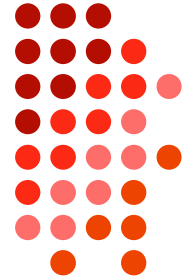


Kesehatan Seksual

Pelatihan Keterampilan Dasar Indigenous Leader Outreach Model Program Aksi Stop AIDS - Family Health International



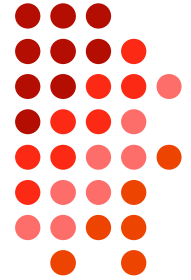
Kesehatan Seksual



- Kombinasi bagian seks fisik, emosional, intelektual dan sosial, sehingga seks merupakan pengalaman positif yang memperbaiki kualitas kehidupan kita, menjadikan kita orang yang lebih baik, dan membuat masyarakat kita menjadi tempat yang lebih baik untuk dihuni.



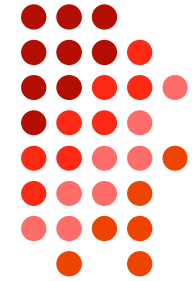
Mengapa Seks?



- Seks sangat penting untuk manusia
- Seks memiliki nilai yang mendasar, yang secara alamiah merupakan hal yang baik
- Seks sebagai cara untuk mendekati & menunjukkan cinta



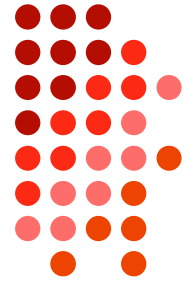
Mengapa orang berhubungan seks?



- Uang
- Cinta
- Kewajiban
- Ingin menghasilkan keturunan
- Hanya ingin hubungan seks saja (karena birahi)
- Ingin mendapatkan pengalaman yang selalu berbeda (seks pada waktu yang berbeda dan alasan yang berbeda)
- Menyalurkan keinginan 'berpetualang'



Mengapa seks itu menyenangkan?



- 'Zat kimia rasa nikmat' dikeluarkan oleh tubuh (oxytoksin, endorphins dsb.)
- Sistem saraf (pusat kenikmatan di alat kelamin dan otak)
- Secara psikologis memperoleh perasaan yang memuaskan
- Hubungan emosional lebih lengkap dan harmonis
- Untuk tujuan meneruskan keturunan/reproduksi



Mengapa informasi tentang pengetahuan seksual penting?



- Di dalam pendidikan kesehatan, kita perlu mengingat ke-tiga aspek manusia berikut ini
 - Pertama – genetika (XY)
 - Kedua – hormon (Testosteron)
 - Ketiga – sosialisasi / proses budaya
- Mengingat bahwa penyebab perilaku-perilaku ini merupakan kombinasi semua yang di atas, kita bisa memahami bagaimana mengemas pesan kita di lapangan.
- Penting untuk kehidupan seks yang baik
- Banyak dari kita belajar tentang seks dari sumber-sumber yang tidak selalu akurat (mis. Film porno, majalah, novel)
- Seks jenis ini tidak nyata – ini hanyalah fantasi (nikmat untuk ditonton, namun sering tidak bisa dipraktikkan)



Pandangan Umum tentang Laki-laki dan Seks



- Laki-laki menseksualkan semua jenis situasi dan perilaku
- Laki-laki cenderung menjadi bernafsu dengan aspek anatomi yang mereka lihat
- Laki-laki lebih cenderung untuk memulai sex
- Laki-laki memandang birahi sex sebagai gerbong lepas kendali – tidak bisa dihentikan!
- Laki-laki cenderung bernafsu dengan cepat
- Laki-laki berorientasi pada tujuan dalam hal sex



Pandangan Umum(lanjutan)



- Laki-laki cenderung mencapai orgasme dengan cepat dan mudah
- Laki-laki tidak selalu ingin intim secara emosional maupun fisik setelah hubungan sex.
- Laki-laki memiliki perhatian terhadap kemampuan sex
- Laki-laki tertarik pada berbagai jenis pasangan sex untuk kepentingan berganti-ganti pasangan
- Laki-laki sering tidak mengakui adanya masalah sex – khususnya masalah mereka sendiri



Pandangan Umum(lanjutan)



- Orang-orang yang secara seksual sehat memiliki pengetahuan seksual yang akurat sehingga mereka memiliki hubungan yang bahagia dan seks yang nikmat
- Orang yang secara seksual sehat tahu bagaimana menghindari infeksi menular seksual dan mencari pengobatan kalau mereka terkena infeksi.
- Orang yang secara seksual sehat tahu bagaimana merencanakan anak dan menghindari kehamilan yang tidak diinginkan
- Orang yang secara seksual sehat mengelola hubungan seksual mereka sehingga kebutuhan mereka terpenuhi tanpa membahayakan pasangannya
- Orang yang secara seksual sehat menciptakan komunitas yang lebih bahagia dan sehat



Perilaku Seks Penasun



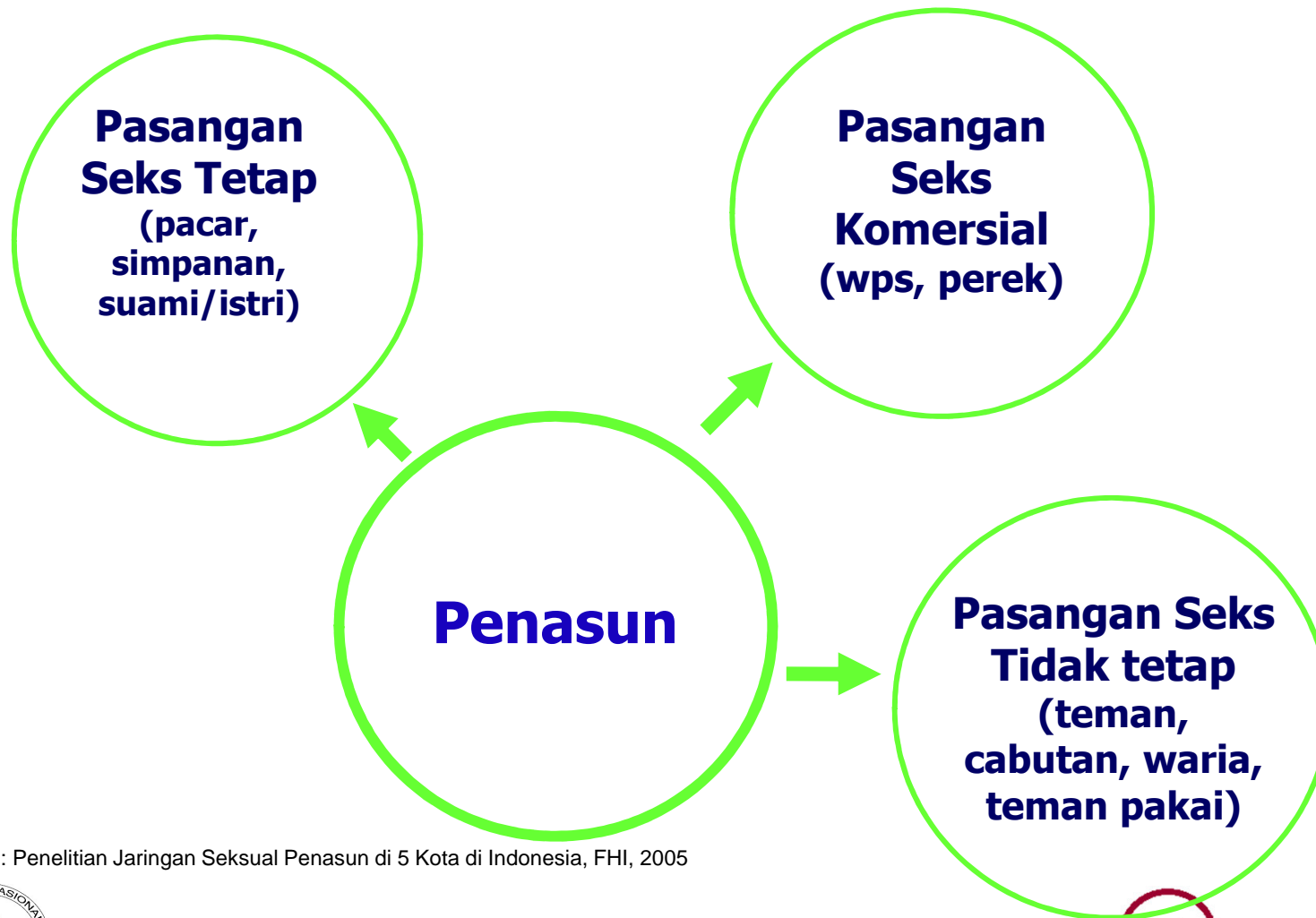
Mengapa perlu memperhatikan perilaku seksual Penasun?



- Hampir setengah dari jumlah penasun adalah seksual aktif
- Pasangan seksual penasun : pasangan tetap, pasangan tidak tetap dan pasangan seks komersial
- Pasangan seks penasun sangat rentan menjadi jembatan penularan HIV dari kelompok penasun ke populasi umum
- Ada gambaran bahwa jumlah pasangan penasun yang terinfeksi HIV semakin besar
- Selain kemungkinan keterpaparan terhadap HIV, ada potensi penularan infeksi menular seksual yang lain
- Upaya untuk melakukan pengurangan risiko bagi pasangan seks masih sangat rendah
- Isu tentang penularan secara seksual ini masih belum memperoleh perhatian besar dari pelaksana harm reduction.



Tipe Pasangan Seks



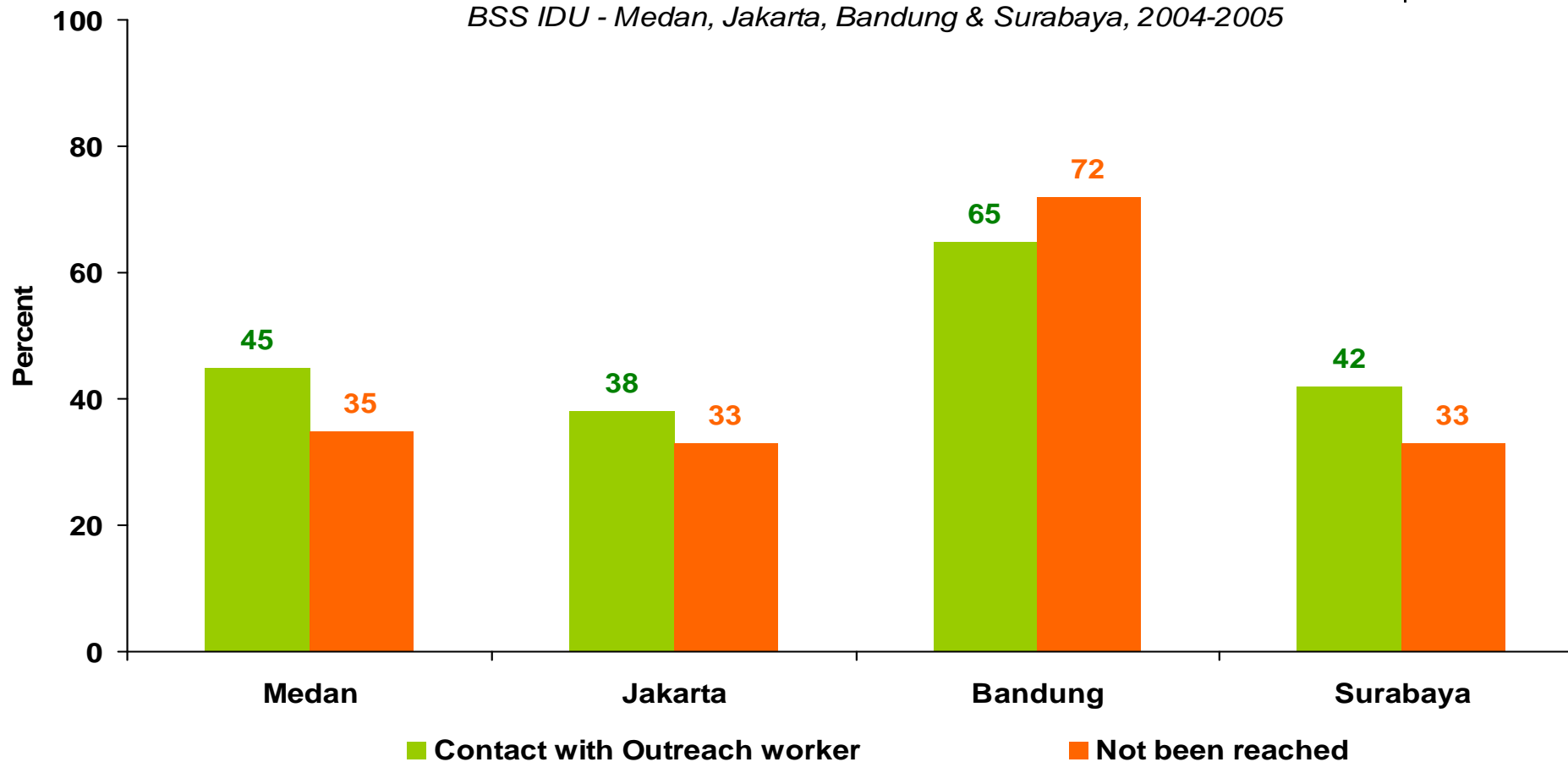
Sumber : Penelitian Jaringan Seksual Penasun di 5 Kota di Indonesia, FHI, 2005



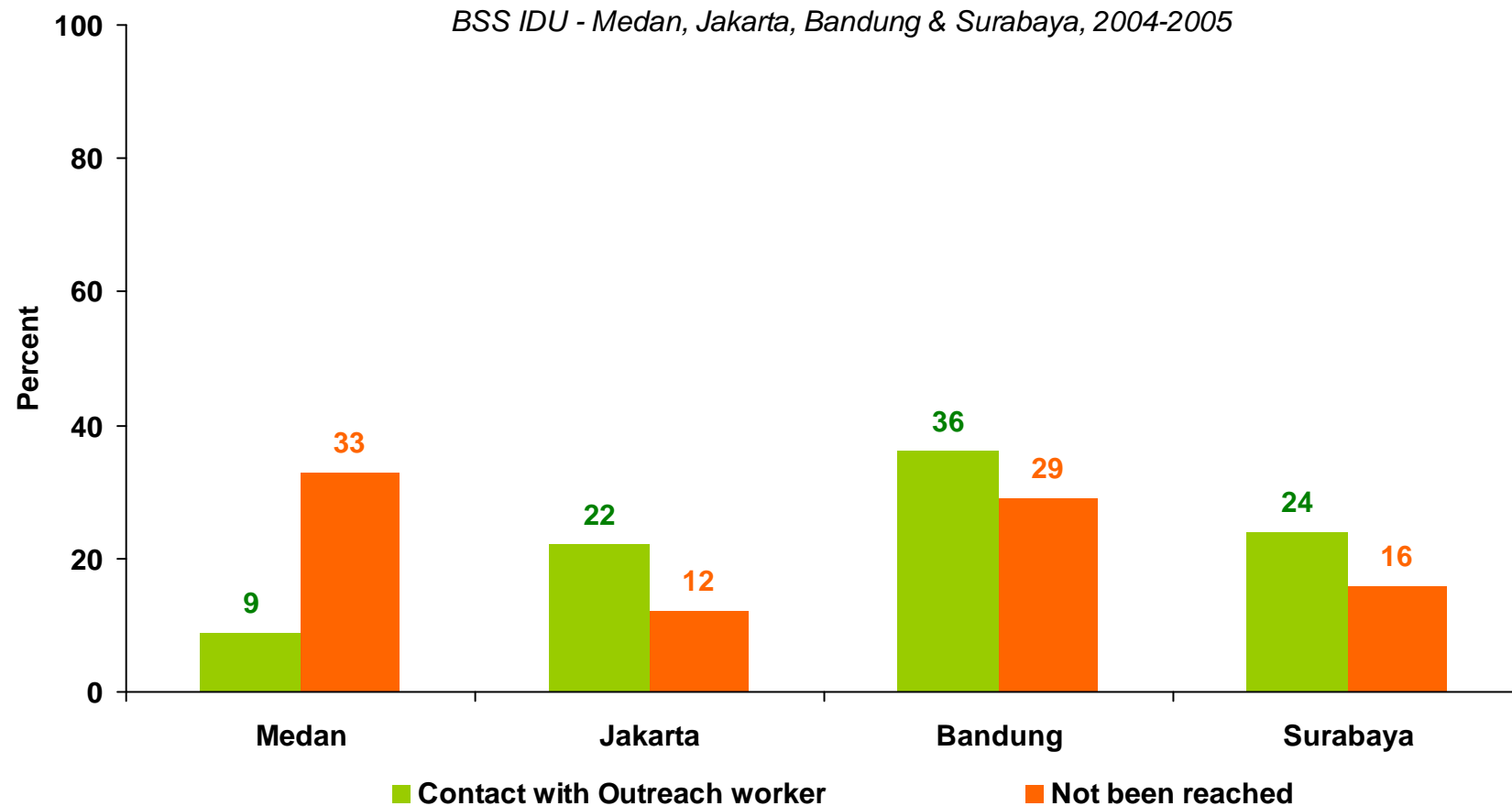
Penasun yang menikah/ memiliki pasangan tetap



BSS IDU - Medan, Jakarta, Bandung & Surabaya, 2004-2005



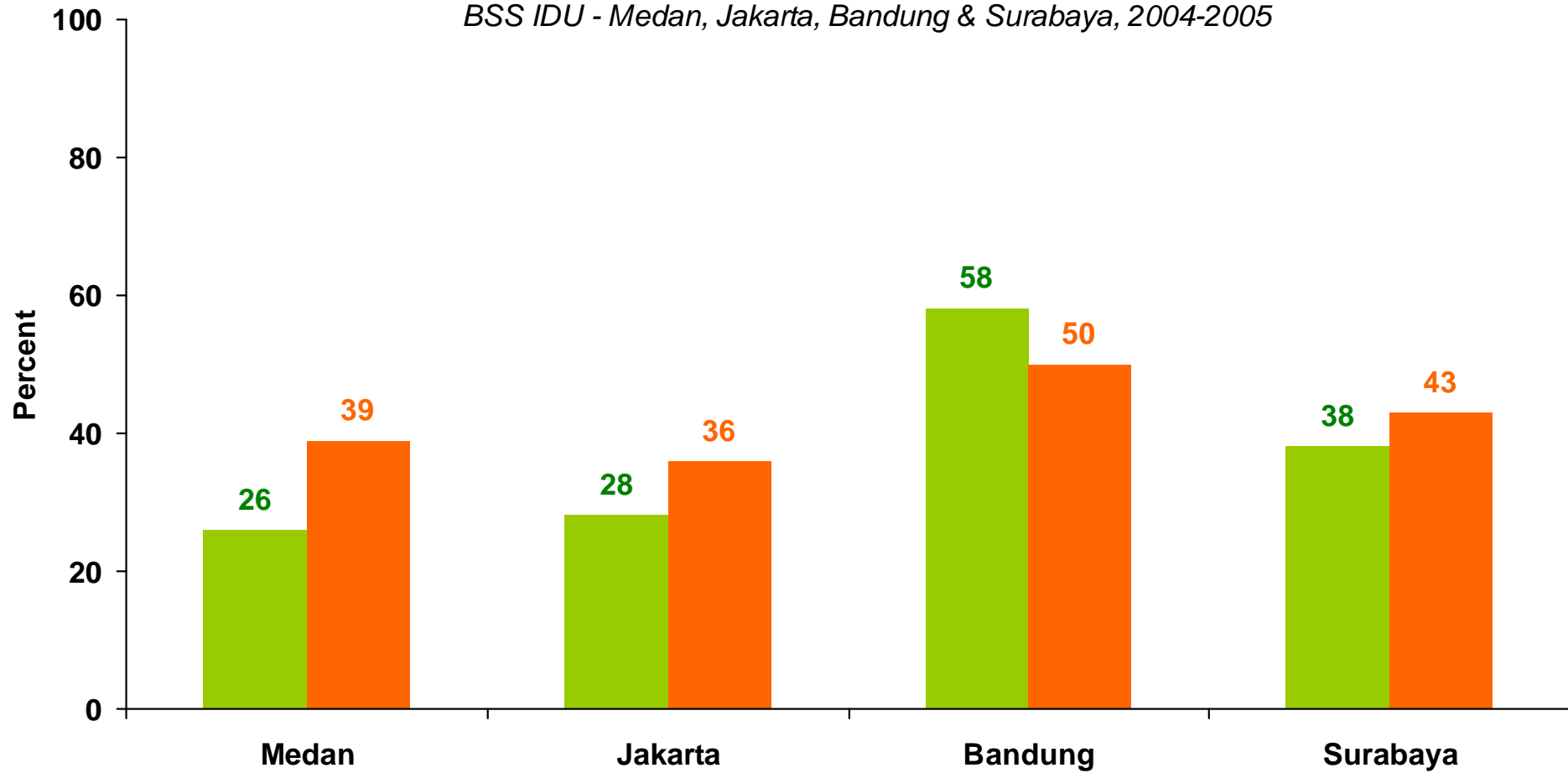
Menggunakan kondom dengan pasangan tetap pada seks terakhir



Memiliki pasangan seks tidak tetap



BSS IDU - Medan, Jakarta, Bandung & Surabaya, 2004-2005



■ Contact with Outreach worker

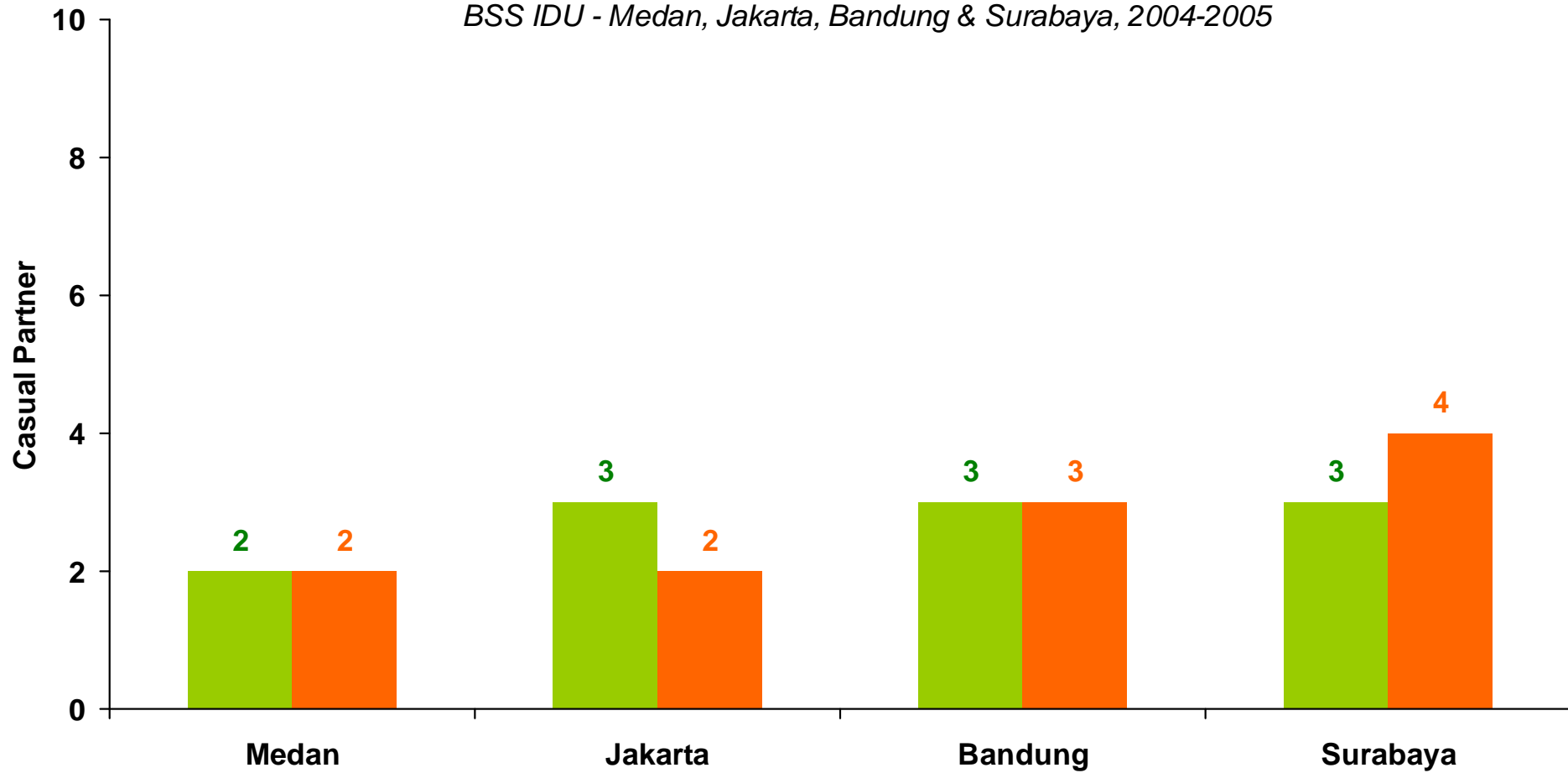
■ Not been reached



Jumlah rata-rata pasangan seks tidak tetap



BSS IDU - Medan, Jakarta, Bandung & Surabaya, 2004-2005

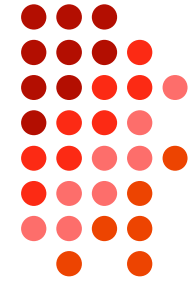


■ Contact with Outreach worker

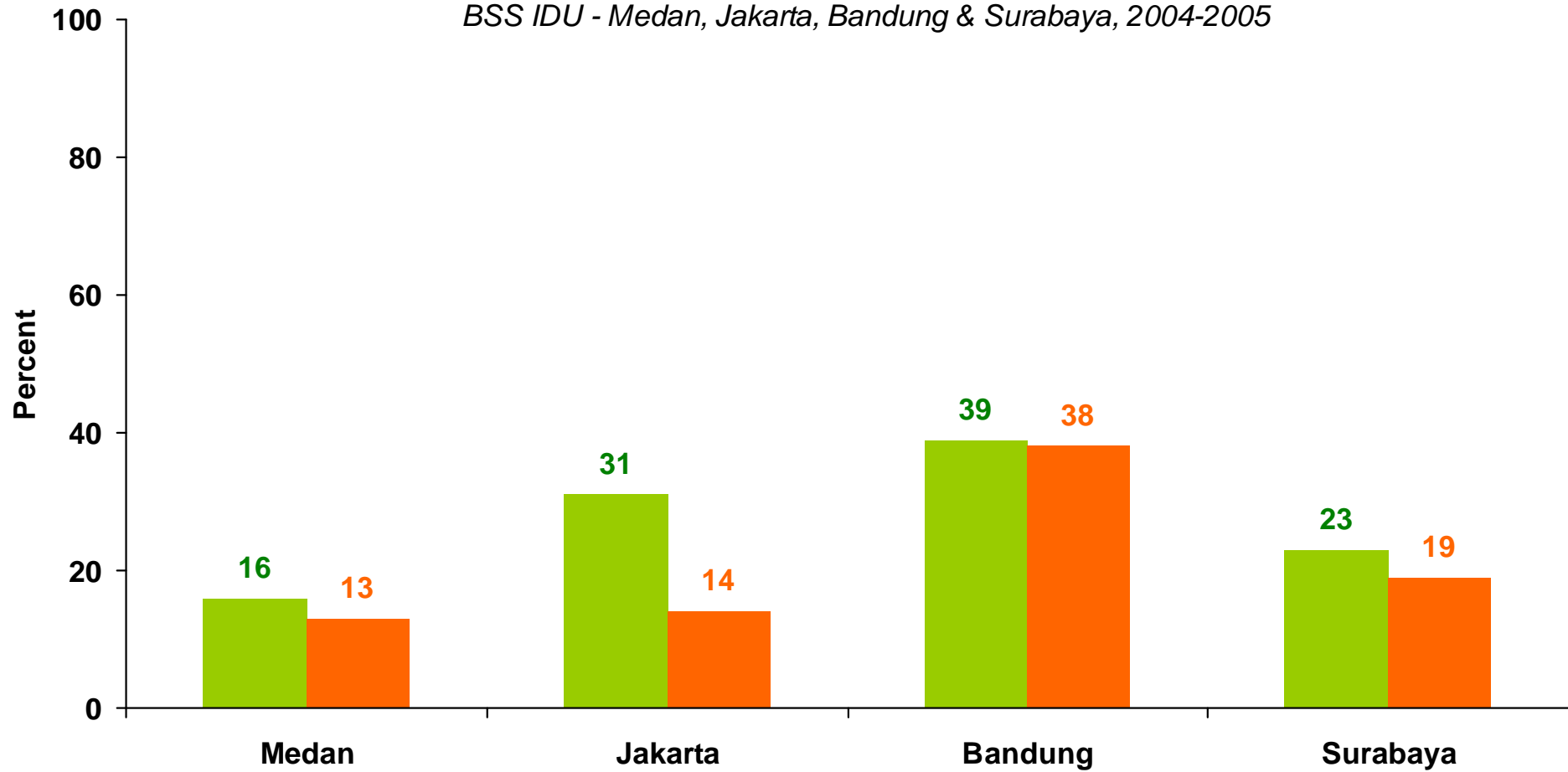
■ Not been reached



Menggunakan kondom pada seks terakhir dengan pasangan tidak tetap



BSS IDU - Medan, Jakarta, Bandung & Surabaya, 2004-2005



■ Contact with Outreach worker

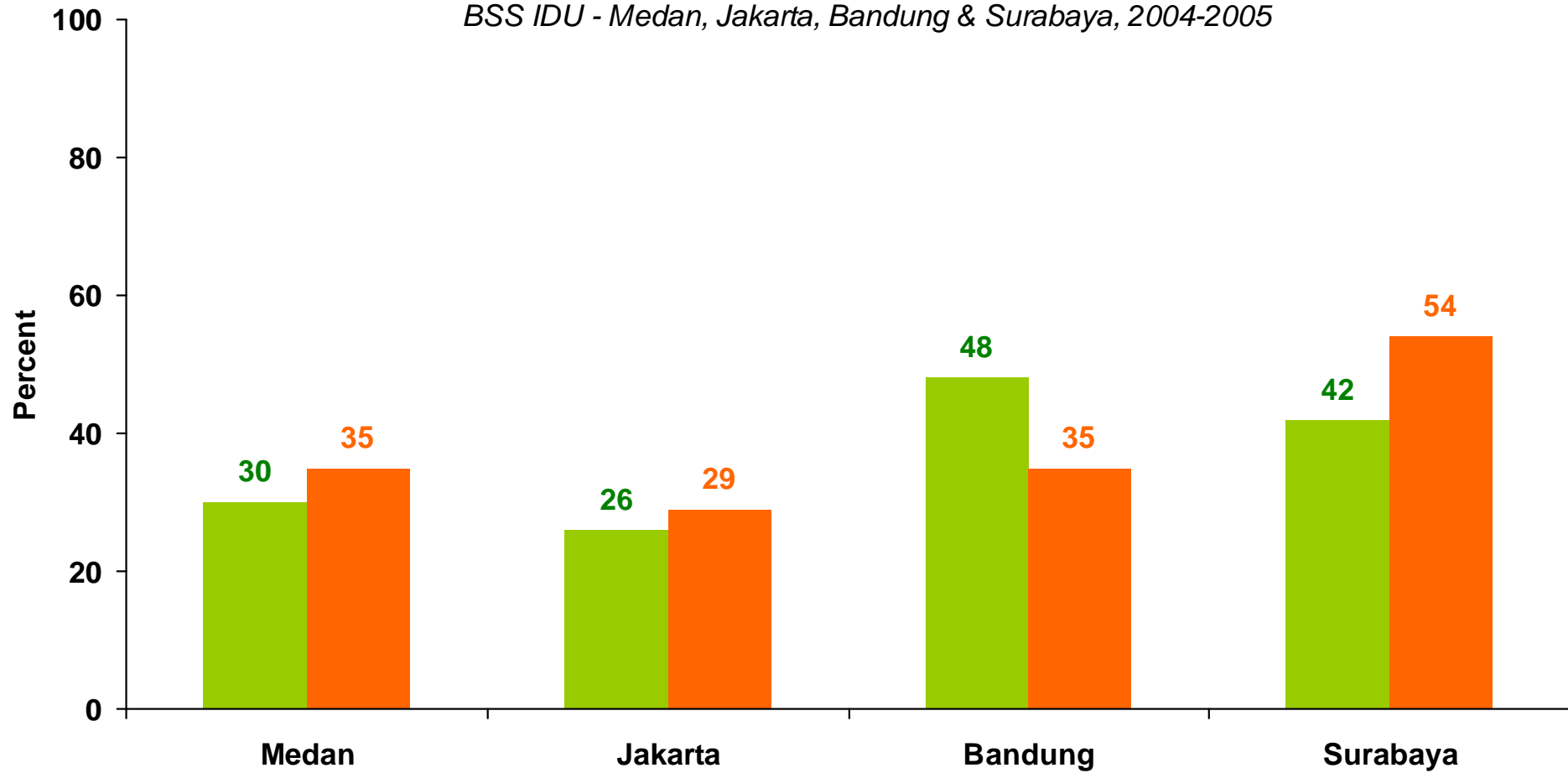
■ Not been reached



Berhubungan seks dengan WPS



BSS IDU - Medan, Jakarta, Bandung & Surabaya, 2004-2005

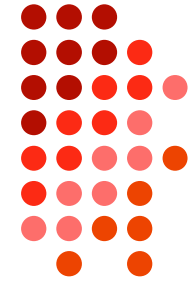


■ Contact with Outreach worker

■ Not been reached



Rata-rata jumlah pasangan WPS



BSS IDU - Medan, Jakarta, Bandung & Surabaya, 2004-2005

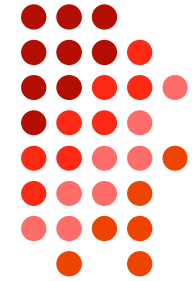


■ Contact with Outreach worker

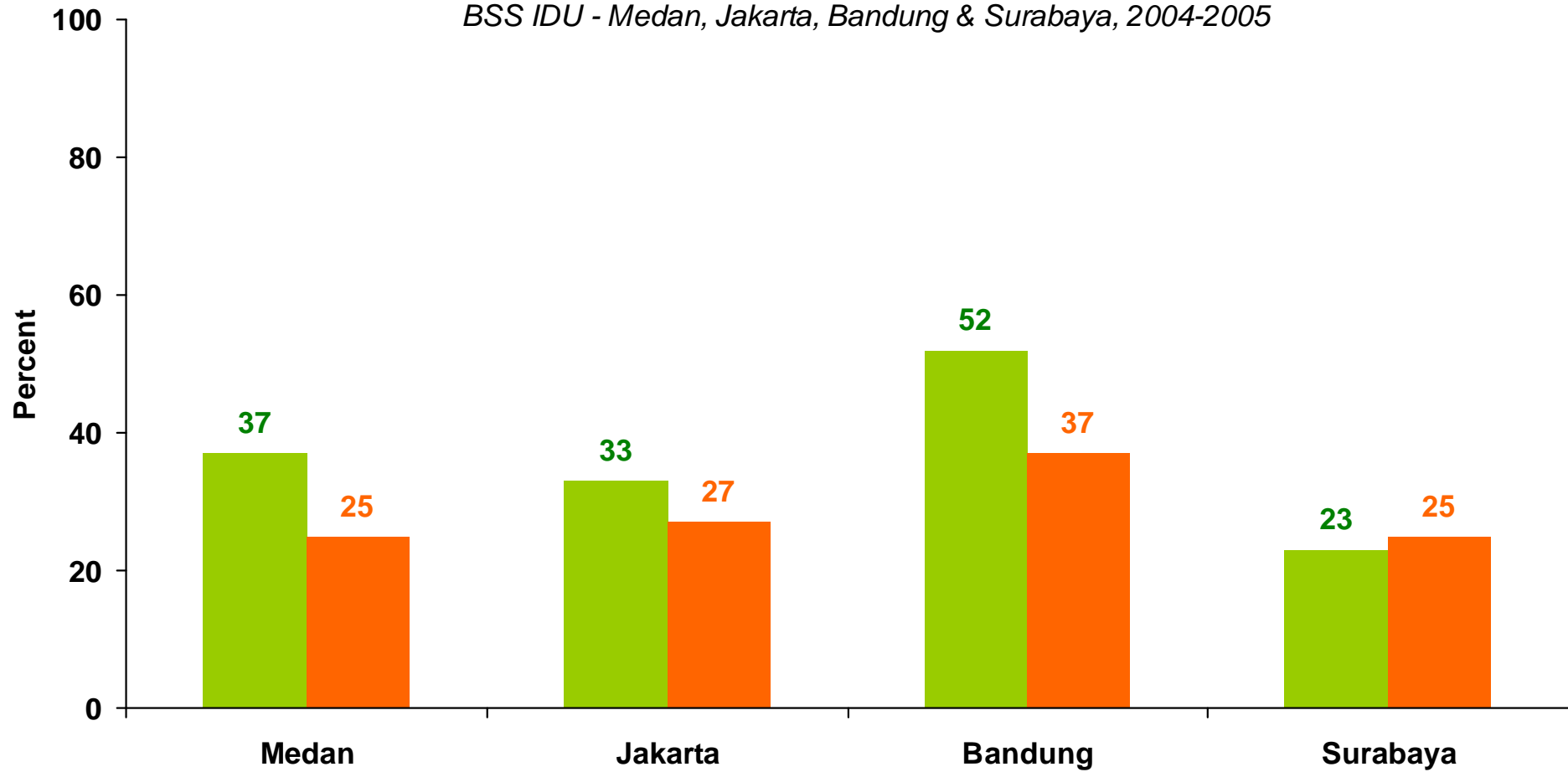
■ Not been reached



Menggunakan kondom pada saat seks terakhir dengan WPS



BSS IDU - Medan, Jakarta, Bandung & Surabaya, 2004-2005



■ Contact with Outreach worker

■ Not been reached



Risiko lain

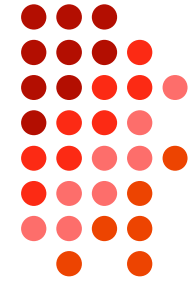


- Jumlah pasangan seks rata-rata 12 dalam satu tahun
- Cenderung dalam pengaruh alkohol/obat ketika ke lokasi WPS atau ke waria
- Sebagian pernah mengalami infeksi menular seksual
- Pernah hubungan seks dengan orang asing bagi penasun yang menjadi WPS + beberapa penasun laki-laki
- Sebagian pernah melakukan seks dalam kelompok (giliran/bersama)
- Ada kontak seksual dengan populasi LSL (laki-laki suka laki-laki) dengan pertimbangan untuk dapat uang yang relatif lebih banyak
- Sebagian dari informan sudah mengetahui status HIV + tetapi tidak melakukan pengurangan risiko yang diperlukan (penggunaan perlengkapan menyuntik steril dan kondom setiap kali berhubungan seks)

Sumber : Penelitian Jaringan Seksual Penasun di 5 Kota di Indonesia, FHI, 2005



Apa yang bisa diketahui dari gambaran di depan?



- Penasun memiliki risiko yang cukup beragam berdasarkan jenis pasangan seks yang berbeda (sexual mixing)
- Ada gambaran tentang penggunaan kondom, tetapi kebanyakan hubungan seks yang aman masih sangat jarang. Penggunaan kondom masih sangat kurang dalam relasi dengan pasangan tetap, pasangan berisiko tinggi (WPS) atau dalam seks berkelompok.
- Hubungan yang bersifat satu pasangan (setia) pun seringkali berlangsung tidak lama (serial monogamy) dan biasanya juga disertai dengan seks yang tidak aman, penggunaan napza yang berisiko, dan kadang-kadang mempunyai hubungan dengan pasangan seks lain yang berisiko (concurrency)



Apa yang.... (lanjutan)



- Potensi infeksi HIV ini diperparah dengan praktek penggunaan perlengkapan menyuntik dan jarum suntik secara bersama-sama yang relatif umum.
- Faktor yang bisa dikaitkan dengan jumlah pasangan dan aktivitas seks yang tinggi adalah kebanyakan informan berusia relatif muda, kurang dari 30 tahun.
- Meskipun demikian, ada kecenderungan bahwa kesadaran terhadap penggunaan kondom meningkat untuk menghindari HIV



Perhatian khusus : Napza dan Seks Komersial



- Penggunaan napza dan seks komersial cenderung mengalami peningkatan
- Seks komersial untuk uang dan/atau napza
- Kebanyakan lokasi seks semakin tertutup sehingga menjadi semakin sulit untuk dijangkau
- Penasun yang menjadi WPS mempunyai potensi yang tinggi untuk terpapar HIV karena penggunaan kondom yang rendah, sulit untuk bernegosiasi seks aman, dan masih kuatnya penilaian negatif dari penyedia layanan.
- Kerentanan HIV semakin tinggi kerana tidak mengidentifikasikan diri sebagai WPS



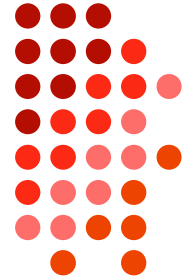
Apa yang bisa dilakukan?



- Kerja sama dengan LSM-LSM yang bekerja di WPS kompleks ataupun jalanan sehingga bisa mendorong penggunaan kondom yang lebih tinggi.
- Perlu memberikan perhatian yang cukup besar kepada kelompok Waria dimana para penasun juga berhubungan seks dengan kelompok tersebut. Apalagi ada kecenderungan jika berhubungan seks dengan kelompok ini penasun dalam kondisi mabuk (alkohol atau pil)
- Dikembangkan semacam outlet kondom di tempat-tempat terjadinya transaksi seks berlangsung.
- Promosi penggunaan kondom dengan 'lebih jujur' dan menggunakan media yang 'mencukupi'.; disesuaikan dengan karakter penasun dan pasangan seksualnya



Apa yang....(lanjutan)



- Perlu mencari 'isu sensitif' untuk berbicara tentang pengurangan risiko seksual (HIV) ketika melakukan pendampingan di lapangan karena ada hal lain yang dirasa lebih penting misalnya overdosis, tidak punya uang untuk beli napza, dll
- Mengembangkan konseling pasangan (*couple counseling*) bagi pasangan yang sudah tahu status HIV+ dari salah satu pasangannya.
- Lebih mengakomodasi pertemuan-pertemuan yang melibatkan lebih banyak penasun (jika mungkin melibatkan pasangan tetap) dan lebih sering.



Pengaruh Napza dalam Seks*



Diadaptasi dari Pelatihan Kesehatan Seksual, IGN Anaya & Kelwyn C. Browne)



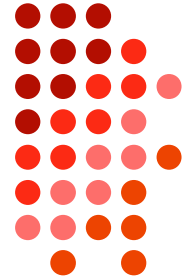
Alkohol dan Seks



- Menurunkan sensitivitas vagina dan klitoris
- Menurunkan keraguan dan nervous
- Kebanyakan: menurunkan kenikmatan seksual
- Alkohol juga bisa mengurangi kecenderungan untuk memakai kondom.
- Kelebihan alkohol, kemampuan seks menurun, penis sulit ereksi
- Alkohol – kecendrungan memaksakan aktivitas seksual jika diinginkan laki-laki



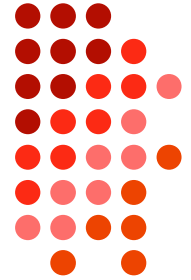
Opioids dan Seks



- Menurunkan respons seksual
- Membuat rasa relaksasi saat hubungan seksual – dalam jumlah kecil
- Menurunkan rasa sakit saat hubungan seksual
- Memperlambat ejakulasi
- Penggunaan konsisten Opiate (pecandu), ... memulai disfungsi seksual lama kelamaan
- Menghambat produksi testosteron



Mariyuana dan Seks



- Meningkatkan kenikmatan seksual tetapi tidak meningkatkan kemampuan seksual (ereksi, lubrikasi, orgasme, ejakulasi, dll)
- Meningkatkan erotisme
- Stimulasi untuk berpikir erotis
- Meningkatkan sensualitas dan rasa erotis
- Relaksasi saat melakukan hubungan seksual
- Menurunkan sikap agresive



Halusinogen dan Seks



- Meningkatkan sensasi seksual.
- Meningkatkan rasa dalam melakukan variasi hubungan seksual-pada jumlah yang belum toxic
- Menyebabkan distorsi visual yang aneh – mengganggu fungsi seksual



Amphetamine dan Seks



- Meningkatkan intensitas dan sensasi seksual
- Dianggap menurunkan hasrat seksual bagi pengguna/pecandunya
- Mengganti kenikmatan seksual bagi para pemakainya, sehingga menurunkan untuk melakukannya dengan pasangan seksualnya



Kokain dan Seks



- Mirip dengan reaksi pada alkohol, dalam jumlah berlebihan dapat menyebabkan pemaksaan kehendak seksual pada pemakaiannya
- Memperlambat orgasme – dianggap keuntungan oleh laki-laki karena bisa lebih lama orgasme
- Dalam jangka yang panjang (pemakai yang kecanduan/ketergantungan), orgasme menjadi sulit-sehingga terjadi disfungsi seksual, tidak mampu orgasme



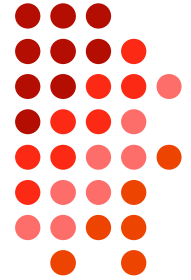
Infeksi Menular Seksual*



Diadaptasi dari Pelatihan Kesehatan Seksual, IGN Anaya & Kelwyn Brown)



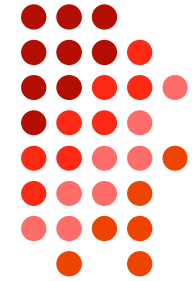
Infeksi Menular Seksual



- Terdapat 31 jenis patogen yang menggunakan seks sebagai jalan mereka untuk memberikan transmisi.
- Patogen ini mencakup bakteri, virus, protozoa, jamur, & ektoparasit.
- Aktivitas seksual biasanya berarti kontak yang sangat erat yang melibatkan hubungan badan – misalnya borok, kutu di rambut kemaluan



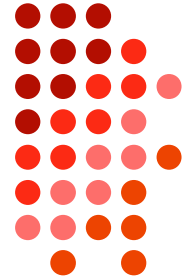
IMS: Mengapa kita cemas?



- Dampak fisik maupun psikologisnya besar
- Tidak bahagia – hubungan tidak harmonis
- IMS yang tidak diobati bisa mengarah pada kondisi parah termasuk kemandulan, dan masalah lain terkait dengan kehamilan, kelahiran dan bayi
- Beban sakit yang dipanggul oleh perempuan (kerentanan sosial dan biologis)
- Menyebabkan sakit pelvic kronis pada perempuan
- IMS meningkatkan transmisi HIV



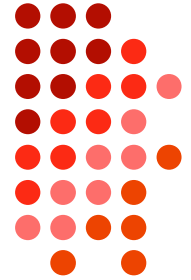
Kaitan IMS dengan HIV



- Perilaku yang sama yang bisa menularkan IMS & HIV
- Mereka yang menderita IMS lebih berisiko terinfeksi HIV (borok/bisul 40 kali & cairan 10 kali) dari pasangan yang positif HIV.
- Mereka yang mengidap HIV & IMS lebih cenderung menularkan HIV ke pasangan yang negatif.
- Kalau seseorang mengidap IMS maka dia berisiko untuk mendapatkan HIV sebesar 3 – 10 kali (risiko biasa sebesar 1:1000, namun dengan IMS kemungkinannya adalah 1:10).



IMS: Hal yang umum



- IMS merupakan hal yang biasa
- Kebanyakan menyerang anak muda (usia 15 sampai 30 tahun)
- IMS sering tidak menunjukkan tanda-tanda atau gejala
- Tanda atau gejala sering tidak diketahui
- Seseorang kadang bisa mengidap lebih dari satu jenis IMS pada waktu yang sama
- Kasus ini selalu melibatkan lebih dari satu orang
- Infeksi ulang juga merupakan hal yang umum, bila pasangan seksual tidak diobati pada waktu yang sama.



Jalur Transmisi



- Kontak antar kulit (bisul & herpes)
- Kontak antar selaput lendir (Sipilis, Chlamydia, Gonorrhoea, Trichomoniasis, Chancroid, & LGV)
- Untuk transmisi sel yang bisa terinfeksi IMS harus melakukan kontak dengan sel sejenisnya.
- Dari darah ke darah (HIV, HBV, Sipilis)
- Aktivitas seksual yang melibatkan hubungan badan (penis dengan vagina, atau penis dengan anus, atau penis dengan mulut)
- Dari ibu ke anak pada kelahiran, atau sebelum waktu kelahiran



Apa gejala-gejalanya?



- Cairan yang keluar dari anggota badan yang digunakan untuk aktivitas seks (vagina, penis, anus)
- Rasa sakit ketika kencing
- Benjolan atau bisul/borok yang tidak biasa pada bagian luar atau dalam kemaluan
- Rasa sakit ketika melakukan seks
- Rasa sakit di perut bagian bawah khusus bagi perempuan
- Rasa sakit di buah zakar
- Hal yang tidak biasa di sekitar daerah kemaluan misalnya gatal-gatal dan bintik-bintik



Mengurangi Risiko



- Seks aman sendiri (Onani)
- Seks aman berpasangan (hubungan badan luar saja / pemanasan)
- Seks yang lebih aman berpasangan (pakai kondom selalu sebelum penetrasi)
- Bila Anda menunjukkan gejala-gejala, carilah profesional kesehatan yang memiliki pengetahuan tentang IMS.
- Berpasanganlah dengan seorang saja (dengan komunikasi yang jujur terus menerus untuk menjamin bahwa Anda berdua masih setia, bahagia, jujur dan dan selalu merasa aman)

