

Pendidikan Seks Remaja: Menuju Reproduksi Sehat

dr dini
FIK UNY

Mengapa informasi kesehatan reproduksi remaja diperlukan?

- Jumlah remaja (10-19 th): 30% dari jumlah penduduk (lebih kurang 65 juta jiwa).
- Angka aborsi: 700-800 ribu kasus/tahun
- Tingkat persalinan di masa remaja masih tinggi: 11 % dari seluruh persalinan.
- Persentase remaja yang terjangkit PMS & HIV/AIDS cenderung meningkat
- Pengetahuan remaja dalam masalah kesehatan reproduksi masih relatif rendah.

Faktor-faktor yang berperan dalam munculnya permasalahan seksual pada remaja:

- Perubahan hormonal pd remaja
- Penyebaran informasi yg tidak bertanggungjawab melalui media masa, misal VCD porno, majalah/tabloid, internet, handphone, dll.
- Bekal agama yang kurang.
- Adanya kecenderungan makin bebasnya hubungan laki-laki dan perempuan pd remaja masa kini.



Pengertian

- Seks: jenis kelamin → suatu ciri yang membedakan laki-laki dan perempuan
- Seksual: segala sesuatu yg ada hubungannya dg seks.
- Perilaku seksual: perilaku yg muncul krn adanya dorongan seksual

Bagaimana jika remaja diberi pendidikan seks?

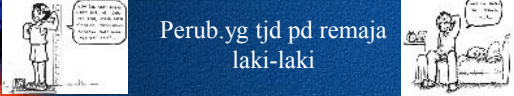
- Pendidikan seks tidak sama dg pornografi
- Pendidikan seks: berusaha menempatkan masalah seks pada perspektif yg tepat & mengubah pandangan negatif tentang seks.
- Remaja yg mendapat informasi yg benar ttg seks akan lebih bertanggungjawab thd kehidupan seksual mereka.

Karakteristik remaja

- Remaja mpy rasa ingin tahu yg besar, ingin dianggap dewasa
- Remaja: perubahan fisik & emosional akibat pengaruh hormonal
- Penelitian Djalelani (1999) → 94 % remaja menyatakan butuh nasihat mengenai seks & kesehatan reproduksi.
- Remaja kesulitan mengakses sumber informasi yg tepat, shg informasi diperoleh dr teman sebaya, buku-buku ttg seks, internet, vcd porno, dll.



Perub. yg tjd pd remaja laki-laki

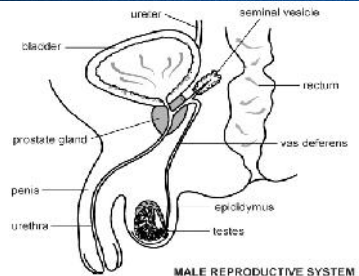


- mimpi basah, tumbuhnya rambut kemaluan, kulit menjadi kasar, otot bertambah besar dan kuat, suara membesar.
- Tubuh bertambah berat dan tinggi
- Keringat bertambah banyak
- Kulit dan rambut mulai berminyak
- Lengan dan tungkai kaki bertambah panjang
- Tangan dan kaki bertambah besar
- Tulang wajah mulai memanjang dan membesar, sehingga tidak terlihat seperti anak kecil lagi
- Pundak dan dada bertambah besar dan bidang
- Tumbuh jakun
- Suara berubah menjadi berat

Sistem reproduksi laki-laki

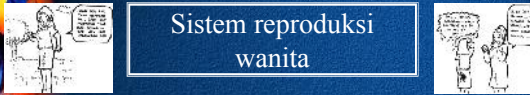
- Organ reproduksi (testis), duktus ekskretorius (epididimis, vas deferens, uretra), & kelenjar tambahan (vesikula seminalis, kelenjar bulbouretralis, prostat).
- Hormon penting: testosteron

Organ reproduksi laki-laki



MALE REPRODUCTIVE SYSTEM

Sistem reproduksi wanita



- Ovarium (indung telur), tuba uterina (saluran telur), uterus (rahim), vagina.
- Selama masa reproduktif → ada perubahan siklik sebulan sekali (siklus menstruasi) → dipengaruhi oleh hormon yg dikeluarkan kelenjar hipofise di otak (FSH & LH) dan ovarium (estrogen & progesteron).
- Perub. yg tjd pd remaja: menstruasi, tumbuh payudara, panggul melebar, tumbuh bulu-bulu halus di ketiak & sekitar kemaluan

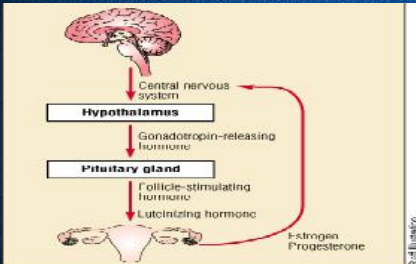


FIGURE 2 Diagram of the hypothalamic-pituitary axis shows the pathways of communication from the brain to the reproductive organs and the feedback loop of estrogen and progesterone. Menstruation ceases if hormone levels become too low to generate feedback.

Organ reproduksi wanita



Siklus menstruasi

Mrp jangka waktu dr hari pertama menstruasi sp hari pertama menstruasi berikutnya → 28 hari

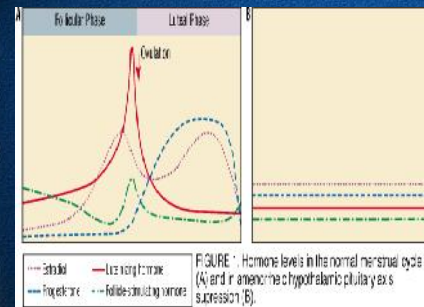
FSH & LH mendorong indung telur menghasilkan ovum

Saat pematangan, ovarium → estrogen & progesteron
→ mempersiapkan selaput lendir rahim menerima calon bayi bila tjd pembuahan

Bila tidak tjd pembuahan → selaput lendir mengelupas + kapiler darah → menstruasi

Siklus menstruasi ada 2 tahap: praovulasi & pasca ovulasi

Kadar hormon selama siklus menstruasi



Lanjutan



- Krn pengaruh hormon, pd saat telur dlm proses pematangan keluar lendir jernih, cair → tanda wanita dlm masa subur → jika tjd hubungan seks, besar kemungkinan tjd kehamilan.
- Bila lendir berubah jd kental, pertanda tjd ovulasi.

Proses Kehamilan



- Ada pertemuan sperma dan ovum membentuk zygote (calon bayi) di saluran indung telur → dibawa ke rahim.
- Dalam saluran reproduksi wanita, sperma dpt bertahan 3-5 hari.
- Hormon estrogen dan progesteron memelihara kelangsungan hidup janin.
- Tjd perubahan hormonal shg selama kehamilan seorang wanita tidak mengalami menstruasi.

Risiko perilaku seksual yg tdk aman

- Kehamilan yg tidak diinginkan
- Aborsi (pengguguran kandungan)
- Penyakit menular seksual
- Kemandulan
- Kematian

Penyakit menular seksual

- Penyakit yg ditularkan melalui hubungan seksual → lebih berisiko bila berganti-ganti pasangan.
- Bila tidak diobati → kemandulan, kematian
- Jenis-jenis PMS: GO, sifilis, klamidia, kandidiasis, HIV/AIDS

Gonore (GO)



- Kuman penyebab: Neisseria gonorrhoe
- Masa inkubasi 2-10 hari setelah kuman masuk melalui hubungan seks
- Tanda: nyeri, merah, & keluar nanah dr alat kelamin.
- Akibat GO: kemandulan, radang panggul, pd bayi dg ibu GO →kebutaan.

Sifilis (raja singa)



- Kuman penyebab: Treponema palidum
- Masa tanpa gejala 3-4 mg, kmd timbul benjolan di sekitar alat kelamin, kadang-kadang disertai pusing & nyeri tulang spt flu yg hilang sendiri tanpa diobati.
- Bercak kemerahan di badan 6-12 mg setelah hub.seks
- Ada masa laten (tanpa gejala)
- Stlh 5-10 th dpt kena saraf pusat.
- Pd wanita hamil, sifilis dpt ditularkan ke bayi → retardasi mental.

Herpes Genital

- Kuman penyebab: virus herpes simpleks
- Masa inkubasi: 4-7 hari stlh hub.seks
- Gejala/tanda-tanda: bintil-bintil berair (berkelompok spt anggur) yg sangat nyeri di sekitar alat kelamin, kmd pecah meninggalkan luka mengerak, lalu hilang.
- Pd wanita sering mjd kanker leher rahim bbrp tahun kemudian.
- Belum ada obat yg betul-betul efektif.

Klamidia

- Penyebab: Chlamidia trachomatis.
- Masa tanpa gejala 7-21 hari.
- Pd wanita: keluar cairan dr alat kelamin, warna putih kekuningan, rasa nyeri di panggul, perdrhn setelah hub.seksual. Risiko mpy anak prematur, kemandulan, radang saluran kencing.
- Pd laki-laki: nyeri saat kencing, keluar cairan bening dr alat kelamin. Bila berlanjut cairan semakin sering keluar & bercampur darah. Risiko rusaknya sperma & kemandulan, radang saluran kencing.

Trikomoniasis vaginalis

- Penyebab: Trikomonas vaginalis
- Gejala & tanda: cairan vagina encer warna kuning kehijauan, berbusa, & berbau busuk. Alat kelamin agak bengkak, kemerahan, gatal; nyeri saat berhub.seks atau saat kencing.

Kandidiasis vagina

- Penyebab: jamur Candida albicans
- Gejala: keputihan warna putih spt susu, bergumpal, disertai rasa gatal, panas di alat kelamin & sekitarnya.
- Peny.ini tidak selalu tergolong PMS.

Bagaimana Menghindari PMS?

- Bagi yg belum menikah → tidak melakukan hubungan seks
- Setia pd pasangan (bagi yg sudah menikah).
- Menghindari hub.seks yg tidak aman & beresiko.
- Selalu menggunakan kondom utk mencegah penularan PMS
- Selalu menjaga kebersihan alat kelamin.

Apakah PMS dapat diobati?

- PMS dapat diobati
- Jangan mengobati sendiri

Mitos seputar PMS

- PMS **tidak dapat** dicegah hanya dengan:
 - memilih pasangan yg kelihatan bersih penampilannya
 - Mencuci alat kelamin stlh berhub.seks
 - Minum jamu-jamuan
 - Minum antibiotik sebelum & sesudah berhub.seks

Apakah HIV/AIDS itu?

- Kumpulan gejala akibat menurunnya sistem kekebalan tubuh krn terinfeksi virua HIV.
- AIDS: acquired immunodeficiency syndrome.
- HIV: Human immunodeficiency virus.

Apakah HIV/AIDS termasuk PMS?

- Ya
- Krn salah satu cara penularan adlh ml hub.seks dg orang yg terinfeksi virus HIV

Bagaimana penularan HIV?

- HIV ada di cairan tubuh manusia, ttp yg bisa menularkan adalah sperma, darah, & cairan vagina.
1. Berganti-ganti pasangan seksual atau berhub dg orang yg positif terinfeksi virus HIV.
 2. Pemakaian jarum suntik yg terinfeksi HIV/AIDS
 3. Transfusi darah yg tercemar virus HIV
 4. Dari ibu hamil HIV (+) ke bayi yg dikandung.

Apakah gejala/tanda HIV/AIDS?

- Sesudah terinfeksi awalnya tdk memperlihatkan gejala khusus.
- Bbrp mg kmd menderita peny.ringan spt flu atau diare.
- Penderita sering merasa sehat, dr luar tampak sehat.
- Seringkali selama 3-4 th tdk menunjukkan gejala khas, pd th ke-5 atau 6 diare, penurunan BB mendadak, sering sariawan, pembengkakan kelenjar getah bening, TBC, dll.

Bagaimana menghindari HIV/AIDS?

- Tidak berganti-ganti pasangan
- Menggunakan kondom saat berhub.seks, terutama pd kelompok risiko tinggi
- Transfusi darah yg aman
- Hindari penggunaan jarum suntik bergantian.

Bagaimana pengobatan HIV/AIDS?

- Sampai sekarang blm ada pengobatan yg tuntas
- Pemberian obat antivirus

Penutup

- Pendidikan seks perlu → disesuaikan dg kebutuhan remaja
- pendidikan seks sebaiknya didasarkan pada penghormatan hak reproduksi dan hak seksual remaja untuk mempunyai pilihan, berdasarkan kesetaraan jender, meningkatkan partisipasi remaja secara penuh dalam proses perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi pendidikan seks.
- Seks berfungsi penting untuk kelangsungan hidup manusia → ml pendidikan seks, remaja bisa menghargai kemampuan seksualnya dan hanya menyalurkan dorongan seksual tersebut dalam ikatan perkawinan.



Terimakasih