

KONTRASEPSI MENURUT PANDANGAN GEREJA KATOLIK DAN IMPLEMENTASINYA BAGI KEHIDUPAN BERKELUARGA MASA KINI

Noverin Andrea Anang, Joyce Anggraeni, Yanto Sandy Tjang*,
Mayong Andreas Acin

Program Studi Magister Teologi Katolik
Sekolah Tinggi Agama Katolik Negeri Pontianak
*Email: ystjang17766@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pandangan Gereja Katolik mengenai moralitas kontrasepsi buatan melalui ajaran magisterial serta dampaknya bagi kehidupan berkeluarga masa kini. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan metode studi pustaka, penelitian ini menganalisis dokumen resmi Gereja seperti *Casti Connubii*, *Humanae Vitae*, *Familiaris Consortio*, *Amoris Laetitia*, dan Katekismus Gereja Katolik, serta literatur akademik dan laporan survei internasional yang menggambarkan pandangan umat mengenai kontrasepsi. Analisis isi dilakukan melalui proses reduksi data, penyajian temuan, dan penarikan kesimpulan untuk mengidentifikasi tema teologis dan pastoral terkait moralitas kontrasepsi. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara ajaran Gereja yang konsisten menolak kontrasepsi buatan karena dinilai memisahkan makna penyatuan dan prokreasi dari relasi seksual dengan praktik umat yang cenderung menerima kontrasepsi sebagai pilihan moral yang wajar dalam konteks medis, sosial, dan ekonomi kontemporer. Kesimpulannya, meskipun Gereja menawarkan metode Keluarga Berencana Alamiah sebagai alternatif yang sejalan dengan hukum kodrat, kesenjangan antara doktrin dan realitas umat memerlukan pendekatan pastoral yang lebih dialogis, edukatif, dan berbelaskasihan agar ajaran Gereja tetap relevan dan dapat dihayati dalam kehidupan keluarga Katolik masa kini.

Kata kunci: Gereja Katolik, *Humanae Vitae*, Keluarga berencana alamiah, Kontrasepsi, Moralitas seksual.

Abstract

*This study aims to investigate the Catholic Church's view on the morality of artificial contraception through magisterial teachings and its implications for contemporary family life. Using a qualitative approach and literature study method, this research analyzes official Church documents such as *Casti Connubii*, *Humanae Vitae*, *Familiaris Consortio*, *Amoris Laetitia*, and the *Catechism of the Catholic Church*, as well as academic literature and international survey reports that illustrate the perspectives of the faithful regarding contraception. Content analysis is conducted through data reduction, presentation of findings, and conclusion drawing to identify theological and pastoral themes related to the morality of contraception. The results reveal a significant discrepancy between the Church's teachings which consistently reject artificial contraception for separating the unitive and procreative meanings of*

sexual relations, and the practices of many Catholics who tend to view contraception as a morally acceptable option within contemporary medical, social, and economic contexts. In conclusion, although the Church proposes Natural Family Planning methods as an alternative aligned with natural law, the gap between doctrine and lived reality requires a more dialogical, educational, and compassionate pastoral approach so that Church teaching remains relevant and meaningful in the lives of Catholic families today.

Keywords: Catholic Church, Contraception, *Humanae Vitae*, Natural family planning, Sexual morality.

PENDAHULUAN

Pertumbuhan populasi menjadi isu strategis di berbagai negara, terutama di negara berkembang. Banyak negara berupaya menekan laju peningkatan jumlah penduduk melalui program keluarga berencana dan menyediakan beragam macam pilihan kontrasepsi buatan (Azzahra & Sundari, 2022). Perkembangan teknologi kesehatan, dinamika sosial, dan perubahan pola hidup turut memberi kesempatan bagi pasangan suami-istri untuk mengatur kelahiran secara lebih terencana. Namun, penggunaan kontrasepsi buatan menimbulkan perdebatan moral, khususnya dalam konteks Gereja Katolik yang konsisten memegang ajaran tradisional dan menempatkan tindakan seksual sebagai bagian dari martabat manusia dan rencana ilahi terkait terwujudnya kehidupan baru (Francis, 2016).

Ajaran Gereja Katolik mengenai kontrasepsi dinyatakan secara tegas melalui Ensiklik *Humanae Vitae* (Paul VI, 1968), yang menegaskan bahwa seluruh bentuk kontrasepsi buatan bertentangan dengan hukum kodrati maupun hukum ilahi. Penegasan ini kemudian diperluas melalui dokumen-dokumen magisterial berikutnya, termasuk *Familiaris Consortio* (Yohanes Paulus II, 1981), *Amoris Laetitia* (Francis, 2016), dan Katekismus Gereja Katolik (Katekismus Gereja Katolik, 1995). Ketidaksinkronan antara ajaran resmi Gereja dan pengalaman konkret umat, terutama dalam konteks kemajuan dunia medis dan perubahan sosial, memunculkan ketegangan pastoral yang menuntut pendalaman teologis, khususnya melalui perspektif Teologi Tubuh, antropologi Kristiani, dan spiritualitas perkawinan (Ignaciuk & Kelly, 2020).

Secara umum, kontrasepsi dipahami sebagai berbagai usaha untuk mencegah kehamilan, baik melalui penghambatan ovulasi, pencegahan pembuahan, penghalangan implantasi, maupun melalui tindakan permanen seperti vasektomi dan tubektomi. Dalam konteks Indonesia, metode kontrasepsi diklasifikasikan ke dalam metode alami, hormonal, alat, spermisida, dan prosedur bedah (Munandar, 2024). Gereja Katolik, sebaliknya, memberi penekanan pada penilaian moral tindakan, yakni apakah cara pengaturan kelahiran tersebut menghormati dua tujuan kodrati relasi seksual: kesatuan

suami-istri (*unitive*) dan keterbukaan pada kehidupan (*procreative*) (Ouellet, 2015). Sejumlah dokumen Magisterium mempertegas bahwa kontrasepsi buatan secara moral tidak dapat dibenarkan karena memisahkan dua makna hakiki relasi suami-istri tersebut. Oleh karena itu, Gereja merekomendasikan metode Keluarga Berencana Alamiah (KBA) sebagai satu-satunya cara yang secara moral dapat diterima dalam mengatur kelahiran (Nadeak, 2003). Meski demikian, survei global menunjukkan bahwa sebagian besar umat Katolik masa kini cenderung melihat kontrasepsi sebagai praktik yang dapat diterima secara moral. Kondisi pastoral ini menimbulkan pertanyaan lebih luas mengenai bentuk respons Gereja terhadap dinamika umat yang hidup dalam realitas medis dan sosial yang terus berubah (Ignaciuk & Kelly, 2020; Kelly, 2023).

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pandangan Gereja Katolik mengenai moralitas kontrasepsi buatan melalui ajaran magisterial serta dampaknya bagi kehidupan berkeluarga masa kini. Dengan menelaah dokumen-dokumen Gereja dan realitas pastoral, penelitian ini berusaha menjelaskan ketegangan antara prinsip moral Gereja dan praktik kontrasepsi modern, sekaligus menilai relevansi metode KBA dalam konteks sosial dan medis saat ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka untuk mengkaji ajaran Gereja Katolik mengenai moralitas kontrasepsi serta dinamika pastoral yang menyertainya dalam konteks sosial kontemporer. Sumber data utama berasal dari dokumen resmi Gereja, termasuk ensiklik, exhortasi apostolik, dan berbagai teks Magisterium yang berhubungan langsung dengan isu kontrasepsi. Di samping itu, penelitian ini menggunakan literatur ilmiah, baik artikel jurnal maupun buku akademik terbitan dekade terakhir, serta laporan survei internasional yang menyoroti pandangan umat Katolik terhadap penggunaan kontrasepsi.

Tahap pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran literatur primer dan sekunder secara sistematis untuk mengidentifikasi tema-tema teologis dan pastoral yang terkait dengan praktik kontrasepsi, khususnya dalam kaitannya dengan hubungan antara ajaran Gereja dan pengalaman konkret umat. Analisis data menerapkan teknik analisis isi, yakni dengan menelaah, menafsirkan, dan mensintesis makna yang terkandung dalam dokumen Gereja maupun temuan penelitian terdahulu. Proses analisis dilaksanakan melalui tiga langkah utama: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Dengan demikian, penelitian ini menghasilkan pemahaman yang

lebih menyeluruh mengenai posisi Gereja serta bentuk respons umat terhadap penggunaan kontrasepsi buatan dalam realitas sosial masa kini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kontrasepsi: Medis vs Teologis

Secara etimologis, kontrasepsi berasal dari kata *contra* (melawan) dan *conception* (pembuahan), sehingga secara umum dipahami sebagai upaya mencegah terjadinya konsepsi. Dalam perspektif medis, definisi ini bersifat teknis dan fungsional. Kontrasepsi dinilai berdasarkan mekanisme kerja, efektivitas penggunaan, serta aspek keamanannya bagi perempuan dan laki-laki. Pendekatan medis tidak menyoroti dimensi moral, sebab fokusnya berada pada kesehatan reproduksi dan kualitas hidup pasangan. Bahkan, sejumlah metode kontrasepsi dianggap memberikan manfaat tambahan seperti pengaturan siklus menstruasi atau pencegahan infeksi menular seksual melalui penggunaan kondom (Ignaciuk & Kelly, 2020).

Berbeda dengan pendekatan medis, Gereja Katolik mendefinisikan kontrasepsi dalam kerangka moral-teologis, yakni melalui penilaian apakah suatu tindakan selaras dengan martabat manusia dan tujuan kodrati hubungan seksual. Pertanyaan utama bukan sekadar efektivitas dalam mencegah kehamilan, melainkan kesesuaiannya dengan makna hakiki relasi suami-istri menurut kehendak Allah. Dalam teologi moral Katolik, hubungan seksual memiliki dua tujuan kodrati yang tidak dapat dipisahkan, yakni tujuan pemersatu (*unitive*) dan tujuan prokreasi (*procreative*) (Smith et al., 2016). Kontrasepsi buatan dinilai bermasalah secara moral karena secara sengaja meniadakan atau menghambat potensi prokreasi yang melekat dalam tindakan seksual. Dengan memutus keterkaitan antara aspek pemersatu dan prokreasi, kontrasepsi buatan dianggap bertentangan dengan hukum kodrat yang tercermin dalam tubuh manusia itu sendiri. Gereja menilai bahwa moralitas tindakan ditentukan tidak hanya oleh intensi pasangan, tetapi juga oleh cara yang digunakan untuk mencapai tujuan tersebut. Karena itu, meskipun perencanaan keluarga dapat dibenarkan, penggunaan metode yang secara langsung menolak kemungkinan hadirnya kehidupan tetap ditolak (Schulz & Hamant, 2020).

Dalam beberapa tahun terakhir, perdebatan mengenai moralitas kontrasepsi kembali menguat, terutama setelah publikasi dan diskusi internal dalam lingkup Vatikan yang mencoba membaca ulang ajaran tradisional Gereja. Sejumlah analisis menunjukkan bahwa terdapat kecenderungan sebagian teolog untuk meninjau kembali penerapan hukum moral dalam konteks pastoral kontemporer (Dell'Oro & Lysaught,

2022). Perkembangan ini memicu beragam tanggapan dari kelompok *pro-life* dan teolog moral yang menilai bahwa reinterpretasi tersebut berpotensi mengaburkan ajaran Magisterium mengenai larangan kontrasepsi buatan. Selain itu, dinamika baru dalam Akademi Kepausan untuk Kehidupan (*Pontifical Academy for Life*) juga menimbulkan diskursus terkait kemungkinan pendekatan pastoral yang lebih fleksibel terhadap pasangan yang menghadapi situasi kompleks dalam pengaturan kelahiran. Namun, diskursus tersebut memperoleh kritik karena dinilai dapat menjauh dari konsistensi ajaran resmi Gereja, sebagaimana diberitakan dalam beberapa laporan analitis terbaru (Ignaciuk & Kelly, 2020). Perbedaan antara pendekatan medis yang menilai kontrasepsi dari sisi efektivitas dan fungsi biologis dan pendekatan moral-teologis yang menekankan integritas moral relasi seksual, menjelaskan mengapa perdebatan mengenai kontrasepsi tetap berlangsung hingga kini. Keduanya membahas isu yang sama tetapi menggunakan kategori konseptual dan kriteria penilaian yang berbeda. Perbedaan mendasar ini menjadi dasar munculnya berbagai perdebatan dalam Gereja Katolik mengenai moralitas kontrasepsi, terutama di tengah kompleksitas realitas sosial dan kesehatan modern.

Jenis dan Mekanisme Kerja Kontrasepsi Buatan

Kontrasepsi buatan mencakup berbagai metode yang secara langsung dirancang untuk menghambat terjadinya pembuahan atau implantasi. Dalam perspektif medis, setiap metode bekerja melalui mekanisme biologis tertentu yang berfokus pada pencegahan fertilisasi atau kehamilan (Ignaciuk & Kelly, 2020). Namun, Gereja Katolik menilai seluruh metode ini berdasarkan dimensi moral tindakan manusia, terutama terkait kesesuaian dengan tujuan kodrati hubungan seksual (Smith et al., 2016). Berikut adalah penjabaran komprehensif dari tiap jenis kontrasepsi (Ignaciuk & Kelly, 2020; Smith et al., 2016; Schulz & Hamant, 2020):

a. Metode *Barrier*

Metode ini mencakup kondom, diafragma, dan *cervical cap*. Secara medis, alat-alat tersebut bekerja dengan membentuk penghalang fisik yang mencegah pertemuan sel sperma dan sel ovum serta mengurangi risiko penularan infeksi menular seksual. Namun, Gereja memandang penggunaan metode *barrier* sebagai tindakan yang secara sengaja memisahkan dimensi persatuan dan keterbukaan pada kehidupan, sehingga mengintervensi makna prokreasi yang melekat dalam hubungan seksual.

b. Metode Hormonal

Metode hormonal meliputi pil kombinasi, pil progestin, suntikan, implan, dan koyo. Secara biologis, metode ini mencegah ovulasi, menebalkan lendir serviks, atau menipiskan endometrium untuk mencegah implantasi. Efektivitasnya tinggi dan sering direkomendasikan dalam konteks medis tertentu seperti pengaturan siklus haid atau penanganan endometriosis. Meski demikian, penggunaan hormon untuk tujuan kontrasepsi dinilai tidak dapat diterima secara moral karena secara sadar menghilangkan kemungkinan terjadinya kehidupan baru.

c. *Intrauterine Device* (IUD)

IUD hormonal maupun non-hormonal bekerja dengan menciptakan lingkungan *intrauterin* yang tidak kondusif bagi sperma, menghambat fertilisasi, atau mencegah implantasi embrio. Karena efeknya dapat meliputi pencegahan implantasi, Gereja melihat adanya potensi aborsi yang memperkuat penolakannya terhadap penggunaan IUD.

d. *Spermisida*

Spermisida merupakan gel, krim, atau busa yang mengandung bahan kimia untuk merusak membran sperma sehingga tidak dapat mencapai ovum. Dari sisi medis, metode ini mudah digunakan dan sering dikombinasikan dengan metode lain. Namun, Gereja tetap menilai *spermisida* sebagai bentuk kontrasepsi buatan yang secara langsung meniadakan kemungkinan pembuahan dan karenanya dinilai tidak sesuai dengan moralitas tindakan menurut ajaran Gereja.

e. Sterilisasi Permanen

Sterilisasi mencakup tubektomi dan vasektomi yang secara permanen menghalangi proses reproduksi. Secara medis, tindakan ini efektif tetapi bersifat tidak dapat dipulihkan. Gereja melihat sterilisasi sebagai tindakan yang bertentangan dengan martabat tubuh dan makna sakral reproduksi, kecuali dilakukan demi alasan medis serius yang tidak dimaksudkan sebagai kontrasepsi.

Teologi Perkawinan: Sakramental, Pemersatu, dan Prokreasi

Dalam pemahaman Gereja Katolik, perkawinan tidak dipandang semata sebagai institusi sosial, tetapi sebagai lembaga ilahi yang diberi martabat sakramental. Ajaran ini ditegaskan dalam *Gaudium et Spes* (Paul VI, 1965) dan diperdalam melalui Katekismus Gereja Katolik (1995), yang menempatkan perkawinan sebagai persekutuan hidup dan kasih antara laki-laki dan perempuan yang ditetapkan oleh Allah sendiri. Sebagai sakramen, perkawinan menghadirkan rahmat yang memungkinkan pasangan

untuk menghidupi cinta yang setia, saling mengampuni, dan bekerja sama dengan Allah dalam menghadirkan kehidupan baru (Francis, 2016).

Dalam kerangka sakramental tersebut, Gereja menekankan dua makna kodrati tindakan seksual: dimensi pemersatu (*unitive*) dan dimensi prokreasi (*procreative*). Makna pemersatu menunjuk pada penyerahan diri total yang diwujudkan melalui komunikasi tubuh yang mempersatukan suami dan istri. Dimensi ini dipahami sebagai bentuk kesatuan personal tanpa syarat, sebagaimana dijelaskan oleh Teologi Tubuh Yohanes Paulus II dan dianalisis lebih lanjut oleh Mayolla & Rynanta (2024). Sementara itu, makna prokreasi mengacu pada keterbukaan terhadap kehidupan baru sebagai partisipasi aktif pasangan dalam karya penciptaan Allah (Laurento, 2022). Kedua dimensi ini tidak berdiri secara terpisah, melainkan membentuk satu kesatuan moral yang integral dalam tindakan seksual. Oleh karena itu, setiap intervensi yang secara sadar memisahkan atau meniadakan salah satu makna dipandang mengganggu struktur kodrati hubungan suami-istri. Dalam konteks ini, Gereja menolak penggunaan kontrasepsi buatan karena dianggap memutus hubungan intrinsik antara cinta pemersatu dan keterbukaan terhadap kehidupan, sehingga mengubah “bahasa tubuh” yang seharusnya bersifat total menjadi bersyarat (Moa et al., 2025).

Lebih lanjut, Gereja melihat bahwa tindakan seksual dalam perkawinan bukan sekadar aktivitas biologis, tetapi merupakan komunikasi moral dan teologis yang sarat makna. Ketika keterbukaan terhadap kehidupan secara sengaja dihilangkan, integritas komunikasi tersebut terdistorsi. Dengan demikian, dalam perspektif teologi moral Katolik, kontrasepsi buatan bukan hanya persoalan teknis atau medis, tetapi juga menyangkut pemahaman mengenai martabat tubuh, antropologi kristiani, dan partisipasi pasangan dalam kasih kreatif Allah (Laurento, 2022).

Dokumen Gereja Terkait Kontrasepsi Buatan

Perkembangan ajaran Gereja Katolik mengenai moralitas kontrasepsi berlangsung secara historis dan konsisten melalui dokumen-dokumen Magisterium yang saling melengkapi. Setiap dokumen membentuk kesinambungan ajaran yang berakar pada tradisi Gereja perdana, refleksi para Bapa Gereja, serta perkembangan teologi moral modern (Laurento, 2022). Landasan doktrinal berikut menjadi fondasi utama posisi Gereja terhadap kontrasepsi buatan (Suwito, 2023):

a. *Casti Connubii* (Pius XI, 1930)

Ensiklik Paus Pius XI ini diterbitkan sebagai respons terhadap keputusan Konferensi Lambeth 1930 yang untuk pertama kalinya mengizinkan kontrasepsi dalam tradisi

Protestan. *Casti Connubii* menegaskan bahwa tujuan utama perkawinan adalah prokreasi dan pendidikan anak, sementara tujuan pemersatu bersifat melengkapi (*Casti Connubii*, 54–56). Dokumen ini menilai kontrasepsi sebagai pelanggaran serius terhadap hukum kodrat karena menghalangi maksud ilahi dalam tindakan seksual. Ensiklik ini menjadi tonggak awal formulasi modern ajaran Gereja mengenai moralitas kontrasepsi (Mowbray, 2022).

b. *Gaudium et Spes* (Paul VI, 1965)

Konsili Vatikan II memperluas pemahaman tentang perkawinan sebagai “persekutuan hidup dan cinta kasih” yang ditetapkan Allah (*Gaudium et Spes*, 48). Dokumen ini menyoroti pentingnya tanggung jawab moral dalam pengaturan kelahiran dan menyatakan bahwa keputusan tersebut harus mempertimbangkan suara hati yang terdidik dengan baik. Namun, konsili tetap menegaskan perlunya kesetiaan pada norma moral objektif sebagai dasar tindakan etis. Penekanan ini membuka jalan bagi ajaran yang lebih eksplisit dalam *Humanae Vitae* (Mayolla & Rynanta, 2024).

c. *Humanae Vitae* (Paul VI, 1968)

Ensiklik Paus Paulus VI ini merupakan dokumen paling tegas mengenai penolakan kontrasepsi buatan. *Humanae Vitae* menegaskan bahwa setiap tindakan seksual harus tetap terbuka pada kemungkinan kehidupan (*Humanae Vitae*, 11–12). Paus Paulus VI juga menegaskan empat konsekuensi moral dan sosial dari legalisasi kontrasepsi: kemerosotan moral, objektifikasi perempuan, intervensi negara dalam keluarga, dan pemutusan kebebasan dari tanggung jawab moral (*Humanae Vitae*, 17). Banyak teolog kontemporer menilai analisis tersebut sangat relevan dalam konteks modern (Mowbray, 2022).

d. *Familiaris Consortio* (Yohanes Paulus II, 1981)

Dalam seruan apostolik ini, Paus Yohanes Paulus II menegaskan kembali ajaran *Humanae Vitae* dan menjelaskannya dengan metode alami dari perspektif antropologi personalis. Dokumen ini menyatakan bahwa pengaturan kelahiran secara alami tidak hanya merupakan alternatif teknis, tetapi merupakan gaya hidup yang menghormati martabat tubuh dan komitmen timbal balik suami-istri (*Familiaris Consortio*, 32). Paus membedakan secara jelas antara kontrasepsi buatan dan metode alamiah, karena struktur moral tindakan keduanya berbeda pada tingkat intensional maupun objektif (Laurento, 2022).

e. *Amoris Laetitia* (Francis, 2016)

Seruan apostolik Paus Fransiskus ini mempertahankan ajaran tradisional tentang moralitas kontrasepsi, namun menambahkan perspektif pastoral. *Amoris Laetitia* menekankan bahwa pengaturan kelahiran harus melalui *discernment* hati nurani yang bertanggung jawab, dengan mempertimbangkan kesehatan, dinamika psikologis, dan kesejahteraan keluarga (*Amoris Laetitia*, 222–223). Walaupun demikian, dokumen ini tidak mengubah norma moral objektif: kontrasepsi buatan tetap tidak diperkenankan. Aksen utama *Amoris Laetitia* adalah pentingnya pendampingan pastoral yang realistis dan berbelaskasihan (Moa et al., 2025).

f. Katekismus Gereja Katolik (1995)

Katekismus Gereja Katolik merumuskan secara ringkas ajaran Magisterium bahwa pantang berkala dan metode mengenali masa subur merupakan cara moral untuk mengatur kelahiran. Katekismus Gereja Katolik, 2370 menyatakan bahwa kontrasepsi buatan “secara intrinsik tidak sesuai dengan kebaikan moral” karena memisahkan makna pemersatu dan prokreasi dari tindakan seksual. Dokumen ini menegaskan bahwa hubungan seksual adalah ungkapan cinta kasih yang melibatkan integritas tubuh dan roh, sehingga tidak dapat direduksi menjadi aktivitas biologis semata.

Metode Keluarga Berencana Alami

Dalam tradisi moral Gereja Katolik, metode KBA dipandang sebagai satu-satunya cara yang sah secara moral untuk mengatur kelahiran, karena metode ini tidak memisahkan makna pemersatu dan prokreasi dari tindakan seksual (*Humanae Vitae*, 16). Tidak seperti kontrasepsi buatan yang secara langsung menghalangi potensi pembuahan, KBA bekerja dengan memanfaatkan ritme biologis kesuburan alami perempuan tanpa melakukan intervensi artifisial yang mengubah struktur moral hubungan suami-istri (Laurento, 2022). Prinsip moral utama di balik KBA adalah “penguasaan diri dalam menghormati ritme yang ditetapkan Allah dalam tubuh manusia” (*Humanae Vitae*, 21). Dalam kerangka teologis, metode ini mengajak pasangan suami-istri memasuki dinamika kasih yang melibatkan pengendalian diri, komunikasi, dan penghargaan terhadap tubuh sebagai anugerah, bukan objek manipulasi teknis (Moa et al., 2025). Berikut adalah bentuk metode KBA yang diakui Gereja Katolik (Munandar, 2024; Ignaciuk & Kelly, 2020; Nadeak, 2003; Kelly, 2023; Mayolla & Rynanta, 2024; Sari & Zurizah, 2023):

a. Metode Kalender (Ogino–Knaus)

Metode ini memprediksi masa subur berdasarkan pola siklus menstruasi selama beberapa bulan. Meskipun sederhana, pendekatan ini menuntut pemahaman mengenai variabilitas siklus menstruasi perempuan.

b. Metode Suhu Basal Tubuh

Metode ini mengidentifikasi ovulasi melalui kenaikan suhu basal setelah ovulasi. Pemantauan harian memungkinkan pasangan mengenali masa subur maupun masa infertil secara lebih pasti.

c. Metode Ovulasi Billings

Metode Billings mengandalkan pengamatan perubahan lendir serviks. Elastisitas, kejernihan, dan kelembaban menjadi indikator mendekati ovulasi. Banyak penelitian menilai Billings sebagai metode yang memiliki akurasi tinggi dan sesuai dengan pendekatan naturalistik Gereja.

d. Metode Simptotermal

Metode ini menggabungkan lendir serviks, suhu basal, dan gejala fisik lain seperti *mittelschmerz* (nyeri ovulasi), sehingga memberikan estimasi kesuburan dengan tingkat presisi yang lebih tinggi.

Gereja memandang KBA bukan hanya sebagai teknik, tetapi sebagai cara hidup yang menghormati martabat manusia dan sakramentalitas perkawinan, seperti yang dinyatakan dalam *Familiaris Consortio*, 32 (Yohanes Paulus II, 1981). Beberapa keunggulan yang disorot dalam literatur teologi dan studi pastoral meliputi (Laurento, 2022; Moa et al., 2025):

- a. Tidak memiliki efek samping biologis, karena tidak melibatkan obat atau alat medis.
- b. Mendorong komunikasi dan kerja sama suami-istri, sebab keberhasilan metode bergantung pada dialog dan kesepakatan moral.
- c. Menghormati integritas tubuh, karena mengikuti ritme biologis, bukan memanipulasinya.
- d. Membangun disiplin diri dan kesetiaan, yang terbukti berkontribusi pada kualitas relasi perkawinan.

Gereja juga menegaskan bahwa *coitus interruptus* (senggama terputus) tidak dapat diterima secara moral karena tindakan ini secara langsung memutus proses alami ejakulasi dan menghalangi makna prokreasi (*Casti Connubii*, 56). Penilaian ini juga memiliki dasar biblis dalam Kejadian 38:9–10, ketika tindakan Onan dipandang tidak berkenan di hadapan Tuhan karena sengaja menumpahkan benih untuk menghindari keturunan. Oleh karena itu, secara moral tindakan ini dinilai analog dengan kontrasepsi buatan karena tetap memanipulasi struktur tindakan seksual (Mowbray, 2022). Dengan

demikian, KBA dipahami bukan hanya sebagai alternatif teknis pengaturan kelahiran, melainkan sebagai pendekatan spiritual, moral, dan antropologis yang selaras dengan martabat perkawinan, kehendak Allah, dan integritas tubuh manusia (*Amoris Laetitia*, 222–223) (Francis, 2016).

Penggunaan Kontrasepsi dan Tantangan Gereja

Kondisi penggunaan kontrasepsi di dunia modern menunjukkan adanya kesenjangan yang signifikan antara ajaran resmi Gereja dan praktik nyata umat. Data global yang dirilis oleh United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2022) menunjukkan bahwa sekitar 46% perempuan usia subur di seluruh dunia menggunakan metode kontrasepsi modern seperti pil hormonal, kondom, IUD, atau sterilisasi, yang menandakan bahwa kontrasepsi buatan telah menjadi praktik umum dan dilegitimasi oleh banyak pemerintah sebagai bagian dari program kesehatan reproduksi. Situasi di Indonesia mencerminkan tren serupa. Berdasarkan laporan nasional terbaru, 60,4% pasangan suami-istri tercatat menggunakan program Keluarga Berencana, dan 75,7% di antaranya memilih metode kontrasepsi modern, yang menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi tidak hanya menjadi pilihan medis, tetapi juga merupakan bagian dari kebijakan publik yang diperkuat melalui berbagai instrumen kesehatan masyarakat (Kementerian Kesehatan, 2024). Dalam konteks demikian, umat Katolik hidup di tengah masyarakat yang memandang kontrasepsi sebagai norma sosial yang mapan.

Di sisi lain, dinamika opini umat Katolik di tingkat global menunjukkan ketegangan pastoral yang semakin menonjol. Survei Pew Research Center di tujuh negara Amerika menunjukkan bahwa 63–86% umat Katolik menginginkan pembaruan ajaran Gereja mengenai kontrasepsi. Meskipun terdapat variasi antar wilayah, kecenderungan umum menunjukkan bahwa mayoritas umat menilai penggunaan kontrasepsi sebagai pilihan moral yang dapat diterima dalam situasi keluarga modern (Evans & Starr, 2024). Data-data di atas menyingkap tiga tantangan pastoral utama bagi Gereja:

a. Tantangan Konsistensi Moral dan Relevansi Pastoral

Gereja mempertahankan prinsip moral objektif sebagaimana ditegaskan dalam *Humanae Vitae* (Paul VI, 1968) dan dilanjutkan dalam refleksi teologis kontemporer, namun umat berhadapan dengan realitas sosial yang semakin mempromosikan solusi medis yang cepat dan mudah. Akibatnya, muncul ketegangan antara ideal etis Gereja dan tuntutan kehidupan sehari-hari (May et al., 2011).

b. Minimnya Pemahaman tentang KBA dan Teologi Tubuh

Kurangnya pemahaman umat mengenai dasar teologis larangan kontrasepsi dan keutamaan metode KBA menjadi hambatan signifikan. Banyak pasangan belum sepenuhnya memahami Teologi Tubuh yang diajarkan Gereja dan relevansinya dalam memaknai tindakan seksual sebagai komunikasi personal yang utuh (Moa et al., 2025).

c. Pengaruh Narasi Medis dan Sosioekonomi

Perkembangan teknologi kontrasepsi modern, kampanye kesehatan reproduksi, serta tekanan ekonomi keluarga membuat kontrasepsi dipersepsikan sebagai kebutuhan dasar, bukan sebagai pilihan moral yang harus ditimbang secara etis. Di tengah narasi medis yang dominan, ajaran Gereja sering tampak kontra-kultural dan sulit dijalankan tanpa pendampingan pastoral yang memadai (Munandar, 2024).

Dengan demikian, realitas pastoral ini menuntut Gereja untuk menghadirkan pendampingan yang lebih dekat, dialogis, dan kontekstual. Tantangannya bukan hanya mempertahankan ajaran, tetapi juga menjembatani kesenjangan antara norma moral Gereja dan kehidupan konkret umat dalam dunia yang terus berubah.

Implikasi Moral dan Pastoral

Ajaran Gereja yang tetap menolak kontrasepsi buatan menegaskan komitmennya untuk menjaga integritas moral tindakan seksual dalam perkawinan, sebagaimana ditegaskan kembali dalam *Humanae Vitae* (Paul VI, 1968) dan dirumuskan ulang melalui pendekatan pastoral dalam *Amoris Laetitia* (Francis, 2016). Namun demikian, umat Katolik kini hidup dalam konteks sosial, ekonomi, dan budaya yang jauh lebih kompleks dibandingkan saat dokumen-dokumen Magisterium klasik disusun. Kompleksitas ini memunculkan tantangan pastoral yang menuntut pendekatan lebih menyeluruh, dialogis, dan berorientasi pada pendampingan jangka panjang (Ignaciuk & Kelly, 2020), seperti:

- a. Kebutuhan edukasi moral dan teologis menjadi semakin mendesak. Banyak pasangan suami-istri belum memiliki pemahaman memadai mengenai dasar ajaran Gereja, termasuk Teologi Tubuh, antropologi personalis, serta prinsip moral yang mendasari penolakan kontrasepsi buatan. Minimnya literasi teologis sering menyebabkan umat melihat ajaran Gereja sekadar sebagai larangan atau aturan, bukan sebagai visi integral mengenai martabat tubuh manusia dan makna kesatuan kasih suami-istri. Oleh karena itu, Gereja perlu menyediakan pendidikan moral yang bukan hanya bersifat normatif, tetapi juga menampilkan nilai positif metode KBA, sebagaimana

juga ditekankan dalam *Familiaris Consortio* (Yohanes Paulus II, 1981) dan diperkuat dalam kajian etika teologi kontemporer (Quellet, 2015).

- b. Pendampingan pastoral yang personal, sabar, dan tidak menghakimi menjadi sangat penting. Paus Fransiskus melalui *Amoris Laetitia* menegaskan bahwa setiap keluarga berada dalam situasi moral yang berbeda-beda, sehingga Gereja dipanggil bukan hanya sebagai “penjaga kebenaran,” tetapi juga sebagai “ibu” yang menemani umat dalam perjalanan pembentukan hati nurani (Francis, 2016). Pendekatan pastoral yang terlalu legalistik terbukti sering menimbulkan jarak antara umat dan Gereja, bahkan menciptakan rasa bersalah yang tidak proporsional, sebagaimana dicatat oleh refleksi pastoral modern.
- c. Pembentukan hati nurani menjadi aspek sentral yang tidak dapat diabaikan. Gereja mengajarkan bahwa hati nurani harus dibimbing oleh norma objektif sebagaimana dirumuskan Magisterium, bukan ditentukan oleh preferensi pribadi. Karena itu, proses pembentukan hati nurani menuntut dialog, pendalaman rohani, serta pendampingan agar umat dapat memahami dasar moral tindakannya secara dewasa dan bertanggung jawab (Kelly, 2023).
- d. Muncul kebutuhan untuk membuka ruang dialog antara Magisterium, teolog, tenaga pastoral, dan umat beriman dalam merespons isu-isu moral modern. Dialog ini tidak dimaksudkan untuk mengubah ajaran Gereja, tetapi untuk memperdalam pemahaman akan penerapan pastoral ajaran tersebut dalam konteks medis, sosial, dan psikologis kontemporer. Pendekatan dialogis semacam ini memungkinkan Gereja menyampaikan ajarannya secara lebih relevan sekaligus merangkul umat yang tengah bergumul dengan realitas praktis kehidupan mereka (Eniyangbagbe, 2025).

Dengan demikian, implikasi moral dan pastoral tersebut menegaskan bahwa tugas Gereja tidak hanya mempertahankan doktrin, tetapi juga mewujudkan wajah kemurahan Allah melalui pendampingan konkret. Keseimbangan antara kebenaran moral dan belas kasih pastoral menjadi kunci bagi Gereja dalam menjawab dinamika penggunaan kontrasepsi di dunia modern secara bijaksana, manusiawi, dan tetap setia pada tradisi iman

KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa pandangan Gereja Katolik mengenai kontrasepsi buatan berlandaskan pada pemahaman teologis tentang martabat manusia, kesatuan pasangan, dan keterbukaan pada kehidupan sebagai kehendak Allah. Melalui dokumen Magisterium seperti *Casti Connubii*, *Humanae Vitae*, *Familiaris Consortio*,

Amoris Laetitia, dan Katekismus Gereja Katolik, Gereja secara konsisten menolak kontrasepsi buatan karena dianggap memisahkan dimensi penyatuan dan prokreasi dalam hubungan seksual. Sebagai gantinya, Gereja merekomendasikan metode KBA yang dinilai lebih sesuai dengan hukum kodrat dan martabat perkawinan. Temuan pastoral menunjukkan adanya kesenjangan antara ajaran resmi dan praktik umat, karena kontrasepsi buatan tetap banyak digunakan dalam konteks sosial modern. Faktor kesehatan reproduksi, pertimbangan ekonomi, serta dominasi pertimbangan medis berkontribusi pada tingginya penggunaan kontrasepsi dan rendahnya pemahaman mengenai KBA maupun Teologi Tubuh. Kondisi ini memunculkan tantangan pastoral yang menuntut pendekatan Gereja yang lebih dialogis dan kontekstual. Dengan demikian, meskipun moralitas kontrasepsi buatan berpijak pada prinsip teologis yang kuat, pelaksanaannya memerlukan pendidikan berkelanjutan, pendampingan penuh belas kasih, serta pembinaan hati nurani. Gereja ditantang untuk menjaga konsistensi ajaran sambil merespons realitas umat secara lebih manusiawi dan relevan bagi keluarga Katolik masa kini.

DAFTAR PUSTAKA

- Azzahra, S. S., & Sundari, M. (2022). Efektivitas Program Keluarga Berencana di Kota Pekanbaru. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(21), 564–572. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7302345>
- Dell’Oro, R., & Lysaught, M. T. (2022). Theological ethics of life: A new volume by the Pontifical Academy for Life. *Journal of Moral Theology*, 11(2), 65–77. <https://doi.org/10.55476/001c.37088>
- Eniyangbagbe, E. O. (2025). Faith in the age of disruption: Building unshakable faith and hope in turbulent times. Ebenstorehy.
- Evans, J., & Starr, K. J. (2024). Many Catholics in the U.S. and Latin America want the Church to allow birth control and to let women become priests: Most view Pope Francis favorably, though his ratings have dropped. Pew Research Center.
- Francis, P. (2016). *Amoris laetitia*. Vatican: Libreria Editrice Vaticana.
- Ignaciuk, A., & Kelly, L. (2020). Contraception and Catholicism in the twentieth century: Transnational perspectives on expert, activist and intimate practices. *Medical History*, 64(2), 163–172. <https://doi.org/10.1017/mdh.2020.1>
- Katekismus Gereja Katolik. (1995). H. Embuiru (Trans.). Ende: Percetakan Arnoldus Yansen.
- Kementerian Kesehatan. (2024). Profil kesehatan Indonesia 2023. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kelly, L. (2023). The Catholic Church, ‘sympathetic’ priests and religious influences on family planning practices after *Humanae vitae*. In *Contraception and modern Ireland: A social history, c. 1922–92*. Cambridge University Press.

- Laurento, W. (2022). The unitive meaning of the conjugal act in evaluating assisted reproductive technologies. *The Linacre Quarterly*, 89(4), 404–419. <https://doi.org/10.1177/00243639221101839>
- May, W. E., Lawler, R., & Boyle, J. (2011). Catholic sexual ethics: A summary, explanation, & defense. *Our Sunday Visitor*.
- Mayolla, I. G., & Rynanta, R. B. A. (2024). Memaknai dimensi sakramental perkawinan Katolik dalam Kanon 1055 §1–2 dari perspektif teologi tubuh Paus Yohanes Paulus II. *Media: Jurnal Filsafat dan Teologi*, 5(1), 113–132. <https://doi.org/10.53396/media.v5i1.218>
- Moa, A., Aldi, B., & Nadeak, L. (2025). Hakikat perkawinan Kristiani sebagai persekutuan pribadi-pribadi di hadapan tantangan program bayi tabung: Suatu uraian teologis moral. *LOGOS: Jurnal Filsafat-Teologi*, 22(1), 72–87. <https://doi.org/10.54367/logos.v22i1.4476>
- Mowbray, B. (2022). Sterility and marital fruitfulness in the documents of the magisterium: A critical appraisal. *The Linacre Quarterly*, 89(4), 371–381. <https://doi.org/10.1177/00243639221117927>
- Munandar, A. (Ed.). (2024). Keluarga berencana dan kesehatan reproduksi. Media Sains Indonesia.
- Nadeak, L. (2003). Kembali ke yang alami: Tawaran keluarga berencana alamiah. *LOGOS: Jurnal Filsafat-Teologi*, 2(2), 118–129.
- Ouellet, M. C. (2015). *Mystery and sacrament of love: A theology of marriage and the family for the new evangelization*. Wm. B. Eerdmans Publishing.
- Paul VI, P. (1965). *Gaudium et spes*. Vatican: Libreria Editrice Vaticana.
- Paul VI, P. (1968). *Humanae vitae*. Vatican: Libreria Editrice Vaticana.
- Pius XI, P. (1930). *Casti connubii*. Vatican: Libreria Editrice Vaticana.
- Sari, I., & Zurizah, Y. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan ibu tentang metode suhu basal tubuh (SBT) dan ovulasi Billing dalam penilaian ovulasi. *Jurnal Kebidanan: Jurnal Ilmu Kesehatan Budi Mulia*, 13(2), 133–139. <https://doi.org/10.35325/kebidanan.v13i2.397>
- Schulz, J., & Hamant, W. (2020). Non-sterilizing hysterectomies? A Catholic critique of the CDF. *The Linacre Quarterly*, 87(2), 182–195. <https://doi.org/10.1177/0024363920908367>
- Smith, J. E., Grabowski, J. S., Budziszewski, J., & Fedoryka, M. (2016). Self-gift: The heart of *Humanae vitae*. *The National Catholic Bioethics Quarterly*, 16(3), 449–474. <https://doi.org/10.5840/ncbq201616342>
- Suwito, B. (2023). Kontrasepsi dan jawaban Gereja dalam membangun keluarga Kristiani dari *Casti connubii* sampai *Amoris laetitia*. *Lux Et Sal*, 3(1), 27–38. <https://doi.org/10.57079/lux.v3i1.88>
- United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division. (2022). *World contraceptive use 2022 and estimates and projections of family planning indicators 2022: Methodology report (POP/DB/CP/Rev2022 & POP/DB/FP/Rev2022)*.
- Yohanes Paulus II, P. (1981). *Familiaris consortio*. Vatican: Libreria Editrice Vaticana.