. Penelitian ini menggunakan metode library research dengan pendekatan kualitatif-normatif dan analisis isi terhadap Al-Qur'an, hadis, kitab fikih, fatwa, serta literatur kesehatan dan psikologi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hukum asal onani menurut empat mazhab adalah haram, meskipun sebagian ulama memberikan rukhsah dalam kondisi darurat untuk mencegah zina. Dari aspek medis, onani tidak selalu berbahaya jika dilakukan secara terbatas, tetapi praktik berlebihan yang disertai pornografi berpotensi menimbulkan kecanduan dan gangguan psikologis. Pendekatan maqāṣid al-syarī'ah diperlukan agar hukum Islam tetap kontekstual dalam menghadapi tantangan seksual di era digital.

Kata kunci: onani; istimnā'; PMO; Video Call Sex; maqāṣid al-syarī'ah.

PENDAHULUAN

Belakangan ini, kemunculan fenomena kasus onani dan masturbasi di tempat umum semakin mengkhawatirkan, salah satunya kasus Bus Transjakarta pada Januari 2026, dua pria berinisial HW dan FTR ditetapkan sebagai tersangka setelah melakukan masturbasi di dalam bus Transjakarta rute 1A (Balai Kota-Pantai Maju).

Korban awalnya tidak menyadari tindakan tersebut dan mengira cairan yang mengenai pakaiannya berasal dari pendingin udara. Kasus terbongkar setelah penumpang perempuan lain berteriak melihat aksi tersebut. Keduanya dijerat dengan Pasal 406 KUHP Nasional tentang perbuatan asusila di muka umum, dengan ancaman pidana penjara maksimal 1 tahun atau denda Rp10.000.000 (Mulia Budi, 2026).

Di dalam surah Al-Mukminun ayat 5-7, Allah berfirman:

وَالَّذِينَ هُمْ يَفْرُوجُهُمْ حَافِظُونَ () إِلَّا عَلَىٰ أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ () فَمَنْ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ ()

"Dan orang-orang yang menjaga kemaluannya, kecuali terhadap istri-istri mereka atau budak yang mereka miliki, maka sesungguhnya mereka dalam hal ini tidak tercela. Barangsiapa mencari yang di balik itu, maka mereka itulah orang-orang yang melampaui batas."

Ayat ini menjelaskan bahwa kemaluan hanya boleh digunakan untuk hubungan dengan istri atau budak wanita yang dimiliki. Segala sesuatu selain itu dianggap sebagai bentuk pelampauan batas (*al-'adun*) (Ibn Katsir: 1998 M: 4: 403-404).

Isu onani ini menjadi semakin relevan dibahas di era digital, ketika kemudahan akses terhadap konten pornografi turut mengubah pola dan frekuensi perilaku masturbasi, khususnya di kalangan remaja dan dewasa muda (Rukmila, 2025: 57). Fenomena yang belakangan populer disebut PMO (Pornography, Masturbation, Orgasm) menjadi wacana baru yang penting dibahas dalam perspektif Islam (Agus, 2024).

Selain itu, umat juga dihadapkan oleh salah satu isu kontemporer yang relevan yaitu fenomena pasangan suami-istri yang menjalani **Long Distance Marriage (LDM) selama berbulan-bulan** yang menggunakan **Video Call Sex (VCS)** sebagai sarana pemenuhan kebutuhan seksual. Melakukan VCS hingga *istimnā'* atau onani untuk menolak bahaya yang lebih besar yaitu berzina.

Sementara itu, menjaga kemaluan merupakan sifat orang mukmin, Aktivitas onani didefinisikan sebagai upaya pengeluaran mani (sperma) tanpa melalui proses persetubuhan, baik dengan menggunakan tangan sendiri, tangan orang lain, maupun cara lainnya. Dalam perspektif fikih, para ulama dari berbagai mazhab memiliki pandangan yang beragam mengenai hukum onani. Perbedaan ini bersumber dari interpretasi terhadap ayat-ayat al-Qur'an dan hadits Nabi, serta penerapan kaidah-kaidah ushul fikih dalam menetapkan hukum. Sementara dari sisi kesehatan, dunia kedokteran modern juga menyajikan temuan-temuan yang kadang saling bertolak belakang mengenai dampak onani terhadap kesehatan fisik dan psikis pelakunya.

Urgensi pembahasan ini perlu adanya, baik dari sisi agama yakni pendapat para ulama mengenai hukum onani yang bersumber dari Al-Quran dan Hadits, juga temuan-temuan kedokteran modern mengenai dampak onani terhadap kesehatan fisik dan psikis bagi pelakunya. Sehingga makalah ini disusun untuk memberikan pemahaman yang komprehensif tentang onani dari aspek fikih dan kesehatan.

TINJAUAN LITERATUR

Pengertian Onani

Onani dan masturbasi menurut KBBI bermakna pengeluaran mani (sperma) tanpa melakukan sanggama (KBBI, 2025). Penyebutan onani dikhususkan untuk laki-laki, sedangkan masturbasi untuk wanita (Wijaya, 2019). *Istimnā'* kata dalam Bahasa Arab diartikan dengan mengeluarkan mani tanpa melalui hubungan seksual (*jima'*), baik yang dilakukan dengan cara yang haram, seperti mengeluarkannya dengan tangan sendiri untuk mencari kenikmatan syahwat, maupun dengan cara yang tidak haram, seperti mengeluarkannya melalui tangan istrinya, pengertian ini disebutkan dalam kitab Al-Mausu'ah Al-Fiqhiyyah Al-Kuwaitiyyah (Kementerian Wakaf dan Urusan Keislaman, 1404 H: 97). Sedangkan menurut ilmu kedokteran, onani dan masturbasi adalah aktivitas umum yang melibatkan menyentuh alat kelamin atau area sensitif lainnya di tubuh untuk membangkitkan gairah atau kenikmatan (Ajmera, 2025).

Dalil Al-Quran dan Hadis Mengenai Onani

- QS. Al-Mukminun ayat 5-7:

وَالَّذِينَ هُمْ لِأُزْوَاجِهِمْ حَافِظُونَ () إِلَّا عَلَىٰ أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ () فَمَنْ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ ()

"Dan orang-orang yang menjaga kemaluannya, kecuali terhadap istri-istri mereka atau budak yang mereka miliki, maka sesungguhnya mereka dalam hal ini tidak tercela. Barangsiapa mencari yang di balik itu, maka mereka itulah orang-orang yang melampaui batas."

- QS. Al-Nur ayat 31:

وَقُلْ لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ

"Katakanlah kepada para perempuan yang beriman hendaklah mereka menjaga pandangannya, memelihara kemaluannya..."

- Hadits Ancaman bagi Pelaku Onani

عن أنس بن مالك عن النبي - صلى الله عليه وسلم - قال: "سبعة لا ينظر الله عز وجل إليهم يوم القيامة ولا يذكهم، ولا يجمعهم مع العالمين، يدخلهم النار أول الداخلين إلا أن يتوبوا إلا أن يتوبوا، فمن تاب تاب الله عليه، الناكح يده، والفاعل والمفعول به، ومدمن الخمر، والضارب أبويه حتى يستغيثا، والمؤذي جيرانه حتى يلعنوا، والناكح حليمة جاره".

Dari Anas bin Malik, dari Nabi ﷺ, beliau bersabda: *"Ada tujuh golongan yang Allah tidak akan melihat mereka pada hari kiamat, tidak menyucikan mereka, tidak mengumpulkan mereka bersama orang-orang yang mulia, dan memasukkan mereka ke dalam neraka sebagai orang-orang yang pertama masuk, kecuali jika mereka bertaubat kecuali jika mereka bertaubat kecuali jika mereka bertaubat. Barangsiapa bertaubat, maka Allah menerima taubatnya. Mereka adalah: orang yang menikahi tangannya (melakukan onani), orang yang melakukan perbuatan homoseksual baik pelaku maupun objeknya, pecandu khamar, orang yang memukul kedua orang tuanya sampai mereka meminta pertolongan, orang*

yang menyakiti tetangganya hingga mereka melaknatnya, dan orang yang berzina dengan istri tetangganya."(Al-Bayhaqi, 2003 M: 7: 329-330).

قال البخاري في "التاريخ" قال قتبية عن حميد هو الرؤاسي عن مسلمة بن جعفر عن حسان بن حميد عن أنس بن مالك قال: يحيى الناكح يده يوم القيامة ويده حبل.

Imam al-Bukhari berkata dalam kitab *al-Tārikh*: Qutaibah meriwayatkan dari Humaid yaitu al-Ru'āsī dari Maslamah bin Ja'far, dari Hassan bin Humaid, dari Anas bin Malik, ia berkata: "*Orang yang menikahi tangannya (melakukan onani) akan datang pada hari kiamat dalam keadaan tangannya hamil.*" (Al-Bayhaqi, 2003 M: 7: 330).

Faktor-faktor yang Mendorong Seseorang Melakukan Onani

Sebagaimana dikutip dari jurnal Rijal Nurdin dkk, faktor faktor penyebab terjadinya onani (*istimnā'*), antara lain: (Nurdin et. al., 2025: 1747-1748)

a. Faktor biologis

Dorongan seksual merupakan bagian dari fitrah manusia yang muncul akibat perkembangan biologis, terutama pada masa pubertas dan perubahan hormonal. Ketika dorongan tersebut tidak disalurkan melalui jalan yang halal, seseorang dapat mencari cara lain untuk meredakan dorongan tersebut, termasuk melalui onani.

b. Faktor psikologis

Kondisi kejiwaan seperti stres, kecemasan, kesepian, tekanan emosional, dan lemahnya pengendalian diri dapat mendorong seseorang menjadikan onani sebagai bentuk pelampiasan atau cara memperoleh ketenangan sementara.

c. Faktor lingkungan dan media

Kemudahan akses terhadap teknologi, internet, dan konten pornografi dapat menjadi pemicu kuat karena memberikan rangsangan seksual yang berlebihan. Lingkungan sosial yang kurang memperhatikan nilai agama dan moral juga dapat melemahkan kontrol seseorang terhadap perilaku seksualnya.

d. Faktor keterlambatan menikah

Kesulitan ekonomi, pendidikan, kesiapan mental, atau faktor sosial dapat menyebabkan seseorang menunda pernikahan. Ketika dorongan seksual meningkat sementara saluran yang halal belum tersedia, sebagian orang mencari alternatif melalui onani.

e. Faktor kurangnya pemahaman agama

Minimnya pengetahuan mengenai ajaran Islam tentang pengendalian syahwat dan menjaga kehormatan diri dapat membuat seseorang menganggap onani sebagai hal biasa tanpa memahami konsekuensi hukumnya.

Onani bukan hanya dipengaruhi oleh dorongan biologis, tetapi merupakan hasil interaksi antara faktor internal (biologis dan psikologis) serta faktor eksternal (lingkungan, media, kondisi sosial, dan pemahaman agama). Oleh karena itu, pencegahannya tidak cukup hanya dengan larangan hukum, tetapi juga membutuhkan penguatan kontrol diri, pendidikan agama, lingkungan yang baik, dan pemenuhan kebutuhan melalui cara yang sesuai syariat.

Tinjauan Riset Terdahulu

Penelitian mengenai onani (istimnā') telah dilakukan dari berbagai perspektif, baik hukum Islam, psikologi, maupun kesehatan. Namun demikian, kajian yang mengintegrasikan pendapat ulama empat mazhab, ulama kontemporer, temuan ilmu kedokteran, serta fenomena digital seperti Pornography, Masturbation, and Orgasm (PMO) dan Video Call Sex (VCS) pada pasangan Long Distance Marriage (LDM) masih sangat terbatas.

Penelitian pertama dilakukan oleh Prayoga dan Mukhsin (2024, 253-277) yang berjudul *Istimnā' Bi Yadin Nafsi Bagi Pasangan Long Distance Marriage (LDM) Menurut Ulama Kota Medan*. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan empiris melalui wawancara dengan sejumlah ulama di Kota Medan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pendapat mengenai hukum masturbasi bagi pasangan LDM. Sebagian ulama membolehkannya sebagai bentuk irtikāb akhaff al-ḍararain (memilih mudarat yang lebih ringan) guna menghindari zina, sedangkan sebagian lainnya tetap melarangnya. Penelitian ini hanya berfokus pada konteks pasangan LDM dan belum menghubungkannya dengan kajian fikih lintas mazhab maupun aspek kesehatan reproduksi dan psikologi.

Penelitian kedua dilakukan oleh Loahandi dan Huwae (2026, 1-16) mengenai *Exploration of Mental Health in Individuals Engaging in Porn, Masturbate, and Orgasm (PMO)* dengan metode fenomenologi. Penelitian tersebut menemukan bahwa perilaku PMO dapat menimbulkan kecanduan, rasa bersalah, kecemasan, penurunan kesejahteraan psikologis, serta kesulitan mengendalikan dorongan seksual. Kajian ini memberikan gambaran empiris mengenai dampak psikologis PMO, tetapi tidak membahas landasan normatif hukum Islam maupun analisis fikih terhadap perilaku tersebut.

Penelitian ketiga dilakukan oleh Syafitri dkk (2023, 125-132), berjudul *PMO dan Kaitannya dengan Otak dan Perilaku: Sebuah Kajian Literatur*. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa konsumsi pornografi yang disertai masturbasi secara berulang dapat memengaruhi sistem reward pada otak, menurunkan kemampuan kontrol diri, serta meningkatkan risiko perilaku adiktif. Fokus penelitian ini berada pada aspek neurologi dan psikologi sehingga belum mengaitkan temuan medis tersebut dengan konsep maqāṣid al-syarī'ah maupun ketentuan hukum fikih.

Penelitian keempat dilakukan oleh Zein (2025, 1-30) mengenai *Evaluasi Model Komunikasi Islam dalam Upaya Stop PMO*. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pendekatan komunikasi Islam melalui edukasi, dakwah, dan pendampingan mampu meningkatkan kesadaran mahasiswa untuk mengurangi perilaku PMO. Akan tetapi, penelitian tersebut lebih menitikberatkan pada strategi pencegahan dan belum membahas status hukum masturbasi menurut empat mazhab ataupun analisis kesehatan secara komprehensif.

Oleh karena itu, makalah ini berupaya mengisi kekosongan tersebut dengan menyajikan analisis yang komprehensif melalui integrasi pendapat ulama empat mazhab, pandangan ulama kontemporer, bukti ilmiah di bidang kesehatan, serta studi terhadap fenomena PMO dan VCS pada era digital. Pendekatan ini diharapkan mampu

menghasilkan pemahaman yang lebih utuh mengenai hukum onani beserta implikasinya terhadap perlindungan agama, jiwa, akal, dan keturunan dalam perspektif maqāṣid al-syarī'ah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) yang menggunakan pendekatan kualitatif. Data penelitian diperoleh melalui penelaahan berbagai sumber pustaka yang relevan, meliputi Al-Qur'an, hadis, kitab-kitab fikih klasik dari empat mazhab (Hanafi, Maliki, Syafi'i, dan Hanbali), pendapat ulama kontemporer, fatwa keagamaan, serta jurnal ilmiah di bidang kedokteran, psikologi, dan kesehatan reproduksi yang membahas onani (*istimnā'*) beserta fenomena *Pornography, Masturbation, and Orgasm* (PMO) dan *Video Call Sex* (VCS). Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan normatif dengan analisis maqāṣid al-syarī'ah yang dipadukan dengan pendekatan interdisipliner. Pendekatan normatif digunakan untuk mengkaji dasar hukum onani berdasarkan Al-Qur'an, hadis, kaidah fikih, dan pendapat para ulama. Sementara itu, pendekatan interdisipliner digunakan untuk mengintegrasikan temuan-temuan ilmu kedokteran dan psikologi mengenai dampak onani, PMO, serta perkembangan teknologi digital terhadap perilaku seksual.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dengan menelusuri, membaca, mengkaji, dan mengklasifikasikan berbagai literatur yang berkaitan dengan objek penelitian. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan metode analisis isi (*content analysis*) melalui proses reduksi data, kategorisasi, komparasi antarpendapat ulama, sintesis temuan ilmiah, serta interpretasi berdasarkan kerangka maqāṣid al-syarī'ah. Analisis tersebut bertujuan menghasilkan pemahaman yang komprehensif mengenai hukum onani, dampaknya menurut ilmu kesehatan, serta relevansinya terhadap fenomena kontemporer di era digital.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pandangan Ulama Empat Mazhab Mengenai Onani

Mazhab Syafi'i

Dalam kitab Al-Hawi Al-Kabir disebutkan:

فصل: القول في حكم الإستمناء باليد
فأما الإستمناء باليد وهو استدعاء المني باليد فهو محظور، وقد حكي الشافعي عن بعض الفقهاء إباحته، وأباح قوم في السفر دون الحظر، وهو خطأ لقوله تعالى: {وَالَّذِينَ هُمْ يُفْرِجُهُمْ حَافِظُونَ إِلَّا عَلَىٰ أَزْوَاجِهِمْ} {المؤمنون: 5 - 6} الآية فحظر ما سوء الزوجات ومليك اليمين، وجعل مباح ما عداه عادية متعدياً، لقوله: {فَمَنْ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ} {المؤمنون: 7}. ورؤي عن النبي صلى الله عليه وسلم - أنه قال: " لعن الله النكاح يده "، ولأنه أربعة إلى ترك النكاح، وانقطاع النسل فافتضى أن يكون محرماً كاللواط.

Pasal: Pembahasan Hukum Onani dengan Tangan

Adapun onani dengan tangan, yaitu mengeluarkan mani dengan tangan, maka ia terlarang (mahzhur). Imam Syafi'i telah menceritakan dari sebagian fuqaha bahwa mereka membolehkannya. Dan sebagian kaum membolehkannya dalam perjalanan (safar) namun tidak dalam keadaan

mukim. Ini adalah pendapat yang keliru, berdasarkan firman Allah Ta'ala: "Dan orang-orang yang menjaga kemaluannya, kecuali terhadap istri-istri mereka atau budak yang mereka miliki" (QS. Al-Mu'minun: 5-6). Maka Dia mengharamkan selain istri dan budak wanita, dan menjadikan orang yang mencari di luar itu sebagai orang yang melampaui batas, berdasarkan firman-Nya: "Barangsiapa mencari di balik itu, maka mereka itulah orang-orang yang melampaui batas" (QS. Al-Mu'minun: 7). Dan diriwayatkan dari Nabi shallallahu 'alaihi wasallam bahwa beliau bersabda: "Allah melaknat orang yang menikahi tangannya." Dan karena onani adalah sarana untuk meninggalkan pernikahan dan terputusnya keturunan, maka hal itu mengharuskan keharaman sebagaimana liwath (homoseksual) (Al-Baghdadi, 1999: 9: 320).

Sejalan dengan penjelasan ini, Imam Nawawi dalam kitab Raudhah Al-Thalibin juga menyebut bahwa onani dengan tangan adalah haram,

الْإِسْتِمْنَاءُ بِالْيَدِ حَرَامٌ، وَنَقَلَ ابْنُ كَيْسٍ أَنَّهُ تَوَقَّفَ فِيهِ فِي الْقَدِيمِ. وَالْمَذْهَبُ الْجَزْمُ بِتَحْرِيمِهِ، وَيَجُوزُ أَنْ يَسْتَمْنِيَ بِيَدِ زَوْجَتِهِ وَجَارِيَّتِهِ، كَمَا يَسْتَمْتَعُ بِسَائِرِ بَنَاتِهِ..

"Onani dengan tangan adalah haram. Ibnu Kaj menukil bahwa dalam qaul qadim (pendapat lama) ada sikap tawaqquf (tidak memastikan). Sedangkan madzhab (yang mu'tamad) adalah memastikan keharamannya. Dan boleh seorang suami onani dengan tangan istri atau budak wanitanya, sebagaimana ia boleh bersenang-senang dengan seluruh tubuhnya"(An-Nawawi, 1991: 7: 206).

Berdasarkan uraian Mazhab Syafi'i di atas, dapat dirangkum bahwa hukum onani (istimnā') dengan tangan sendiri pada dasarnya adalah haram, sedangkan onani dalam konteks hubungan yang sah dengan pasangan diperbolehkan. Dengan demikian, perbedaan utamanya terletak pada cara dan objeknya.

Mazhab Hanbali

Ibnu Qudamah dalam Al-Kafi menghukumi onani dengan mengharamkannya, namun tidak ada hukuman atas pelakunya,

ويحرم الاستمناء باليد؛ لأنها مباشرة تقضي إلى قطع النسل، فحرمت كاللواط، ولا حد فيه؛ لأنه لا إيلاج فيه، فإن خشي الزنا، أبيح له؛ لأنه يروى عن جماعة من الصحابة رضي الله عنهم.

"Dan onani dengan tangan diharamkan, karena ia merupakan perbuatan langsung yang menyebabkan terputusnya keturunan, maka diharamkan seperti liwath (homoseksual). Namun tidak ada hukuman had di dalamnya karena tidak ada penetrasi (ilaj). Jika ia khawatir berzina, maka diperbolehkan baginya, karena diriwayatkan dari sejumlah sahabat radhiyallahu 'anhum."(Ibnu Qudamah, 1994: 4: 93).

Sebagaimana penjelasan Ibnu Qudamah, Al-Mardawi pun membolehkan onani dilakukan ketika dalam keadaan darurat,

فانتان، إحداهما، لا يُباح الاستمناء إلا عند الضرورة، ولا يُباح نكاح الإمام إلا عند الضرورة، فإذا حصلت الضرورة، فم نكاح الإمام، ولا يحل الاستمناء، كما قطع به في «الوجيز» وغيره. ونص عليه الإمام أحمد، رحمه الله. وقدمه في «القاعدة الثانية عشرة بعد المائة». وقال ابن عقيل في «مفرداته»:

الاستمناء أحبُّ إلَيَّ من نِكَاحِ الأُمَةِ. قال في «القواعد»: وفيه نظرٌ. وهو كما قال. الثَّانِيَةُ، حُكْمُ المَرَأَةِ في ذلك كِلَهُ حُكْمِ الرَّجُلِ، فَتُسْتَعْمَلُ شَيْئًا مِثْلَ الذَّكَرِ عِنْدَ الخَوْفِ مِنَ الزَّنى.

"Dua faidah: Pertama: Onani tidak dibolehkan kecuali dalam keadaan darurat. Dan menikahi budak wanita tidak dibolehkan kecuali dalam keadaan darurat. Jika darurat terjadi, maka menikahi budak wanita didahulukan. Onani tidak halal sebagaimana ditegaskan dalam al-Wajiz dan kitab-kitab lainnya. Imam Ahmad rahimahullah menegaskan hal ini. Dan hal ini didahulukan dalam kaidah ke-112. Ibnu Aqil dalam kitab Mufradat-nya berkata: "Onani lebih aku sukai daripada menikahi budak wanita." Penulis kitab al-Qa'idah berkata: "Dalam hal ini ada pandangan lain." Dan perkataannya (Ibnu Aqil) itu perlu ditinjau. Kedua, hukum bagi seorang wanita dalam hal ini sama dengan hukum bagi seorang pria; dia boleh menggunakan sesuatu yang mirip dengan penis jika dia takut melakukan perzinahan" (Al-Mardawi, 1955 H: 10; 252).

Dengan demikian, Mazhab Hanbali menetapkan hukum asal onani adalah haram, tetapi membolehkannya sebagai dispensasi atau *rukhsah* dalam keadaan darurat ketika terdapat kekhawatiran kuat terjerumus ke dalam zina dan tidak tersedia alternatif yang halal.

Mazhab Maliki

أشعر اقتصار المص على الزوجة والأمة بأنه لا يجوز التلذذ بغيرهما من حيوان لا يعقل أو شجر أو أرض أو رجل أو أجنبية أو رجل ذكر أو خنثى أو غير ذلك وهو كذلك، ويدخل في الممنوع الاستمناء باليد ونحوه من جسد نفسه فإنه حرام عند جمهور العلماء، قال تعالى: {وَالَّذِينَ هُمْ يُفْرِجُهُمْ خَافِطُونَ} (5) إِلَّا عَلَىٰ أَرْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ (6) فَمَنْ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ}، وأنشد فيه الغبريني:

وناكح الكف بخطب يبلى ... يأتي بها يوم القيام حبلى

وعده البلالي من الصغائر، قال المص في شرح الرسالة: يعني من صغائر الخسة. والله أعلم. وفي قوت القلوب: وقد جاء في كراهة الاستمناء وتحريمه والتغليظ فيه أخبار شديدة، وروينا أن الله تعالى أهلك أمة من الأمم كانوا يعيثون بمذاكيرهم، وعن مجاهد: كان بعض من مضى بأمر به شبابهم ليستعفوا عن الزنى، ورخص فيه الحسن للرجل والمرأة بأن تدخل المرأة شيئاً في فرجها لتستمني به فيردها عن الزنى، وقال أبو بكر بن العربي: ليت شعري لو كان فيه نص بالجواز صريح؛ أيرضى ذو همة به لنفسه؟ وقال ابن عباس لشاب استفتاه عنه وقد خاف على نفسه العنت: أف لك وتف نكاح الأمة خير منه وهو خير من الزنى، وهذا يدل على استقباحه لذلك واستهجانته له لما فيه من الخسة ودناءة الهمة وقلة الحياء

Redaksi yang membatasi (kenikmatan) hanya pada istri dan budak wanita menunjukkan bahwa tidak boleh bersenang-senang dengan selain keduanya, baik berupa hewan tidak berakal, pohon, tanah, pelana, wanita asing, laki-laki, khunsa (berkelamin ganda), atau lainnya. Demikianlah hukumnya. Termasuk dalam larangan ini adalah onani dengan tangan dan sejenisnya dari anggota tubuh sendiri, karena hal itu haram menurut mayoritas ulama. Allah Ta'ala berfirman: "Dan orang-orang yang menjaga kemaluannya, kecuali terhadap istri-istri mereka atau budak yang mereka miliki, maka sesungguhnya mereka tidak tercela. Barangsiapa mencari di

balik itu, maka mereka itulah orang-orang yang melampaui batas." (QS. Al-Mu'minun: 5-7). Al-Ghubrini menyenandungkan:

"Orang yang menikahi tangannya akan diuji dengan musibah yang membinasakan, ia akan datang pada hari kiamat dalam keadaan hamil." Al-Bilali menghitungnya termasuk dosa kecil. Al-Mushannif berkata dalam Syarh ar-Risalah: "Artinya termasuk dosa-dosa kecil yang hina." Wallahu a'lam. Dalam Qut al-Qulub disebutkan: "Telah datang berita-berita yang keras tentang makruh, haram, dan kerasnya ancaman onani." Kami meriwayatkan bahwa Allah membinasakan suatu umat karena mereka bermain-main dengan kemaluan mereka. Dari Mujahid: "Sebagian orang terdahulu memerintahkan pemuda-pemuda mereka beronani agar mereka terjaga dari zina." Al-Hasan memberikan keringanan bagi laki-laki dan wanita—bahwa wanita boleh memasukkan sesuatu ke farjinya untuk onani guna mencegahnya dari zina. Abu Bakar bin al-Arabi berkata: "Andai aku tahu—sekiranya ada nash yang jelas membolehkannya—apakah orang yang memiliki cita-cita tinggi akan meridhai hal itu bagi dirinya?" Ibnu Abbas berkata kepada seorang pemuda yang meminta fatwa tentang onani karena khawatir terjerumus dalam kesulitan: "Celaka engkau! Menikahi budak wanita lebih baik dari itu, dan itu lebih baik dari zina." Ini menunjukkan keburukan dan kehinaan onani karena mengandung kerendahan, rendahnya cita-cita, dan sedikitnya rasa malu." (Khalil al-Maliki, 2015: 6: 14).

Berdasarkan penjelasan, Mazhab Maliki menetapkan bahwa hukum asal onani adalah haram karena bertentangan dengan penjagaan kehormatan kemaluan, tetapi dapat diberikan keringanan apabila benar-benar diperlukan untuk mencegah terjadinya zina atau mudarat yang lebih besar.

Mazhab Hanafi

(قَوْلُهُ الْإِسْتِمْنَاءُ حَرَامٌ) أَيُّ بِالْكَفِّ إِذَا كَانَ لِاسْتِجْلَابِ الشَّهْوَةِ، أَمَّا إِذَا غَلَبَتْهُ الشَّهْوَةُ وَلَيْسَ لَهُ زَوْجَةٌ وَلَا أَمَةٌ فَفَعَلَ ذَلِكَ لِتُسْكِينِهَا فَالرَّجَاءُ أَنَّهُ لَا وَبَالَ عَلَيْهِ كَمَا قَالَ أَبُو اللَّيْثِ، وَيَجِبُ لَوْ خَافَ الزَّانَا

"(Perkataannya: Istimnā' itu haram) Yakni dengan tangan jika dilakukan untuk membangkitkan syahwat. Adapun jika syahwatnya telah menguasainya dan ia tidak memiliki istri maupun budak wanita, lalu ia melakukannya untuk menenangkan syahwatnya, maka diharapkan tidak ada dosa baginya sebagaimana yang dikatakan oleh Abu Laits. Dan menjadi wajib jika ia khawatir terjerumus zina." (Ibnu Abidin, 1966: 4: 27).

Ibnu Al-Humam Al-Hanafi menambahkan,

ولا يحل الاستمْناء بالكف ذكر المشايخ فيه أنه عليه الصلاة والسلام قال ناكح اليد ملعون، فإن غلبته الشهوة ففعل إرادة تسكينها به فالرجاء أن لا يعاقب

"Dan tidak halal onani dengan tangan. Para syekh menyebutkan bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Orang yang menikahi tangannya dilaknat." Jika syahwatnya menguasainya lalu ia melakukannya dengan tujuan menenangkannya, maka diharapkan ia tidak akan diazab." (Ibnu al-Humam, 1970: 2: 330).

Dapat disimpulkan bahwa Mazhab Hanafi menetapkan hukum asal onani adalah haram apabila dilakukan untuk memperoleh kenikmatan seksual, tetapi dapat menjadi boleh bahkan wajib dalam kondisi darurat apabila bertujuan meredakan syahwat yang tidak terkendali dan mencegah terjadinya zina.

Empat mazhab sepakat bahwa hukum asal onani adalah haram, sedangkan kebolehan hanya berlaku sebagai rukhsah (keringanan) ketika terdapat kebutuhan atau keadaan darurat untuk menjaga seseorang dari perbuatan zina. Perbedaan antarmazhab hanya terletak pada batasan tingkat darurat dan penilaian hukumnya (boleh atau wajib), bukan pada prinsip dasarnya.

Pandangan Ulama Kontemporer Terkait Onani

ويحرم الاستمنااء لقوله : (والذين هم لفروجهم حافظون إلا على أزواجهم أو ما ملكت أيمانهم، فإنهم غير ملومين) [المؤمنون: ٥/ ٢٣ - ٦]، ولأنها مباشرة تقضي إلى قطع النسل، فإن فعل عزز ولم يحد؛ لأنها مباشرة محرمة من غير إيلاج، فأشبهت مباشرة الأجنبية فيما دون الفرج.

Menurut Wahbah Zuhaili, masturbasi dilarang berdasar QS. Al-Mukminum ayat 5-6. Hal itu juga dilarang karena merupakan bentuk kontak seksual yang menyebabkan terhentinya reproduksi. Jika seseorang melakukannya, ia akan dikenai hukuman ta'zir (hukuman yang ditentukan) tetapi bukan hukuman hadd (hukuman yang ditentukan), karena itu adalah perbuatan terlarang berupa kontak seksual tanpa penetrasi, sehingga menyerupai seorang wanita yang berhubungan seksual dengan wanita non-mahram dengan cara yang tidak sampai penetrasi (Al-Zuhaili, 1997: 7: 5438).

Onani dalam Aspek Kedokteran

Dari sudut pandang medis, onani atau masturbasi umumnya dinilai sebagai aktivitas seksual yang relatif aman. Studi memperkirakan bahwa sekitar 27–40% wanita dan 41–65% pria pernah melakukannya, menjadikannya salah satu bentuk perilaku seksual yang paling umum (Andrian, 2025) Berikut manfaat dan resiko onani yang dirangkum Penulis dari berbagai artikel kesehatan, (Andrian, 2025), (Honestdocs Editorial Team, 2020), (Fadli, 2023), (Purwoko, 2026).

Manfaat onani:

1. Memperbaiki suasana hati dan meredakan stres.
2. Meningkatkan kualitas tidur.
3. Mengurangi kram dan nyeri punggung pada ibu hamil.
4. Membuat hubungan intim terasa lebih nikmat.
5. Mengetahui hal yang disukai dan tidak disukai saat berhubungan intim.
6. Mencegah kehamilan dan penyakit menular seksual.
7. Menurunkan resiko kanker prostat sebesar 20 % jika pria rutin melakukannya 21 kali dalam sebulan.
8. Meningkatkan gairah seksual.

Resiko onani:

1. Kecanduan onani atau masturbasi jika terlalu sering melakukannya.
2. Penelitian dalam jurnal Pharmaceuticals (2023) menyoroti peran hormon prolaktin dalam pematangan oosit/ sel telur, sehingga frekuensi masturbasi yang

berlebihan berpotensi berpengaruh secara tidak langsung terhadap siklus ovulasi. Sedangkan bagi pria yang kecanduan masturbasi cenderung mempunyai gaya hidup yang buruk, seperti kurang tidur dan stres. Kondisi ini berisiko menurunkan kualitas sperma.

3. Dari aspek psikologis, sejumlah temuan yang dimuat The American Journal of Psychiatry mengindikasikan adanya korelasi antara frekuensi masturbasi dan risiko gejala depresi, khususnya pada individu yang memandang perbuatan tersebut bertentangan dengan keyakinan religius atau nilai personalnya, sehingga memicu rasa bersalah berkepanjangan.
4. Cairan seksual pria dan wanita terbentuk dari zink dan selenium, jika sering melakukan onani maka zat tersebut terbuang dan membuat tubuh kekurangan vitamin kompleks.
5. Ejakulasi yang tertunda. Pengidapnya membutuhkan rangsangan seksual yang lebih lama untuk mencapai klimaks.
6. Keseringan masturbasi juga bisa menyebabkan pembengkakan pada penis. Kondisi ini disebabkan oleh penumpukan cairan yang disebut dengan edema. Meski pembengkakan ini umumnya bisa mereda satu atau dua hari.
7. Penis yang sedang ereksi tak sengaja dibengkokkan atau ditebuk dengan paksa sehingga membuat pembuluh darah pecah.
8. Memicu lecet pada kulit.
9. Mengganggu keharmonisan rumah tangga.

Kasus Kontemporer Mengenai Onani

Dewasa ini, permasalahan onani dalam era kontemporer hadir erat dengan dunia digital. Penulis menuliskan beberapa kasus onani yang terkait dengan teknologi digital, antara lain:

Kasus Pertama: Fenomena Long Distance Marriage (LDM) dengan Video Call Sex (VCS) sebagai media pemenuhan kebutuhan biologis.

Kemajuan teknologi digital membawa dampak dalam komunikasi pasangan suami istri. pasangan suami-istri yang karena tuntutan pekerjaan, pendidikan, atau faktor lainnya harus hidup terpisah dalam jangka waktu yang lama. Perkembangan teknologi digital memungkinkan pasangan mempertahankan komunikasi intim melalui Video Call Sex (VCS) sebagai media pemenuhan kebutuhan biologis. Dalam praktiknya, interaksi tersebut tidak jarang diakhiri dengan *istimnā'* (onani) oleh salah satu atau kedua pasangan. Fenomena ini menimbulkan persoalan fikih yang belum banyak dikaji secara mendalam, yaitu apakah *istimnā'* yang dilakukan dalam konteks hubungan suami-istri yang sah melalui media digital dapat diposisikan sebagai bentuk pemenuhan hak seksual pasangan, atau tetap termasuk perbuatan yang dilarang. Di sisi lain, sebagian berpendapat bahwa praktik tersebut dapat dipandang sebagai upaya menghindari *mafsadah* yang lebih besar, yaitu perzinahan atau perselingkuhan.

Dalam skripsi Faizatunnuraini (2024, 7-8), dijelaskan bahwa tidak sedikit pasangan yang melakukan *istimnā'* (onani) selama VCS dengan alasan bahwa

hubungan tersebut berlangsung dengan pasangan yang sah dan bertujuan memenuhi hak seksual masing-masing. Mereka juga beranggapan bahwa pemenuhan kebutuhan tersebut dapat mencegah terjadinya kemafsadatan yang lebih besar, seperti perzinahan atau perselingkuhan. Persoalan ini dapat dianalisis melalui kaidah fikih:

إذا تعارضت المفسدتان روعي أعظمهما ضررًا بارتكاب أخفهما

"Apabila terdapat dua kemafsadatan yang bertentangan, maka dihindari kemudharatan yang lebih besar dengan memilih kemudharatan yang lebih ringan."

Di sisi lain, praktik tersebut juga perlu ditinjau menggunakan konsep Sadd al-Dharā'ī, yaitu prinsip menutup segala jalan yang berpotensi mengantarkan kepada perbuatan haram. Dengan demikian, praktik istimnā' melalui VCS pada pasangan LDM hukumnya makruh, dengan dua kemafsadatan yaitu: melakukan VCS hingga istimnā' atau pasangan berpotensi melakukan zina dengan orang lain (Faizatunnuraini, 2024: 125). Hal ini menghadirkan dilema fikih kontemporer antara pertimbangan memilih mudarat yang lebih ringan demi mencegah zina dan kewajiban menutup sarana yang berpotensi menimbulkan kemudharatan atau penyimpangan di kemudian hari.

Namun diperbolehkannya onani dengan VCS ini harus memenuhi syarat, diantaranya: Perginya mendapatkan izin dari pasangan, adanya udzur yang mengharuskannya pergi, biaya transportasi untuk bolak balik yang mahal, LDM lebih dari enam bulan serta VCS hanya dilakukan untuk meredakan syahwat yang kuat bukan mendatangkan syahwat (Faizatunnuraini, 2024: 126).

Pandangan Ulama Kontemporer Mengenai Onani dengan VCS

1. Mengutip dari tanya jawab dalam situs IslamQA (2022), menurut Mufti Syekh Mohammad Ataur Rahman Sajid -Mohammad Ataur Rahman Sajid adalah seorang ulama dan mufti Islam yang bermazhab Hanafi, serta menjabat sebagai salah satu tokoh utama di Shariah Board of America. Beliau banyak mengeluarkan fatwa dan dikenal sebagai pengajar ilmu tafsir Al-Quran, seperti di Central Jersey Institute of Islamic Sciences- yang menjawab pertanyaan mengenai onani dengan VCS bahwa meskipun suami istri diperbolehkan saling menikmati tubuh pasangannya dalam batas syariat, melakukan hubungan intim melalui video call dengan menampilkan aurat secara penuh tidak diperbolehkan karena berisiko menimbulkan pelanggaran syariat, membahayakan privasi, dan berpotensi menyebabkan penyalahgunaan data. Sebagai alternatif, dianjurkan untuk mempertemukan pasangan apabila memungkinkan atau mengendalikan syahwat dengan berpuasa serta memperkuat aktivitas keagamaan.
2. Syekh Ahmad Kutty (2026), seorang dosen senior dan cendekiawan Islam di Institut Islam Toronto, Ontario, Kanada, berpendapat bahwa hubungan intim melalui media digital atau telepon antara suami dan istri diperbolehkan selama hanya melibatkan keduanya dan tidak diketahui atau disaksikan oleh pihak lain. Menurutny, segala bentuk kenikmatan yang diperoleh pasangan dalam ikatan pernikahan, baik melalui ucapan maupun interaksi lainnya, merupakan hal yang dibolehkan bahkan bernilai ibadah selama tetap berada dalam batas-batas syariat.

3. Mengutip wawancara dengan Fungsionaris Majelis Ulama Indonesia Kota Medan, Haris Fadhilah, Lc. dalam jurnal Prayoga & Mukhsin (2024, 271) menyebut dalam konteks LDM, sebagian ulama memandang bahwa pemenuhan kebutuhan seksual melalui teknologi seperti VCS dapat diperbolehkan dengan syarat dilakukan atas persetujuan suami istri, menjaga batasan syariat, serta bertujuan memelihara keharmonisan rumah tangga. Meskipun Al-Qur'an dan Hadis tidak membahas VCS secara eksplisit, prinsip-prinsip umum syariat seperti menjaga hak pasangan, komunikasi yang baik, dan konsultasi kepada ulama menjadi landasan dalam menyikapi persoalan ini.
4. Syekh Muhammad al-Utsaimin dalam sebuah fatwanya yang dikutip dari Islam Question&answer (1999), membolehkan percakapan seksual antara suami dan istri yang sedang berjauhan, selama dilakukan hanya oleh keduanya dan tidak melibatkan hal yang diharamkan. Namun ketika ditanya mengenai masturbasi saat phone sex, beliau menjawab: "Ada keberatan mengenai penggunaan tangan (masturbasi). Hal itu tidak diperbolehkan kecuali apabila seseorang khawatir akan terjatuh ke dalam zina."

Penulis belum menemukan adanya Fatwa MUI terkait hal ini, namun Penulis menganalisis kasus ini dengan mengaitkannya pada kaidah fiqhiyyah yaitu *irtikāb akhaff al-ḍararayn* (memilih mudarat yang lebih ringan) dan *dar'u al-mafāsīd muqaddam 'alā jalb al-maṣāliḥ* (menolak kerusakan didahulukan daripada menarik kemaslahatan), tingkat *masyaqqah* (kesulitan) tiap orang berbeda-beda, ada yang mampu menahan syahwatnya ada pula yang tidak. Maka ini bisa dijadikan hujjah atas pembenaran dari VCS yang dilakukan oleh pasangan suami istri yang sedang LDM. Sedangkan pendekatan maqashid Syariah yang berupa *hifzh al-din* atau menjaga agama yang berarti menjaga imannya dari perbuatan keji dan yang dilarang Allah dan *hifzh al-'irdh* yaitu menjaga kehormatan diri dengan cara mencegah dirinya jatuh ke dalam perzinahan dan perselingkuhan turut dijadikan alasan untuk kebolehan VCS pada pasangan suami istri yang sedang LDM.

Praktik VCS pada pasangan LDM memerlukan edukasi dan kesadaran dalam memanfaatkan teknologi secara syar'i dan etis. Hal ini meliputi pemahaman tentang keamanan digital, etika penggunaan teknologi, serta komunikasi yang sehat agar VCS tetap menjadi sarana menjaga keharmonisan rumah tangga tanpa mengabaikan nilai-nilai agama, privasi, dan kepercayaan. Oleh karena itu, penguatan literasi digital dan pendidikan berbasis nilai Islam menjadi penting untuk meminimalkan dampak negatif serta mengoptimalkan kemaslahatan bagi pasangan (Nata&Hamidah, 2025: 5).

Kasus Kedua: PMO (Pornografi, Masturbasi, dan Orgasme)

Dalam artikel Tsirwah (Agus, 2024), PMO (Pornografi, Masturbasi, dan Orgasme) adalah tiga kata yang sering dikaitkan dengan aktivitas seksual manusia dan berhubungan satu sama lain. Pornografi merujuk pada tontonan atau materi eksplisit yang menggambarkan hubungan seksual atau tindakan sejenisnya. Orgasme adalah puncak kenikmatan seksual, dan masturbasi adalah tindakan memuaskan diri sendiri secara seksual.

Dalam jurnal Reski dkk pada tahun 2025 menyebut adanya korelasi positif yang sangat kuat dan signifikan antara frekuensi mengakses situs pornografi dan perilaku masturbasi pada remaja akhir di Kota Makassar. Semakin tinggi intensitas paparan pornografi, semakin besar kecenderungan remaja melakukan masturbasi. Hubungan ini dipengaruhi oleh rangsangan seksual akibat konten pornografi, serta diperkuat oleh faktor seperti penggunaan gawai, kemudahan akses internet, kontrol diri, dan pengawasan keluarga (Rukmila, 2025: 64). Studi menunjukkan bahwa individu yang kecanduan PMO selama lebih dari enam bulan memiliki beragam pengalaman dalam mengatasi kebiasaan tersebut. PMO umumnya dilakukan karena kesepian, keinginan untuk mengeksplorasi seksualitas, dan pengalaman seksual sebelumnya. Dalam konteks masyarakat Indonesia, yang masih menganggap topik ini tabu, para peserta cenderung menyembunyikan perilaku PMO dari keluarga mereka. Namun, keluarga merupakan salah satu faktor motivasi utama untuk mengendalikan kecanduan, bersama dengan keinginan untuk hidup lebih sehat, membangun masa depan dan menyiapkan kehidupan berumah tangga (Loahandi&Huwa, 2026: 1).

Sementara itu, mengonsumsi pornografi mempengaruhi fungsi otak melalui perubahan pada sistem biokimia dan jaringan saraf yang berkaitan dengan perilaku adiktif. Paparan pornografi yang berlebihan dapat menurunkan kemampuan kontrol diri dan respons terhadap stimulus, sehingga meningkatkan kecenderungan melakukan masturbasi sebagai sarana mencapai orgasme (Syafitri, et. al., 2023: 131). Oleh karena itu, pencegahan terjadinya hal demikian dapat dilakukan melalui edukasi berbasis nilai-nilai Islam dengan memanfaatkan komunikasi interpersonal, kampanye digital, dan pembelajaran keagamaan. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman tentang bahaya PMO, tetapi juga memperkuat dukungan emosional, spiritual, dan motivasi untuk menerapkan perilaku yang sehat dan beretika (Zein, 2025: 23).

Dan ini sejalan dengan hadis Rasulullah ﷺ mengenai anjuran untuk menikah ataupun berpuasa menjadi hujjah untuk mengontrol diri dari perilaku PMO, كُنَّا مَعَ النَّبِيِّ ﷺ فَقَالَ: مَنْ اسْتَطَاعَ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصَرِ وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ، فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ

"Kami pernah bersama Nabi Muhammad ﷺ, lalu beliau bersabda: 'Barang siapa di antara kalian telah mampu untuk menikah (al-bā'ah), maka hendaklah ia menikah. Sesungguhnya menikah lebih dapat menundukkan pandangan dan lebih menjaga kemaluan. Barang siapa belum mampu, maka hendaklah ia berpuasa, karena puasa merupakan perisai (pengekan syahwat) baginya.'" (Al-Bukhari, 1311 H: 3: 26).

Pandangan Ulama Kontemporer Mengenai PMO

Fatwa MUI tentang Pornografi dan Pornoaksi. Fatwa MUI Nomor 287 Tahun 2001 tentang Pornografi dan Pornoaksi. MUI menegaskan bahwa: pornografi dan pornoaksi hukumnya haram; membuat, menyebarkan, memperlihatkan, memperjualbelikan, maupun menikmati materi pornografi juga termasuk perbuatan yang dilarang; media komunikasi modern termasuk sarana yang dapat menjadi media penyebaran pornografi sehingga harus dijaga dari penyalahgunaan.

Fatwa ini secara tidak langsung relevan dengan mata rantai perilaku PMO, mengingat paparan pornografi digital menjadi salah satu pemicu utama meningkatnya frekuensi masturbasi di kalangan generasi muda saat ini.

Pendekatan Maqashid Syariah terhadap PMO

Penulis mencoba menganalisis efek PMO melalui pendekatan maqashid Syariah yang berupa menjaga agama (*ḥifẓ al-dīn*), akal (*ḥifẓ al-'aql*), jiwa (*ḥifẓ al-nafs*), kehormatan (*ḥifẓ al-'irdh*), dan keturunan (*ḥifẓ al-nasl*).

Dari jurnal-jurnal di atas, kita dapat simpulkan: **Pertama**, dari aspek *ḥifẓ al-dīn* (menjaga agama), pornografi mendorong seseorang untuk terus melakukan perbuatan yang dilarang syariat dan melemahkan kualitas keimanan. **Kedua**, PMO juga bertentangan dengan *ḥifẓ al-'aql* (menjaga akal). Penelitian neurosains menunjukkan bahwa paparan pornografi secara berulang memengaruhi sistem reward dopamin di otak sehingga memunculkan perilaku adiktif, menurunkan kemampuan pengambilan keputusan, serta melemahkan kontrol terhadap dorongan seksual. **Ketiga**, *ḥifẓ al-nasl* (menjaga keturunan). Islam menghendaki penyaluran naluri seksual melalui pernikahan agar terwujud keluarga yang sakinah sekaligus menjaga keberlangsungan keturunan secara terhormat. **Keempat**, menjaga kehormatan (*ḥifẓ al-'irdh*) dengan upaya menahan perilaku PMO dengan cara menikah ataupun berpuasa. **Kelima**, *ḥifẓ al-nafs* (menjaga jiwa). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecanduan PMO menunjukkan dampak yang tidak hanya bersifat moral, tetapi juga memengaruhi kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis seseorang. Wallahu 'alam.

KESIMPULAN

A. Pandangan Ulama Empat Mazhab Mengenai Onani

Berdasarkan pendapat ulama empat mazhab dapat disimpulkan bahwa hukum asal onani (*istimnā'*) dengan tangan sendiri adalah haram. Perbedaan pendapat hanya terletak pada penerapan hukum ketika terdapat keadaan darurat, khususnya apabila seseorang dikhawatirkan terjerumus ke dalam zina. Mazhab Hanafi, Maliki, dan Hanbali memberikan rukhsah dengan batasan tertentu, sedangkan Mazhab Syafi'i lebih tegas mempertahankan keharamannya. Dengan demikian, ikhtilaf yang terjadi bukan mengenai hukum asalnya, tetapi mengenai batasan penerapan prinsip darurat dalam fikih.

B. Pandangan Ulama Kontemporer Mengenai Onani

Ulama kontemporer pada umumnya mempertahankan pendapat jumhur bahwa onani merupakan perbuatan yang dilarang karena bertentangan dengan tujuan syariat dalam menjaga kehormatan dan keturunan. Namun, sebagian ulama tetap membuka ruang dispensasi ketika terdapat kondisi darurat untuk menghindari mafsadah yang lebih besar, seperti kekhawatiran terjerumus ke dalam zina. Hal ini menunjukkan bahwa fikih kontemporer tetap berpegang pada nash syariat sekaligus mempertimbangkan maqāṣid al-syarī'ah dan realitas kehidupan modern.

C. Onani dalam Perspektif Kedokteran

Kajian medis menunjukkan bahwa onani tidak selalu menimbulkan dampak negatif apabila dilakukan dalam batas yang wajar. Namun, apabila dilakukan secara berlebihan, terutama disertai konsumsi pornografi, perilaku tersebut berpotensi menyebabkan kecanduan, gangguan psikologis, penurunan kualitas hubungan sosial, hingga gangguan fungsi seksual. Oleh karena itu, dampak onani tidak hanya ditentukan oleh aktivitasnya, tetapi juga oleh frekuensi, tujuan, dan faktor-faktor yang menyertainya.

D. Kasus Kontemporer Mengenai Onani

Long Distance Marriage (LDM) melalui Video Call Sex (VCS). Fenomena VCS pada pasangan LDM merupakan persoalan fikih kontemporer yang memerlukan pendekatan maqāṣid al-syarī'ah. Sebagian ulama membolehkannya sebagai bentuk irtikāb akhaff al-ḍararayn untuk menghindari zina, sedangkan sebagian lainnya melarang karena mempertimbangkan prinsip sadd al-dharā'i' serta risiko penyalahgunaan teknologi. Oleh karena itu, kebolehannya tidak bersifat mutlak, tetapi bergantung pada terpenuhinya syarat-syarat syariat, keamanan digital, serta tujuan menjaga keharmonisan rumah tangga.

Pornography, Masturbation, and Orgasm (PMO). Fenomena PMO menunjukkan bahwa kemudahan akses pornografi di era digital menjadi faktor utama meningkatnya perilaku masturbasi dan kecanduan seksual. Dalam perspektif maqāṣid al-syarī'ah, PMO bertentangan dengan tujuan menjaga agama (ḥifẓ al-dīn), akal (ḥifẓ al-'aql), jiwa (ḥifẓ al-nafs), kehormatan (ḥifẓ al-'ird), dan keturunan (ḥifẓ al-nasl). Oleh sebab itu, pencegahannya perlu dilakukan melalui pendekatan yang komprehensif, meliputi pendidikan agama, penguatan kontrol diri, literasi digital, dukungan keluarga, serta penerapan prinsip syariat sebagaimana dianjurkan dalam hadis Nabi ﷺ dan diperkuat oleh Fatwa MUI tentang Pornografi dan Pornoaksi.

DAFTAR PUSTAKA

A. Al-Qur'an, Hadis, Kitab Klasik, dan Buku

Al-Bayhaqi, Abu Bakr Ahmad ibn al-Husayn al-Khasrujardi. *Syū'ab al-Imān*. Vol. 7. Riyadh: Dar al-Rusyd, Cet. I, 1423 H/2003 M.

Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail ibn Ibrahim ibn al-Mughirah al-Ju'fi. *Sahih al-Bukhari*. Vol. 3. Bulak, Mesir: al-Mathba'ah al-Amiriyyah, 1311 H.

Al-Dimisyqi, Ismail ibn Umar ibn Katsir. *Tafsir al-Qur'an al-'Azhim*. Vol. 4. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1419 H/1998 M.

Al-Jundi, Khalil bin Ishaq al-Maliki. *Lawami' ad-Durar fi Hatik Astar al-Mukhtar Syarh Mukhtashar Khalil*. Vol. 6. Nouakchott: Dar ar-Ridwan, Cet. I, 1436 H/2015 M.

Al-Maqdisi, Abu Muhammad Muwaffiquddin Abdullah bin Ahmad bin Muhammad bin Qudamah. *Al-Kafi fi Fiqh al-Imam Ahmad*. Vol. 4. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, Cet. I, 1414 H/1994 M.

Al-Mardawi, Ala'uddin Abu al-Hasan Ali bin Sulaiman. *Al-Inshaf fi Ma'rifah ar-Rajih min al-Khilaf*. Vol. 10. Mathba'ah as-Sunnah al-Muhammadiyah, Cet. I, 1374 H/1955 M.

Al-Mawardi, Abu al-Hasan Ali bin Muhammad bin Muhammad bin Habib al-Bashri al-Baghdadi. *Al-Hawi al-Kabir fi Fiqh Madzhab al-Imam al-Syafi'i*. Vol. 9. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, Cet. I, 1419 H/1999 M.

Al-Nawawi, Abu Zakariya Muhyiddin Yahya bin Syarf. *Rawdhah al-Thalibin wa 'Umdah al-Muftin*. Vol. 7. Beirut: al-Maktab al-Islami, Cet. III, 1412 H/1991 M.

Al-Zuhayli, Wahbah bin Mustafa. *Al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu*. Vol. 7. Damaskus: Dar al-Fikr, 1997.

Ibnu Abidin, Muhammad Amin. *Hasyiyah Radd al-Muhtar 'ala ad-Durr al-Mukhtar*. Vol. 4. Mesir: Syirkah Maktabah wa Mathba'ah Musthafa al-Babi al-Halabi, Cet. II, 1386 H/1966 M.

Ibnu al-Humam, Kamaluddin Muhammad bin Abd al-Wahid. *Syarh Fath al-Qadir 'ala al-Hidayah*. Vol. 2. Mesir: Maktabah wa Mathba'ah Musthafa al-Babi al-Halabi, Cet. I, 1389 H/1970 M.

Kementerian Wakaf dan Urusan Keislaman Kuwait. *Al-Mausu'ah al-Fiqhiyyah al-Kuwaitiyyah*. Vol. 4. Kuwait: Dar al-Salasil, Cet. II, 1404 H.

B. Skripsi

Awalia Faizatunnuraini, Amanda. *Tinjauan Sadd al-Dzari'ah terhadap Pemenuhan Hak Seksual Pasangan Long Distance Marriage (LDM) melalui Video Call Sex (VCS) pada Pasangan Pekerja Migran Indonesia*. Skripsi, Fakultas Syariah dan Hukum UIN Walisongo Semarang, 2024.

C. Artikel Jurnal Ilmiah

Loahandi, Natasyah Febiyani Putri, dan Arthur Huwae. "Exploration of Mental Health in Individuals Engaging in Porn, Masturbate, and Orgasm (PMO)." *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* 8, no. 1 (2026). <https://doi.org/10.51214/002026081691000>.

Nata, Yolies Yongki, dan Tutik Hamidah. "Tinjauan Maqashid Syariah Alal Al-Fashi terhadap Seks Long Distance Relationship dalam Pembentukan Keluarga Harmonis." *FOCUS: Journal of Social Studies* 6, no. 1 (2025). <https://doi.org/10.37010/fcs.v6i1.1756>.

Nurdin, Rijal, Devi Marliana Putri, Siti Syahidah, Norhani Aminah, dan M. Luthfi Setiarno P. "Masturbasi dalam Perspektif Ibn Hazm dan Imam Asy-Syafi'i." *Jurnal Media Informatika (JUMIN)* 6, no. 3 (2025).

Prayoga, M. Kevin, dan Abd. Mukhsin. "Istimna' Bi Yadin Nafsi Bagi Pasangan Long Distance Marriage (LDM) Menurut Ulama Kota Medan." *Jurnal Darussalam* 15, no. 2 (2024). <https://doi.org/10.30739/darussalam.v15i2.3191>.

Rukmila, Reski Indah, Muh. Nur Hidayat Nurdin, dan Perdana Kusuma. "Hubungan antara Mengakses Situs Pornografi dan Masturbasi pada Remaja Akhir." *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* 5, no. 1 (2025). <https://doi.org/10.26858/jtm.v5i1.80791>.

Syafitri, Melia Rahma, Mochamad Rafianto Syahputra, Muhamad Yudha Nugraha, dan Iqlima Pratiwi. "PMO dan Kaitannya dengan Otak dan Perilaku: Sebuah Kajian Literatur." *Jurnal Flourishing* 3, no. 4 (2023). <https://doi.org/10.17977/um070v3i42023p125-132>.

Zein, Achyar. "Evaluasi Model Komunikasi Islam dalam Upaya Stop PMO." *Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan dan Keagamaan* 20, no. 1 (2025). <https://doi.org/10.37680/adabiya.v20i1.6408>.

D. Fatwa dan Situs Fatwa

Kutty, Ahmad. "Suami dan Istri Melakukan Seks Daring atau Melalui Telepon." *IslamOnline*.

Sajid, Mohammad Ataur Rahman. "Self Masturbating in Video Call." *IslamicQA*. 4 November 2022.

Utsaimin, Muhammad bin Shalih al-. "Apakah Seks Melalui Telepon Antar Suami Istri Diperbolehkan?" *Islam Question & Answer*. 2 Juni 1999.

E. Artikel Ilmiah Populer dan Portal Kesehatan

Ajmera, Rachael. "Masturbation—How Does It Affect Your Health?" *Healthline*. 1 Mei 2025.

Andrian, Kevin. "Masturbasi, Kenali Manfaat dan Risikonya." *Alodokter*. 7 Mei 2025.

Fadli, Rizal. "Gejala Terlalu Sering Masturbasi dan Dampaknya pada Kesehatan." *Halodoc*. 24 Mei 2023.

HonestDocs Editorial Team. "Dampak Positif dan Negatif Masturbasi." *HonestDocs*. 12 Oktober 2020.

Purwoko, Satria Aji, dan Nurul Fajriah Afiatunnisa. "Benarkah Sering Masturbasi Bikin Susah Hamil?" *Hello Sehat*. 12 Februari 2026.

F. Artikel Berita dan Website

Agus, Muhammad. "PMO (Pornografi, Masturbasi, dan Orgasme) dalam Perspektif Islam." *Tsirwah Indonesia*. 9 September 2024. <https://jurnalistik.tsirwah.com/pmo-pornografi-masturbasi-dan-orgasme-dalam-perspektif-islam/>.

KBBI Daring. "Onani." <https://kbbi.kemendikdasmen.go.id/entri/onani>.

Mulia Budi. "2 Pria Onani di Transjakarta Terancam Hukuman 1 Tahun Penjara." *DetikNews*. 17 Januari 2026. <https://news.detik.com/berita/d-8311309/2-pria-onani-di-transjakarta-terancam-hukuman-1-tahun-penjara>.

Wijaya, M. Tatam. "Onani dan Masturbasi Menurut Hukum Islam". Nu Online. 22 Agustus 2019. <https://nu.or.id/nikah-keluarga/onani-dan-masturbasi-menurut-hukum-islam-nGyre>