

---

## ***Wounded Masculinity* Perspektif Al-Qur'an: Analisis Kerangka Teoretis untuk Mewujudkan Keadilan Gender**

---

### **INFO PENULIS**

Sri Satyaningtyas  
Universitas PTIQ Jakarta  
[sri.satyaningtyas0@gmail.com](mailto:sri.satyaningtyas0@gmail.com)  
+6282118449250

Ahmad Zain Sarnoto  
Universitas PTIQ Jakarta  
[ahmadzain@ptiq.ac.id](mailto:ahmadzain@ptiq.ac.id)  
+628129731518

Nur Rofiah  
Universitas PTIQ Jakarta  
[rofiah.nur@gmail.com](mailto:rofiah.nur@gmail.com)  
+62818493105

### **INFO ARTIKEL**

ISSN: 2963-8933  
Vol. 5, No. 2 Juni 2026  
<http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp>

---

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

---

### ***Saran Penulisan Referensi:***

Satyaningtyas, S., Sarnoto, A. Z., & Rofiah, N. (2026). *Wounded Masculinity Perspektif Al-Qur'an: Analisis Kerangka Teoretis untuk Mewujudkan Keadilan Gender*. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan*. 5(2),1584-1592.

### **Abstrak**

Fenomena *wounded masculinity* (maskulinitas yang terluka) merupakan persoalan sosial dan psikologis yang muncul akibat konstruksi maskulinitas patriarkal yang kaku, menuntut laki-laki untuk selalu kuat, dominan, dan menekan ekspresi emosional. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan mental laki-laki, tetapi juga memperparah ketimpangan relasi gender dan kekerasan berbasis gender. Kajian gender selama ini cenderung berfokus pada perempuan sebagai korban patriarki, sementara krisis identitas dan luka sosial yang dialami laki-laki masih relatif terabaikan, khususnya dalam studi tafsir Al-Qur'an. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep *wounded masculinity*, mengkaji respons Al-Qur'an terhadap problematika maskulinitas, serta membangun kerangka teoritis integratif antara tafsir Al-Qur'an dan teori gender guna mewujudkan keadilan gender. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi pustaka (*library research*), serta analisis tematik dan hermeneutik terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan maskulinitas, relasi gender, dan ekspresi emosional laki-laki. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Al-Qur'an tidak menetapkan satu model maskulinitas tunggal, melainkan mengakomodasi keberagaman ekspresi maskulinitas yang bersifat manusiawi, emosional, dan spiritual. Al-Qur'an menawarkan strategi preventif dan kuratif terhadap *wounded masculinity* melalui nilai-nilai keadilan, kasih sayang, tanggung jawab, dan keseimbangan relasi gender. Penelitian ini merumuskan konsep *positive masculinity* perspektif Al-Qur'an sebagai alternatif atas maskulinitas hegemonik dan patriarkal. Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi dalam pengembangan tafsir berperspektif gender yang tidak hanya membela perempuan, tetapi juga membebaskan laki-laki dari luka konstruksi maskulinitas yang merugikan, serta mendorong terwujudnya relasi gender yang lebih adil, inklusif, dan berkeadilan.

**Kata kunci:** *Wounded Masculinity*, Maskulinitas, Tafsir Al-Qur'an, *Positive Masculinity*, Keadilan Gender.

### Abstract

The phenomenon of *wounded masculinity* refers to a social and psychological condition that arises from rigid patriarchal constructions of masculinity, which demand men to always be strong, dominant, and emotionally restrained. This condition not only affects men's mental health but also exacerbates gender inequality and gender-based violence. Gender studies have largely focused on women as victims of patriarchy, while the crisis of identity and social wounds experienced by men have received relatively little attention, particularly within Qur'anic exegesis studies. This study aims to analyze the concept of *wounded masculinity*, examine the Qur'anic response to the problem of masculinity, and develop an integrative theoretical framework combining Qur'anic interpretation and gender theory to promote gender justice. This research employs a qualitative method through library research, utilizing thematic and hermeneutical analysis of Qur'anic verses related to masculinity, gender relations, and men's emotional expression. The findings indicate that the Qur'an does not prescribe a single, rigid model of masculinity; rather, it accommodates diverse expressions of masculinity that are humane, emotional, and spiritual. The Qur'an offers both preventive and curative strategies to address *wounded masculinity* through values of justice, compassion, responsibility, and balanced gender relations. This study formulates the concept of *positive masculinity* from a Qur'anic perspective as an alternative to hegemonic and patriarchal masculinity. Thus, this research contributes to the development of gender-sensitive Qur'anic exegesis that not only advocates for women's rights but also liberates men from the wounds of harmful masculine constructions, fostering more just, inclusive, and ethical gender relations..

**Key Words:** Wounded Masculinity, Masculinity, Qur'anic Exegesis, Positive Masculinity, Gender Justice.

### A. Pendahuluan

Wacana mengenai maskulinitas dalam beberapa dekade terakhir semakin mendapatkan perhatian dalam studi gender. Selama ini maskulinitas sering dipahami sebagai seperangkat karakter yang dilekatkan kepada laki-laki, seperti kuat, rasional, dominan, mandiri, dan tidak emosional (Darwin, 1999). Namun, berbagai kajian gender menunjukkan bahwa maskulinitas bukanlah sifat kodrati, melainkan konstruksi sosial yang dibentuk melalui proses budaya, pendidikan, agama, dan media massa. Konstruksi tersebut kemudian melahirkan standar maskulinitas hegemonik yang menempatkan laki-laki pada tuntutan untuk selalu tampil kuat dan mampu mengendalikan keadaan (Sufiyana, 2017).

Dalam praktiknya, tidak semua laki-laki mampu memenuhi standar maskulinitas yang dibangun masyarakat. Tekanan untuk selalu kuat, menekan emosi, serta menghindari ekspresi kerentanan sering kali menimbulkan krisis identitas yang dalam kajian gender dikenal sebagai *wounded masculinity* (Hodges, 2009). Konsep ini merujuk pada kondisi ketika laki-laki mengalami luka psikologis akibat ketidakmampuan memenuhi ekspektasi sosial tentang kelelakian. Kondisi tersebut dapat memunculkan berbagai dampak negatif, mulai dari represi emosi, gangguan kesehatan mental, relasi interpersonal yang tidak sehat, hingga perilaku agresif dan kekerasan berbasis gender (Connel & Messerschmidt, 2005).

Fenomena *wounded masculinity* menunjukkan bahwa sistem patriarki tidak hanya berdampak pada perempuan, tetapi juga dapat melukai laki-laki melalui tuntutan maskulinitas yang kaku. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa laki-laki cenderung enggan mencari bantuan psikologis karena menganggap kerentanan sebagai bentuk kelemahan. Akibatnya, banyak laki-laki mengalami tekanan emosional yang tidak tersalurkan dan berujung pada berbagai problem sosial maupun kesehatan mental (Permana, 2025).

Di sisi lain, kajian gender dalam perspektif Islam lebih banyak berfokus pada isu perempuan, kesetaraan gender, dan kritik terhadap tafsir patriarkal. Sementara itu, pembahasan mengenai pengalaman laki-laki sebagai subjek yang juga terdampak oleh konstruksi gender masih relatif terbatas. Padahal, Al-Qur'an tidak menghadirkan model maskulinitas yang tunggal dan hegemonik. Al-Qur'an menampilkan beragam representasi laki-laki, mulai dari figur yang kuat seperti Nabi Musa, figur yang mengekspresikan kesedihan seperti Nabi Ya'qub, hingga figur yang mengalami ketakutan sebagaimana digambarkan dalam kisah Abu Bakar. Keragaman ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an mengakui kompleksitas

pengalaman emosional laki-laki dan tidak membatasi maskulinitas hanya pada simbol kekuatan dan dominasi.

Meskipun demikian, dalam sejarah penafsiran Islam terdapat kecenderungan sebagian tafsir yang memperkuat konstruksi patriarkal melalui penekanan terhadap superioritas laki-laki, terutama dalam penafsiran ayat-ayat relasi gender. Akibatnya, lahir pemahaman yang menempatkan laki-laki sebagai figur yang harus selalu kuat, berkuasa, dan menjadi penanggung jawab utama keluarga, tanpa memberikan ruang yang memadai bagi aspek emosional dan kerentanannya (Febriani, 2025). Kondisi ini berpotensi memperkuat fenomena *wounded masculinity* dalam masyarakat Muslim.

Berangkat dari persoalan tersebut, penelitian ini berupaya mendekonstruksi konsep *wounded masculinity* melalui perspektif Al-Qur'an. Dengan menggunakan pendekatan dekonstruksi dan analisis gender, penelitian ini bertujuan menelaah kembali ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan maskulinitas serta mengembangkan kerangka konseptual maskulinitas yang lebih sehat, inklusif, dan berkeadilan. Kajian ini penting untuk memperluas diskursus gender dalam studi Al-Qur'an sekaligus menawarkan paradigma relasi gender yang tidak hanya membebaskan perempuan dari ketimpangan, tetapi juga membebaskan laki-laki dari beban maskulinitas yang mengekang.

## B. Metodologi

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan kualitatif. Penelitian ini bertujuan mengkaji konsep *wounded masculinity* dalam perspektif Al-Qur'an melalui analisis ayat-ayat yang berkaitan dengan maskulinitas, ekspresi emosional laki-laki, dan keadilan gender. Adapun metode penelitian yang digunakan meliputi:

### 1. Objek Penelitian

Objek penelitian ini adalah konsep *wounded masculinity* sebagaimana direpresentasikan dalam konstruksi sosial serta bagaimana konsep tersebut dapat dikaji dan direspons dengan menjadikan Al-Qur'an sebagai solusi. Fokus penelitian diarahkan pada analisis ayat-ayat Al-Qur'an yang secara tematik berkaitan dengan maskulinitas, ekspresi emosional laki-laki, dan keadilan gender dalam rangka menghadirkan alternatif maskulinitas yang lebih inklusif.

### 2. Sumber Data

#### a. Data Primer

Data primer penelitian ini berupa ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan dengan isu maskulinitas dan gender, antara lain QS. an-Nisā' [4]: 34, QS. Yūsūf [12]: 86, QS. at-Taubah [9]: 40, dan QS. al-Qaşaş [28]: 26.

#### b. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari berbagai literatur yang berkaitan dengan tema penelitian, meliputi kitab-kitab tafsir klasik dan kontemporer, buku-buku teori gender dan maskulinitas karya Nasaruddin Umar, Judith Butler, dan R.W. Connell, artikel jurnal ilmiah, hasil penelitian terdahulu, serta sumber daring yang membahas fenomena *wounded masculinity*.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui studi pustaka (*library research*) dengan menelaah ayat-ayat Al-Qur'an, kitab-kitab tafsir, buku, artikel ilmiah, dan berbagai referensi yang berkaitan dengan *wounded masculinity*, konstruksi sosial gender, *positive masculinity*, serta keadilan gender dalam Al-Qur'an. Selain itu, data dari media daring digunakan sebagai bahan ilustratif untuk memahami fenomena *wounded masculinity* dalam konteks kontemporer.

### 4. Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan metode analisis tematik dengan pendekatan kritis dan interpretatif. Data yang telah dikumpulkan diklasifikasikan berdasarkan tema-tema yang berkaitan dengan *wounded masculinity*, *positive masculinity*, dan nilai-nilai Qur'ani tentang keadilan gender. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan teori konstruksi gender dan ditafsirkan melalui pendekatan tafsir tematik (*tafsir maudū'ī*) terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan. Analisis ini bertujuan untuk merumuskan kerangka konseptual maskulinitas alternatif yang adil, inklusif, dan konstruktif, baik secara sosial maupun spiritual.

### 5. Teknik Penyajian Data

Hasil penelitian disajikan secara analitis dan argumentatif dalam bentuk narasi ilmiah yang sistematis berdasarkan tema-tema pembahasan. Penyajian data dilakukan melalui uraian deskriptif-kritis dengan menghubungkan teks Al-Qur'an, teori gender, dan konteks sosial

yang melatarbelakangi fenomena *wounded masculinity*. Argumentasi penelitian diperkuat dengan kutipan dari sumber primer maupun sekunder yang relevan.

### C. Hasil dan Pembahasan

#### Wacana Umum *Wounded Masculinity*

Fenomena *wounded masculinity* atau maskulinitas yang terluka merupakan persoalan kompleks yang muncul dari persilangan antara konstruksi sosial, sejarah panjang patriarki, serta dinamika perubahan sosial-budaya global. Krisis identitas laki-laki ini muncul akibat disrupsi peran tradisional, tekanan struktural, serta ketidakmampuan sistem sosial untuk memberi ruang bagi ekspresi maskulinitas yang lebih sehat dan seimbang. Ketegangan antara ideal tradisional yang diwariskan secara kultural dan tuntutan realitas kontemporer yang lebih cair memicu luka psiko-sosial akibat ketidaksesuaian antara ekspektasi normatif dan kenyataan. Dalam sistem patriarki, laki-laki dikondisikan menerima mitos “pria sejati” yang identik dengan kekuatan, ketangguhan, dan ketidaktergantungan emosional. Penulis JJ Bola dalam *Mask Off: Masculinity Redefined* menyatakan bahwa laki-laki dipaksa memakai “topeng” maskulinitas demi memenuhi ekspektasi masyarakat, yang pada akhirnya membatasi potensi kemanusiaan dan membuat mereka menderita secara emosional (Siahaan, 2023). Kasus kekerasan berbasis gender, penolakan kesetaraan oleh gerakan konservatif, hingga gangguan kesehatan mental dan tingginya angka bunuh diri menjadi cerminan nyata dari krisis ini.

Secara historis, istilah maskulinitas (*rujūliyyah*) mulai mengemuka dalam kajian akademis pada akhir dekade 1970-an sebagai konsep relasional yang membedakan atribut, perilaku, dan peran laki-laki dari perempuan (*feminitas/nisā'iyah*), di mana karakteristik tersebut tidak inheren secara biologis melainkan dikonstruksi secara kultural melalui pola asuh, media, hingga teks agama. Konstruksi budaya ini melahirkan konsep maskulinitas hegemonik yang diartikan oleh R.W. Connell sebagai gambaran ideal tentang laki-laki yang dominan, sukses, dan berkuasa. Tuntutan rigid ini dirumuskan oleh Robert Brannon ke dalam empat prinsip utama budaya populer, yaitu:

- *No Sissy Stuff!* (penolakan total terhadap segala aspek yang dianggap feminin atau kekanak-kanakan);
- *Be a Big Wheel* (pengukuran nilai pria berdasarkan kekuatan, kesuksesan finansial, kekayaan, atau status sosial—mirip dengan konsep filosofi Jawa mengenai *garwo*, *bondo*, *turonggo*, *kukilo*, dan *pusoko*);
- *Be a Sturdy Oak* (tuntutan kontrol emosi yang ketat seperti doktrin “laki-laki tidak boleh menangis”); serta
- *Give 'em Hell* (dorongan agresi, keberanian, dan pengambilan risiko konfrontatif). (Kimmel, 2013)

John Beynon menambahkan bahwa citra ini terus bertransformasi tiap dekade, mulai dari model tradisional pra-1980, kehadiran *New Man* (baik sebagai *nurturer* yang mendukung feminisme maupun *narcissist* yang konsumtif) pada 1980-an, kultus *New Lad* yang macho pada 1990-an, hingga tren *Metroseksual* pada tahun 2000-an. Kombinasi dari berbagai mitos ini—termasuk *good guy myth* dan homofobia sistemik—menciptakan ketakutan neurotik terhadap penilaian laki-laki lain, memicu rasa malu yang mendalam, serta memaksa laki-laki menyembunyikan kerentanan mereka karena tidak adanya ruang aman untuk mengekspresikan luka batin. (Demartoto, n.d.)

Luka identitas ini terbukti menjadi pengalaman universal yang melintasi zaman dan terekam dalam berbagai disiplin. Dalam sastra klasik, karya Thomas Malory berjudul *Morte Darthur* merepresentasikan ketidakmampuan tokoh ksatria seperti Sir Lancelot, Sir Gawain, dan Raja Arthur dalam memenuhi ekspektasi ganda antara otoritas maskulin, loyalitas, dan kompleksitas emosi manusiawi mereka, yang berakhir pada kehancuran relasi sosial dan luka eksistensial (Houswitschka). Sementara dalam psikoanalisis kontemporer, Cristiana Cimino menjelaskan luka ini melalui konsep “ekonomi falik”, sebuah sistem simbolik yang mengukur harga diri laki-laki melalui lambang keutuhan, kepemilikan, dan dominasi kekuasaan. Ketika tatanan simbolik ini mengalami disrupsi struktural—seperti yang terjadi pada masa krisis epidemiologi global—banyak laki-laki mengalami disorientasi peran, kehilangan kendali, dan meresponsnya secara regresif. Hal ini terbukti dari lonjakan drastis kasus kekerasan domestik global yang menunjukkan bahwa *wounded masculinity* bukan sekadar problem psikologis personal, melainkan manifestasi nyata dari penderitaan internal laki-laki akibat beban ekspektasi patriarki yang gagal diurai (Cimino, 2022).

Sebagai respons transformatif atas krisis sosiopsikologis tersebut, pendekatan tafsir Al-Qur'an dihadirkan dalam diskursus ini sebagai jembatan strategis. Melalui reinterpretasi teks suci, masyarakat Muslim dapat merefleksikan ulang konsep maskulinitas dengan mengintegrasikan nilai-nilai keadilan, kasih sayang, dan kesetaraan kemanusiaan, sekaligus meruntuhkan kerangka patriarki yang represif demi memulihkan luka batin laki-laki secara holistik.

### Potret Maskulinitas pada Masa Turunnya Al-Qur'an

Potret maskulinitas pada masa turunnya Al-Qur'an tidak dapat dilepaskan dari konteks sosial-budaya Arab pra-Islam (Jahiliyah) yang sangat kental dengan struktur patriarki. Pada masa ini, laki-laki ditempatkan sebagai pusat kekuasaan yang mengendalikan hampir seluruh aspek kehidupan sosial, politik, dan budaya, sementara perempuan berada pada posisi marginal. Secara historis, struktur patriarki di kawasan Timur Tengah memiliki akar yang panjang, salah satunya berasal dari warisan hukum peradaban Mesopotamia seperti Kode Hammurabi ( $\pm 1750$  SM) dan Kode Asyur ( $\pm 1000$  SM). Hukum-hukum kuno tersebut secara legal-formal melembagakan dominasi laki-laki, membatasi mobilitas perempuan melalui praktik seklusi dan kewajiban berkerudung, menetapkan seksualitas perempuan sebagai properti pria (ayah lalu suami), hingga melegalkan hukuman fisik yang berat. Akumulasi nilai-nilai misoginis dari tradisi Mesopotamia, Yunani-Romawi, hingga Bizantium ini membentuk tatanan patriarki represif yang mengakar kuat menjelang lahirnya Islam. Di Jazirah Arab yang didominasi gurun pasir, kondisi ini diperparah oleh pembagian peran gender yang kaku: laki-laki mendominasi ranah publik dan militer untuk mempertahankan kabilah, sedangkan perempuan terisolasi di ranah domestik, ditempatkan sejajar dengan harta benda, mengalami beban poligami tanpa batas, hingga menjadi korban praktik penguburan bayi perempuan hidup-hidup (*wa'dul banāt*) (Roth, 1997).

Fondasi utama yang menopang sekaligus melegitimasi struktur maskulinitas patriarkal ini adalah semangat *'ashabiyyah*, yaitu loyalitas kesukuan tanpa syarat yang bersifat chauvinistik. Dalam kehidupan Badui yang keras, *'ashabiyyah* memiliki fungsi ganda; di satu sisi ia menjamin kohesi sosial dan kelangsungan hidup kabilah dari agresi kelompok lain melalui persatuan ikatan darah, namun di sisi lain ia memperkuat dominasi maskulin. Konsep ini menempatkan para pemuda yang memiliki kekuatan fisik dan militansi perang sebagai benteng perlindungan komunitas. Akibatnya, kualitas utama seorang laki-laki (*murū'ah*) diukur dari keberaniannya (*syajā'ah*) mengangkat senjata, melakukan agresi, dan kesiapan menghadapi kekerasan. Pola relasi sosial yang hierarkis ini menempatkan laki-laki sebagai pusat otoritas mutlak dan penopang tunggal kehormatan kolektif kabilah (Hitti, 1970).

Konstruksi maskulinitas Jahiliyah yang rigid ini direkam, diabadikan, dan disebarluaskan melalui tradisi lisan, terutama syair-syair pujian (*madh*) dan kebanggaan (*fakhr*). Dalam puisi *Mu'allaqah Labīd*, laki-laki sejati digambarkan lewat metafora heroik yang militeristik seperti "pemukul tengkorak" (*strikers of skulls*) dan "penebas gelombang" (*cutting tides*). Standar kejantanan menuntut pembuktian konkret berupa keberanian mutlak di medan perang, kesiapan mengorbankan nyawa demi kabilah, serta performativitas sosial seperti perjudian dan ritual minum anggur sebagai penanda kemurahan hati dan status sosial tinggi. Sebaliknya, penolakan terhadap perang dan kegagalan menuntut balas darah (*revenge*) dianggap sebagai aib besar yang meruntuhkan status kekelakuan. Sebagaimana terekam dalam puisi elegi Umm 'Amr bin Waqdah yang berjudul *Take up the Eye Pencil!*, laki-laki yang enggan membalas dendam disindir untuk menanggalkan senjata mereka dan dipaksa memakai pensil alis serta baju perempuan. Penyair dalam kultur Jahiliyah bertindak sebagai arsitek ideologis; mereka menyusun pola puisi (*qashidah*) bernada gagah untuk menguji kedewasaan, memuja kekerasan simbolik, sekaligus menjustifikasi bahwa laki-laki adalah pusat makna dan kekuasaan tunggal (Stetkevych, 1993).

Realitas ini mencerminkan bahwa menjelang turunnya Al-Qur'an, masyarakat Arab berada dalam krisis kemanusiaan akut akibat pola maskulinitas hegemonik yang timpang. Sifat-sifat kemanusiaan seperti kelembutan dan kasih sayang dianggap sebagai kelemahan yang merendahkan martabat pria. Dampak destruktif dari dominasi ekstrem ini melahirkan ketidakadilan struktural yang masif bagi kelompok rentan: perempuan dikomodifikasi, anak-anak perempuan dibunuh (sebagaimana dikecam dalam QS. al-Anām [6]: 137), dan para budak dieksploitasi secara ekonomi maupun seksual tanpa perlindungan hukum. Selain itu, fanatisme *'ashabiyyah* yang berlebihan memicu lingkaran setan perang antarsuku yang berkepanjangan hanya karena persoalan sepele demi harga diri maskulin. Oleh karena itu, Al-Qur'an turun sebagai intervensi etis dan respons langsung terhadap krisis nilai tersebut. Wahyu hadir

membawa semangat pembebasan budak (QS. al-Balad [90]: 11-13, al-Mujādilah [58]: 3, al-Māidah [5]: 89, an-Nisā [4]: 92, dan at-Taubah [9]:60), serta perintah rekonsiliasi untuk meredakan kekerasan (QS. al-Hujurat [49]: 9-10), guna meruntuhkan standar maskulinitas Jahiliyah yang destruktif dan menata kembali fondasi peradaban baru yang berbasis pada keadilan, ketakwaan, serta kasih sayang yang setara (Digarizki, 2021).

### Strategi Qur'ani dalam Merespons *Wounded Masculinity*

Dalam merespons fenomena *wounded masculinity*, Al-Qur'an tidak hanya menawarkan solusi ketika luka maskulinitas telah terjadi, tetapi juga memberikan nilai-nilai preventif untuk mencegah terbentuknya konstruksi maskulinitas yang tidak sehat. Melalui berbagai ayat dan kisah para tokohnya, Al-Qur'an menghadirkan prinsip-prinsip yang membentuk karakter laki-laki secara seimbang, yakni kuat sekaligus empatik, tegas namun tetap manusiawi. Oleh karena itu, strategi Qur'ani dalam mengatasi *wounded masculinity* dapat dipahami melalui dua pendekatan, yaitu ayat-ayat preventif yang berfungsi membangun fondasi maskulinitas yang sehat dan ayat-ayat kuratif yang berfungsi sebagai sarana pemulihan terhadap dampak psikologis, sosial, maupun spiritual yang ditimbulkan oleh *wounded masculinity*. Kedua pendekatan tersebut menunjukkan bahwa Al-Qur'an menawarkan solusi yang komprehensif, tidak hanya berorientasi pada pencegahan, tetapi juga pada proses penyembuhan dan transformasi diri.

**Tabel 1. Ayat-ayat Preventif terhadap *Wounded Masculinity***

No	Kriteria	Ayat al-Qur'an
1	Pengendalian emosi dan kesadaran diri	QS. Alī 'Imran [3]: 134 dan QS. Al-Furqān [25]: 63
2	Kerendahan hati dan anti dominasi	QS. Luqmān [31]: 18-19 dan QS. Al-Hujurat [49]: 11-13
3	Pengendalian hasrat dan etika seksual	QS. An-Nur [24]: 30-31
4	Tanggung jawab sebagai <i>qawwām</i> (pelindung, bukan penguasa)	QS. An-Nisā [4]: 34 dan QS. Al-Baqarah [2]: 233,
5	Keadilan dan empati sosial	QS. An-Nisā [4]: 135 dan QS. Al-Ma'un [107]: 1-3.
6	Pengendalian nafsu kekuasaan	QS. Al-Hadid [57]: 23-25

**Tabel 2. Ayat-ayat Kuratif sebagai Solusi Penyembuhan**

No	Kriteria	Ayat al-Qur'an
1	Penyucian Jiwa ( <i>Tazkiyyah an-Nafs</i> )	QS. Asy-Syams [9]: 7-10
2	Kesabaran dan kesadaran spiritual	QS. Al-'Ashr [103]: 1-3 dan QS. Al-Baqarah [2]: 177
3	Rekonsiliasi Relasional	QS. An-Nisā [4]: 19 dan QS. Al-Mu'minun [23]: 1-11
4	Amar Ma'ruf sebagai Jalan Pemulihan Sosial	QS. 'Alī 'Imrān [3]: 104

### *Positive Masculinity* Perspektif Al-Qur'an

Pembahasan mengenai *positive masculinity* (maskulinitas positif) dalam Islam berakar secara fundamental pada sumber ajaran utama, yaitu Al-Qur'an. Kitab suci ini tidak sekadar menjadi pedoman hukum normatif dan akidah dogmatis, melainkan bertindak sebagai panduan moral dan spiritual komprehensif dalam membentuk karakter manusia ideal (*al-insān al-kāmil*), termasuk dalam mendekonstruksi sekaligus memaknai ulang peran serta identitas laki-laki.

Al-Qur'an menampilkan sosok laki-laki dalam berbagai dimensi eksistensial—mulai dari peran sebagai nabi, pemimpin masyarakat, ayah, suami, hingga sebagai hamba Allah (*'abd Allah*)—yang seluruhnya diikat oleh nilai keimanan, tanggung jawab, dan kasih sayang yang mendalam.

### Constructing Prophetic Masculinity: 10 Prinsip Kepemimpinan Profetik

Dalam perspektif Al-Qur'an, *positive masculinity* menolak parameter konvensional yang mengukur kejantanan dari dominasi sosial, agresi fisik, atau represi emosional. Al-Qur'an menawarkan paradigma alternatif berupa *prophetic masculinity* (maskulinitas profetik).

Model ini dibangun atas nilai-nilai kenabian yang terejawantahkan secara konkret melalui fragmen kehidupan para nabi, khususnya kisah perjuangan Nabi Musa AS dan disempurnakan oleh keteladanan Nabi Muhammad SAW. Karakter ideal ini merangkum sepuluh prinsip strategis dalam pengelolaan risiko, kepemimpinan, dan perlindungan keluarga:

- *Family Comes First* (Keluarga sebagai Prioritas Utama): Nabi Musa menempatkan keselamatan, kehangatan, dan kenyamanan keluarganya di atas kepentingan pribadi. Ia memastikan mereka berada dalam kondisi aman sebelum dirinya menelusuri sumber api di tengah kegelapan malam yang dingin, menegaskan bahwa laki-laki profetik tidak mengorbankan ruang domestik demi ambisi ego atau publik.
- *Present Danger is Better than Hidden Danger* (Bahaya Nyata Lebih Baik daripada Bahaya Tersembunyi): Musa menyadari risiko meninggalkan keluarganya sejenak di padang pasir, namun ia mengkalkulasi bahwa bahaya yang terukur dan diketahui jauh lebih mudah diantisipasi daripada ancaman tersembunyi yang tidak jelas. Ini merefleksikan aspek rasionalitas, ketajaman analisis, dan kehati-hatian kepemimpinan.
- *Danger to One is Better than Exposing Many* (Menanggung Risiko Pribadi demi Melindungi Banyak Orang): Ia memilih untuk mengekspos dirinya sendiri terhadap potensi bahaya di lereng gunung daripada membiarkan seluruh anggota keluarganya menghadapi risiko tersebut. Prinsip ini menunjukkan watak *altruistik*, keberanian moral, dan kesiapan berkorban sebagai pelindung.
- *One Person Makes the Final Decision* (Pemimpin yang Tegas dalam Keputusan): Dalam situasi krisis dan genting, ketegasan mengambil keputusan akhir mutlak diperlukan. Laki-laki Qur'ani tidak bersikap ragu-ragu; ia memimpin dengan arah yang jelas, berbasis ketegasan moral dan bukan atas dasar kesewenang-wenangan otoriter.
- *Leaders Consult and Explain* (Pemimpin Berkonsultasi dan Menjelaskan Keputusan): Kendati memiliki otoritas penuh, Nabi Musa tidak bertindak sewenang-wenang. Ia mengomunikasikan rencana dan alasannya secara rasional serta transparan kepada keluarganya. Hal ini membuktikan bahwa otoritas maskulinitas positif lahir dari ruang dialog dan kepercayaan, bukan dari paksaan atau intimidasi.
- *Speak to All Whom the Decision Impacts* (Melibatkan Semua Anggota Keluarga): Al-Qur'an mencatat bahwa Musa berbicara kepada seluruh keluarganya (*ahlihi*), bukan hanya kepada istrinya secara eksklusif. Prinsip ini menuntut inklusivitas, rekognisi, dan penghargaan terhadap eksistensi serta hak suara seluruh anggota domestik tanpa kecuali.
- *Don't Promise What is Not Assured* (Tidak Menjanjikan yang Tidak Pasti): Musa secara jujur berkata, "Mungkin aku dapat membawa sesuatu (*obor*) untukmu," menggunakan klausul probabilitas dan bukan kepastian palsu. Kejujuran dalam berjanji mencerminkan integritas moral yang tinggi, yang menjadi fondasi utama tegaknya stabilitas kepercayaan di dalam relasi interpersonal.
- *Maximize Benefit from Danger* (Memetik Manfaat dari Situasi Sulit): Di tengah situasi penuh risiko dan ketidakpastian di padang pasir, Musa tetap optimis mencari peluang kebaikan, petunjuk, dan keselamatan. Ini mencerminkan optimisme profetik: kemampuan mental untuk mengubah krisis menjadi peluang spiritual dan praktis.
- *Prioritize* (Menentukan Skala Prioritas): Musa mendahulukan kebutuhan primer dan mendesak keluarganya sebelum memikirkan urusan mencari jalan keluar dari padang pasir. Dimensi ini menuntut kecerdasan emosional dan kematangan manajemen skala prioritas di tengah tekanan.
- *Take Responsibility* (Mengambil Tanggung Jawab Penuh): Penggunaan kata "*inni*" (sesungguhnya aku) oleh Nabi Musa menegaskan kesiapan personal untuk memikul tanggung jawab penuh atas keputusan yang diambil. Maskulinitas profetik menolak mentalitas melempar kesalahan (*blame-shifting*) dan memilih berdiri paling depan menanggung segala konsekuensi (Ibrahim, 2019).

### **Ekspresi Emosional *Positive Masculinity* dalam Al-Qur'an**

Al-Qur'an secara radikal mengoreksi bias sosiologis yang menuntut laki-laki menjadi sosok yang kaku, dingin, atau kedap emosi, dengan cara menampilkan figur para nabi sebagai manusia yang memiliki keluasan spektrum emosional, kasih, dan kerentanan. Kesedihan dan air mata di dalam kerangka Qur'ani tidak diposisikan sebagai tanda kelemahan, melainkan sebagai manifestasi kehalusan spiritual (*layn al-qalb*) dan kedalaman iman. Hal ini terekam kuat pada figur Nabi Ya'qub dalam Surat Yusuf [12]: 84-86 yang melakukan sublimasi emosional secara matang (*kazhm*); ia memilih menahan duka mendalam akibat kehilangan putranya agar tidak meledak menjadi keluhan destruktif kepada manusia, melainkan mengadukannya secara eksklusif kepada Allah ("*innamā asyū batsī wa huznī ilallāh*"). Qadhi Thana'ullah Panipati menegaskan bahwa duka Ya'qub bukanlah keterikatan duniawi yang dangkal, melainkan bentuk ujian cinta rohani (*fitnah al-hubb*) terhadap kesucian spiritual Yusuf sebagai calon nabi. Puncak dari pengelolaan emosi yang sehat (*healing masculinity*) ini ditutup indah dalam Surat Yusuf

[12]: 99-100 melalui pertemuan kembali yang penuh tangis bahagia, yang menurut *Tafsir Al-Mishbah* merupakan simbol keharuan suci yang menandai rekonsiliasi total dan visualisasi janji Ilahi. Keseimbangan emosional serupa juga ditunjukkan oleh Rasulullah dalam Surat at-Tawbah [9]: 40 saat menenangkan Abu Bakar di Gua Tsur lewat kalimat lembut "*lâ tahzan innallâha ma'anâ*". Tindakan ini bukanlah penyangkalan terhadap rasa takut, melainkan bentuk empati aktif yang memancarkan ketenangan batin (*contagious serenity*) dan mengubah kecemasan menjadi kekuatan tawakal yang kokoh.

Lebih jauh, Al-Qur'an menegaskan bahwa mengakui keterbatasan diri di hadapan Tuhan merupakan bentuk kejujuran eksistensial, di mana keteguhan iman justru lahir dari kesadaran akan kerapuhan manusia. Keteladanan ini ditunjukkan oleh Nabi Zakariya dalam Surat Maryam [19]: 2-4 yang memanjatkan doa secara lirih dan rahasia (*nidâ'an khafiyâ*) demi menjaga ketulusan, seraya secara transparan mengakui kemerosotan fisiknya tanpa sedikit pun kehilangan harapan akan rahmat Allah. Sikap berserah diri yang agung ini bersanding dengan kisah Nabi Ayyub dalam Surat al-Anbiyâ [21]:83 yang mengadukan penyakitnya dengan adab tingkat tinggi tanpa diwarnai keluhan destruktif. Sebagaimana dianalisis dalam *Tafsir al-Marâghî*, Ayyub bahkan merasa malu meminta kesembuhan secara eksplisit karena menyadari masa sehat yang pernah ia nikmati jauh lebih lama dibanding masa penderitaannya, sebuah bukti nyata dari jiwa besar yang mampu merangkul rasa sakit (*embracing the wound*) dengan tetap berprasangka baik kepada Allah.

Sebagai pelengkap dari dimensi kerentanan tersebut, Al-Qur'an memosisikan kasih sayang (*rahmah*) dan empati sebagai inti dari identitas kepemimpinan maskulin dalam Islam. Surat at-Tawbah/9:128 melukiskan kepribadian Rasulullah sebagai pemimpin yang hatinya ikut teriris melihat kesulitan umatnya (*'azîzun 'alaihi mâ 'anittum*) serta bersikap penyantun lagi penyayang (*ra'ûf rahîm*) layaknya seorang ayah, mengukuhkan model *servant leadership* yang memadukan keberanian moral dan kepedulian sosial. Kepekaan sosial yang tinggi ini mewujud pula dalam aksi heroisme Nabi Musa di sumur Madyan (Surat al-Qashash [28]:23-24), di mana ia secara refleks membantu dua perempuan terpinggirkan tanpa pamrih. Melalui integrasi kisah-kisah agung ini, Al-Qur'an menetapkan paradigma *positive masculinity* yang berakar pada keseimbangan mutlak antara *quwwah* (kekuatan/keteguhan jiwa) dan *rahmah* (kelembutan hati); sebuah konsep ideal yang membuktikan bahwa maskulinitas sejati tidak diukur dari dominasi ego atau penindasan emosi, melainkan dari keberanian untuk bersikap jujur pada diri sendiri, peka terhadap sesama, dan berserah diri sepenuhnya kepada Allah (at-Thabari) (Katsir).

#### D. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa *wounded masculinity* merupakan krisis identitas laki-laki yang lahir dari konstruksi maskulinitas hegemonik yang menuntut dominasi, kekuatan, dan pengekangan emosi sebagai standar ideal kelelakian. Konstruksi tersebut tidak hanya membatasi ruang ekspresi emosional laki-laki, tetapi juga berkontribusi terhadap berbagai persoalan sosial dan psikologis, seperti gangguan kesehatan mental, perilaku berisiko, kekerasan, serta ketimpangan relasi gender. Dengan demikian, *wounded masculinity* tidak dapat dipahami semata sebagai persoalan individu, melainkan sebagai dampak dari sistem sosial yang membentuk dan mempertahankan standar maskulinitas yang kaku.

Berdasarkan analisis terhadap ayat-ayat Al-Qur'an, penelitian ini menemukan bahwa Al-Qur'an tidak menghadirkan model maskulinitas yang tunggal dan hegemonik. Sebaliknya, Al-Qur'an mengakui keberagaman pengalaman laki-laki, termasuk aspek kerentanan, kesedihan, ketakutan, dan kebutuhan emosional yang tercermin dalam kisah para nabi dan tokoh teladan. Nilai-nilai kesetaraan, keadilan, kasih sayang (*rahmah*), tanggung jawab, dan musyawarah menjadi landasan Qur'ani dalam membangun relasi gender yang lebih manusiawi. Temuan ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an menawarkan paradigma maskulinitas yang tidak berorientasi pada dominasi, melainkan pada kematangan moral dan spiritual.

Sebagai respons terhadap fenomena *wounded masculinity*, penelitian ini menawarkan konsep *positive masculinity* berbasis nilai-nilai Al-Qur'an yang menekankan tanggung jawab, empati, kemampuan mengelola emosi, dan kemitraan dalam relasi gender. Transformasi menuju *positive masculinity* memerlukan pendekatan yang bersifat kultural, struktural, dan institusional melalui peran keluarga, lembaga pendidikan, institusi keagamaan, serta kebijakan publik yang mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan sosial laki-laki. Secara teoretis, penelitian ini memperkaya kajian tafsir gender dengan menghadirkan perspektif maskulinitas

dalam studi Al-Qur'an, sekaligus membuka ruang bagi penelitian lanjutan yang mengkaji fenomena *wounded masculinity* dari perspektif yang lebih interdisipliner.

## E. Referensi

- Darwin, M. (1999). Makulinitas: Posisi Lak-laki dalam Masyarakat Patriarkis. *Jurnal Center for Population and Policy Studies Gadjah Mada University*, 3.
- Sufiyana, A. Z. (2017). Relasi Gender dalam Kajian 'The Tao of Islam, Karya Sachiko Murata'. *Jurnal Tadrib*, 120.
- Hodges, K. (2009). Wounded Masculinity: Injury and Gender in Sir Thomas Malory's 'Le Morte Darthur'. *Studies in Philology*, 2.
- Connel, R. W., & Messerschmidt, J. W. (2005). Hegemonic Masculinity: Rethinking the Concept. *Gender and Society*, 835-836.
- Permana, S. (2025, Mei 17). *Laki-laki Korban Pelecehan. Korban Pelecehan dan Kekerasan Seksual Tidak Memandang Gender.* Retrieved from <https://www.instagram.com/reel/DJtlaE8TvUr/>
- Febriani, N. A. (2025). *Falosentrisme dan Implikasinya Terhadap Stereotipe Tafsir Gender: Inisiasi "Metode Gebder Writing"*. Jakarta: Orasi Ilmiah Guru Besar Ilmu Tafsir Pascasarjana Universitas PTIQ Jakarta.
- Siahaan, R. (2023). Tentang Lelaki Sejati dan Mitos-Mitos Maskulinitas Lainnya. *Whiteboard Journal*.
- Osella, F., & Carolina, O. (2000). Migration, Money and Masculinity in Kerala. *The Journal of the Royal Anthropological Institute*, 120.
- Kimmel, M. S. (2013). *Masculinity as Homophobia: Fear, Shame and Silence in The Construction of Gender Identity*. New York: Routledge.
- Demartoto, A. (n.d.). *Konsep Maskulinitas dari Jaman ke Jaman dan Citranya dalam Media*. Retrieved from <https://argyo.staff.uns.ac.id/files/2010/08/maskulinitas-ind1.pdf>
- Houswitschka, C. (n.d.). Masculinity in Thomas Malory's Morte Darthur. *Configuring Masculinity in Theory and Literary Practic*, 8-10.
- Cimino, C. (2022). The Wounds of The Masculine. *The European Journal of Psychoanalysis*.
- Roth, M. T. (1997). *Writings from the Ancient World: Law Collections from Mesopotamia and Asia Minor*. United State of America: Acid Free Paper.
- Hitti, P. K. (1970). *History of the Arabs*. Great Britain: Library of Congress Catalog Card Number.
- Stetkevych, S. P. (1993). *The Mute Immortals Speak: Pre-Islamic Poetry and Poetics of Ritual*. New York: Cornell University.
- Digarizki, I. (2021). Ayat-ayat Perdamaian dalam Tafsir Al-Azhar Perspektif Teori Double Movement Fazlur Rahman. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Raushan Fikr*, 117-118.
- Ibrahim, Y. (2019). "Be a Man!" Constructing Prophetic Masculinity. *Yaqeen Institute for Islamic Research*, 6-8.
- at-Thabari, I. J. (n.d.). *Jāmi' al-Bayan*. Al-Bāhis al-Qur'anī.
- Katsir, I. (n.d.). *Tafsīr al-Qur'an al-Adzīm*. Al-Bahīs al-Qur'anī.