

UPAYA WANITA USIA SUBUR DALAM MENCEGAH PERMASALAHAN KESEHATAN REPRODUKSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KALIBAGOR KABUPATEN BANYUMAS

Ikhwah Mu'minah¹, Reni Purwo Anianti², Diah Atmarina Yuliani³

¹²³Program Studi Kebidanan DIII, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto
Email: ikhwananda@gmail.com^{1*}, reni.purwo@gmail.com², diah1476@gmail.com³

Abstract

Reproductive health is an important issue to get attention. It should be realized that reproductive health cannot be separated from health in general, so efforts to maintain healthy conditions in terms of reproductive health must be supported by knowledge and behavior of clean and healthy living. Women have a reproductive system that is very vulnerable to disturbances that can cause problems for their reproductive health. The type of research used in this research is quantitative research with a descriptive approach. The research respondents were selected based on certain predetermined criteria or objectives. The sampling technique is purposive sampling, which is a sampling technique based on certain criteria. The results of the research on the efforts of women of childbearing age to prevent reproductive health problems are carried out in ways such as breastfeeding for 2 years, using underwear made of cotton, using pads during menstruation, not sharing underwear with other people, early detection of breast cancer by conscious and conscious examination and early detection of cervical cancer by means of IVA examination, faithfulness to partners and not taking drugs, not smoking and not consuming alcohol

Keyword: Reproductive Health, Women of Reproductive Age

Abstrak

Kesehatan reproduksi merupakan masalah penting untuk mendapatkan perhatian. Perlu disadari bahwa kesehatan reproduksi tidak dapat dipisahkan dari kesehatan secara umum, sehingga upaya untuk mempertahankan kondisi sehat dalam hal kesehatan reproduksi harus didukung oleh pengetahuan dan perilaku hidup bersih dan sehat. Wanita memiliki sistem reproduksi yang sangat rentan terhadap gangguan yang dapat menimbulkan masalah pada kesehatan reproduksinya. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Pengambilan responden penelitian dipilih berdasarkan kriteria atau tujuan tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya. Teknik pengambilan sampel dengan purposive sampling yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu. Hasil penelitian upaya wanita usia subur dalam mencegah permasalahan kesehatan reproduksi dilakukan dengan cara seperti menyusui selama 2 tahun, penggunaan pakaian dalam yang berbahan katun, penggunaan pembalut saat menstruasi, tidak bergantian pakaian dalam dengan orang lain, deteksi dini kanker payudara dengan pemeriksaan sadari dan sadanis serta deteksi dini kanker serviks dengan cara pemeriksaan IVA, setia dengan pasangan serta tidak mengkonsumsi obat-obatan, tidak merokok dan tidak mengkonsumsi alkohol.

Kata Kunci: Kesehatan Reproduksi, Wanita Usia Subur

1. Pendahuluan

Kebijakan Nasional Kesehatan Reproduksi di Indonesia menetapkan bahwa Kesehatan Reproduksi mencakup 5 (lima) komponen/program terkait, yaitu Program Kesehatan Ibu dan Anak, Program Keluarga Berencana, Program Kesehatan Reproduksi Remaja, Program Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Menular Seksual (PMS) termasuk HIV/AIDS, dan Program Kesehatan Reproduksi pada Usia Lanjut. Pelaksanaan Kesehatan Reproduksi dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan siklus hidup (life-cycle approach) agar diperoleh sasaran yang pasti dan pelayanan yang jelas berdasarkan kepentingan sasaran/klien dengan memperhatikan hak reproduksi mereka [1].

Kesehatan reproduksi merupakan masalah penting untuk mendapatkan perhatian. Perlu disadari bahwa kesehatan reproduksi tidak dapat dipisahkan dari kesehatan secara umum, sehingga upaya untuk mempertahankan kondisi sehat dalam hal kesehatan reproduksi harus

didukung oleh pengetahuan dan perilaku hidup bersih dan sehat. Kesehatan reproduksi dikalangan perempuan harus memperoleh perhatian yang serius sehingga dapat mencegah penyakit yang terkait dengan kesehatan reproduksi [2].

2. Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Pengumpulan data menggunakan data primer yang diperoleh langsung dari pengisian kuesioner serta data sekunder berupa data yang dimiliki oleh bidan.

3.1 Hasil dan Pembahasan

Karakteristik Responden bisa dilihat dari tabel di bawah

Tabel 5.1 Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah (n)	%
Pendidikan		
SD	10	20
SMP	15	30
SMA	25	50
Diploma	0	0
Sarjana	0	0
Pekerjaan		
IRT	32	64
PNS	0	0
Swasta	18	36
Umur Menarche		
< 12 tahun	8	16
12-14 tahun	29	58
> 14 tahun	13	26
Jumlah	50	100

Sumber : Data Primer

Tabel 5.1 menyajikan gambaran karakteristik subjek penelitian. Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa mayoritas responden berpendidikan SMA yaitu sebanyak 25 responden (50%), dengan mayoritas pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebanyak 32 responden (64%) dan umur menarche mayoritas 12-14 tahun yaitu sebanyak 29 responden (58%).

Partisipasi WUS dalam menggunakan kontrasepsi keluarga berencana (KB)

Tabel 5.2 Data Wanita Usia Subur dalam Mengikuti Program Keluarga Berencana (KB)

Kategori	Jumlah (n)	%
1. Penggunaan KB		
Menggunakan KB (Hormonal)	39	78
Tidak Menggunakan KB	11	22
2. Lama Penggunaan KB		
< 2 tahun	20	40
> 2 tahun	19	38
Tidak menggunakan	11	22
Jumlah	50	100

Sumber : Data Primer

Tabel 5.2 memberikan gambaran bahwa dari 50 subjek penelitian terdapat 39 responden (78%) yang menggunakan KB terutama KB hormonal sedangkan 11 responden (22%) menyatakan tidak menggunakan alat kontrasepsi KB. Untuk waktu penggunaan KB ada 20 responden (40%) menyatakan menggunakan KB lebih dari 2 tahun sedangkan 19 responden (38%) menyatakan menggunakan KB kurang dari 2 tahun.

Upaya WUS dalam Mencegah Penyakit Infeksi Organ Reproduksi

Tabel 5.3 Upaya WUS dalam Mencegah Penyakit Infeksi Organ Reproduksi

Kategori	Jumlah (n)	%
1. Penggunaan Bahan Pakaian Dalam		
Berbahan katun	50	100
Tidak berbahan katun	0	0
2. Cara Penggunaan Pakaian Dalam		
Pemakaian sendiri	50	100
Bergantian dengan orang lain	0	0
3. Penggunaan Pembalut Saat Menstruasi		
< 4 jam sekali	34	68
> 4 jam sekali	16	32
Jumlah	50	100

Sumber : Data Primer

Tabel 5.3 memberikan gambaran bahwa untuk mencegah penyakit infeksi organ reproduksi dari 50 subjek penelitian sebagian besar responden menggunakan pakaian dalam berbahan katun sebanyak 50 responden (100%), dengan penggunaan pakaian dalam sendiri dan tidak bergantian dengan orang lain sebanyak 50 responden (100%) serta penggunaan pembalut saat menstruasi yang <4 jam sebanyak 34 responden (68%) dan >4 jam sebanyak 16 responden (32%).

Upaya WUS dalam Mencegah Penyakit Kanker (Keganasan) Pada Organ Reproduksi

Tabel 5.4 Upaya WUS dalam Mencegah Penyakit Kanker (Keganasan) Pada Organ Reproduksi

Kategori	Jumlah (n)	%
1. Menyusui		
> 2 tahun	32	64
< 2 tahun	18	36
2. Pemeriksaan Sadari		
Pernah	34	68
Tidak Pernah	16	32
3. Pemeriksaan Sadanis		
Pernah	8	16
Tidak Pernah	42	84
4. Pemeriksaan IVA		
Pernah	10	20
Belum Pernah	40	80
5. Pemeriksaan Papsmear		
Pernah	0	0
Belum Pernah	50	100
6. Vaksinasi HPV		
Sudah vaksinasi	0	0
Belum vaksinasi	50	100
Jumlah	50	100

Sumber : Data Primer

Tabel 5.4 memberikan gambaran bahwa untuk mencegah penyakit kanker (keganasan) pada organ reproduksi sebagian besar responden menyusui >2 tahun sebanyak 32 responden (64%), mayoritas responden pernah melakukan pemeriksaan sadari sebanyak 34 responden (68%), sebagian responden pernah melakukan pemeriksaan sadanis sebanyak 8 responden (16%), serta melakukan pemeriksaan IVA sebanyak 10 responden (20%). Semua responden belum pernah vaksinasi HPV

Upaya WUS dalam Mencegah Penyakit Infeksi Menular Seksual (IMS)

Tabel 5.5 Upaya WUS dalam Mencegah Penyakit Infeksi Menular Seksual (IMS)

Kategori	Jumlah (n)	%
1. Setia Pada Pasangan		

Setia	50	100
Tidak Setia	0	0
2. Penggunaan Obat-Obatan		
Menggunakan	0	0
Tidak menggunakan	50	100
3. Merokok/Minum Alkohol		
Pernah	0	0
Tidak Pernah	50	100
Jumlah	50	100

Sumber : Data Primer

Tabel 5.5 memberikan gambaran bahwa untuk mencegah penyakit infeksi menular seksual maka sebanyak 50 responden (100%) menyatakan setia dengan pasangan, tidak pernah menggunakan obat-obatan dan tidak pernah merokok/minum alcohol.

3.2 Pembahasan

Partisipasi WUS dalam menggunakan kontrasepsi keluarga berencana (KB)

Penyebab keputihan salah satunya disebabkan karena penggunaan kontrasepsi yang mengandung hormonal, dalam pemakaian kontrasepsi hormonal keputihan meningkat sekitar 50% dibandingkan dengan bukan pemakai kontrasepsi hormonal, keputihan makin sering timbul dengan kadar estrogen yang lebih tinggi. Alat genitalia terdapat mekanisme pertahanan tubuh berupa bakteri yang menjadi kadar keasaman pH vagina [3].

Normalnya angka keasaman pada vagina berkisar antara 3,8-4,2, sebagian besar 95% adalah jenis bakteri Lactobacillus dan selebihnya adalah bakteri pathogen. Keputihan akan timbul ketika kondisi asam turun maka bakteri Lactobacillus memecah glikogen menjadi asam laktat, sehingga menyebabkan lingkungan pada vagina asam mengakibatkan Candida albicans dapat tumbuh dengan subur di area vagina. Oleh karena itu wanita usia subur yang menggunakan kontrasepsi hormonal harus lebih memperhatikan kesehatan organ genitalia agar tidak terjadi penyakit yang menyerang organ reproduksi [4].

Upaya WUS dalam Mencegah Penyakit Infeksi Organ Reproduksi

Hasil penelitian memberikan gambaran bahwa untuk mencegah penyakit infeksi organ reproduksi dari 50 subjek penelitian sebagian besar responden menggunakan pakaian dalam berbahan katun sebanyak 50 responden (100%), dengan penggunaan pakaian dalam sendiri dan tidak bergantian dengan orang lain sebanyak 50 responden (100%) serta penggunaan pembalut saat menstruasi yang <4 jam sebanyak 34 responden (68%) dan >4 jam sebanyak 16 responden (32%).

Penggunaan pakaian dalam sebaiknya menggunakan bahan katun agar dapat menyerap keringat. Hindari penggunaan pakaian dalam yang ketat karena akan menekan daerah kewanitaan dan membuat kondisi menjadi lembab serta rentan iritasi karena gesekan. Hindari juga pemakaian handuk bersama dengan orang lain untuk menghindari penularan penyakit menular seksual [5].

Kandungan pemutih atau pewangi buatan yang terdapat pada pembalut berisiko pada alergi dan memicu keputihan abnormal serta radang, iritasi dan infeksi. Akibat kurangnya informasi bagi perempuan bahwa ada sebanyak 107 bakteri per milimeter persegi ditemukan di atas pembalut [6].

Upaya WUS dalam Mencegah Penyakit Kanker (Keganasan) Pada Organ Reproduksi

Menyusui adalah proses pemberian susu kepada bayi atau anak kecil dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu. Segala daya upaya yang dilakukan untuk membantu ibu mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya disebut dengan manajemen laktasi [7]. Beberapa manfaat menyusui bagi ibu salah satunya adalah mencegah terjadinya kanker payudara mengalami penurunan, sementara itu tanpa aktivitas menyusui, kadar hormone estrogen tetap tinggi dan inilah yang

menjadi salah satu pemicu kanker payudara karena tidak adanya keseimbangan hormone estrogen dan progesterone. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa wanita yang menyusui bayinya selama minimal 1 tahun mengalami penurunan terkena resiko kanker payudara sebesar 4 persen dibandingkan mereka yang tidak menyusui [8].

Kementerian Kesehatan RI menghimbau setiap perempuan untuk melakukan SADARI dan SADANIS secara berkala dengan tujuan menemukan benjolan dan tanda-tanda abnormal pada payudara sedini mungkin agar dapat dilakukan tindakan secepatnya. SADARI dan SADANIS dapat dilakukan setiap bulan pada hari ke 7 hingga ke 10 terhitung dari hari pertama haid; atau pada tanggal yang sama setiap bulan bagi perempuan yang sudah menopause [9].

Vaksinasi HPV adalah salah satu upaya pencegahan primer untuk melindungi wanita dari kanker serviks. Hasil maksimal dari vaksin ini akan 9 diperoleh pada wanita yang belum melakukan hubungan seksual. Menurut Centers for Disease Control and Prevention [CDC] (2015) mengemukakan bahwa pencegahan untuk infeksi HPV adalah dengan vaksinasi HPV. Vaksin HPV penting untuk melindungi tubuh terhadap kanker yang disebabkan oleh Human Papiloma Virus (HPV.) [10].

Upaya WUS dalam Mencegah Penyakit Infeksi Menular Seksual (IMS)

Hasil penelitian memberikan gambaran bahwa untuk mencegah penyakit infeksi menular seksual maka sebanyak 50 responden (100%) menyatakan setia dengan pasangan tidak, tidak pernah menggunakan obat-obatan dan tidak pernah merokok/minum alcohol. Beberapa upaya yang bisa dilakukan untuk mencegah infeksi menular seksual diantaranya dengan setia terhadap pasangan, tidak mengkonsumsi obat-obatan terlarang serta tidak merokok atau minum alcohol.

Penyalahgunaan obat-obatan terlarang akan mempengaruhi perilaku seks yang tidak sehat. Aspek yang sangat sederhana tentang akibat dari hubungan seks yang tidak aman dapat menyebabkan IMS saja tidak mereka ketahui sebelumnya. Akibatnya, dalam sebuah studi ditemukan bahwa dari perempuan penyalah guna narkoba yang sudah aktif seksual dan 80% dari mereka sudah pernah mengalami IMS, termasuk HIV/AIDS [11].

Wanita yang merokok sekitar dua kali lebih berisiko terjadi kanker serviks dibandingkan dengan non-perokok. Perokok pasif juga merupakan faktor risiko dari kanker serviks. Paparan asap rokok dapat meningkatkan risiko terjadinya lesi prakanker leher rahim sebesar 4,8 kali dibandingkan dengan orang yang tidak terkena paparan asap rokok [12].

4. Kesimpulan

Upaya wanita usia subur dalam mencegah permasalahan kesehatan reproduksi di wilayah kerja Puskesmas Kalibagor dengan berbagai cara seperti menyusui selama 2 tahun, penggunaan pakaian dalam yang berbahan katun, penggunaan pembalut saat menstruasi, tidak bergantian pakaian dalam dengan orang lain, deteksi dini kanker payudara dengan pemeriksaan sadari dan sadanis serta deteksi dini kanker serviks dengan cara pemeriksaan IVA, setia dengan pasangan serta tidak mengkonsumsi obat-obatan, tidak merokok dan tidak mengkonsumsi alcohol.

5. Daftar Pustaka

- [1] Abiodun, A. B. AO, Dorudola MA, Ajani IO, Amole AD, Abiodun TAO, Oluwasola. Comparative Efficacy of Visual Inspection with Acetic Acid versus Cytology for Cervical Screening in Ogbomoso, Nigeria. *Int J Reprod Contraception, Obstet Gynecol* 2017;6:3742-7.
- [2] Ahmed S., Elkheshen S. The Effect of an Educational and Visual Inspection with Acetic Acid Interventions on Improving Knowledge and Early Detection of Cervical Cancer. *J Nurs Heal Sci* 2016;5:13-8.
- [3] Alimul H. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika; 2009.
- [4] Ardahan M. Incidence, Risk Factors, Diagnostic Criteria and Prevention Methods in Cervical Cancer. *Recent Adv Cerv Cancer* 2016. http://www.avidscience.com/wpcontent/uploads/2016/04/RACC-15-05_March-26.pdf (accessed December 12, 2021).
- [5] Bustan MN. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta; 2007.

- [6] Dao CAD, Cremer M, Felix J, Cortessis VK. Effect of Cervicitis on Visual Inspection with Acetic Acid. *J Low Genit Tract Disease* 2008;12:282–6.
- [7] C F, S B, M Z, A H. Quality of life in breast cancer patients: Associations with optimism and social support. *Int J Clin Heal Psychol* 2018;18:27–34.
- [8] Gamma TA, K Y. Pengaruh Aktivitas Seksual Dan Vaginal Douching Terhadap Timbulnya Infeksi Menular Seksual Kondiloma Akuminata Pada Pekerja Seks Komersial Resosialisasi Argorejo Kota Semarang. *J Penelit Sains Teknologi* 2008;9:30–51.
- [9] Kartikawati E. *Awas!!! Bahaya Kanker Payudara & Kanker Serviks*. Bandung: Buku Baru; 2013.
- [10] Kusmiran E. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika; 2011.
- [11] A-F L, G J, M D, J-M C, D M. Multidisciplinary management of breast cancer. *Arch Public Heal* 2016;74. <https://doi.org/10.1186/s13690-016-0163-7>.
- [12] Maysaroh H. *Kupas Tuntas Kanker Pada Perempuan & Penyembuhannya*. Klaten: Trimedia pustaka; n.d.