

## **KESEIMBANGAN SEKS & SEKSUALITAS**

**SALBIAH, SKp**

**Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Sumatera Utara**

### **PENDAHULUAN**

Seksualitas merupakan bagian integral dari kehidupan manusia. Lingkupan seksualitas suatu yang lebih luas dari pada hanya sekedar kata seks yang merupakan kegiatan hubungan fisik seksual. Kondisi Seksualitas yang sehat juga menunjukkan gambaran kualitas kehidupan manusia, terkait dengan perasaan paling dalam, akrab dan intim yang berasal dari lubuk hati yang paling dalam, dapat berupa pengalaman, penerimaan dan ekspresi diri manusia.

Bayak elemen-elemen yang terkait dengan keseimbangan seks dan seksualitas. Elemen-elemen tersebut termasuk elemen biologis; yang terkait dengan identitas dan peran gender berdasarkan ciri seks skundernya dipandang dari aspek biologis.

Elemen sosiokultural, yang terkait dengan pandangan masyarakat akibat pengaruh kultur terhadap peran dan kegiatan seksualitas yang dilakukan individu.

Sedangkan elemen yang terakhir adalah elemen perkembangan Psikososial laki-laki dan perempuan. Hal ini dikemukakan berdasarkan beberapa pendapat ahli tentang kaitannya antara identitas dan peran gender dari aspek psikososial. Termasuk tahapan perkembangan psikososial yang harus dilalui oleh individu berdasarkan gendernya.

### **KESEIMBANGAN SEKS DAN SEKSUALITAS**

Seksualitas merupakan bagian Integral dari manusia. Seksualitas di definisikan sebagai kualitas manusia, perasaan paling dalam, akrab, intim dari lubuk hati paling dalam, dapat berupa pengakuan, penerimaan dan ekspresi diri manusia sebagai makhluk seksual. Karena itu pengertian dari seksualitas merupakan sesuatu yang lebih luas dari pada hanya sekedar kata seks yang merupakan kegiatan fisik hubungan seksual. Seksualitas merupakan aspek yang sering di bicarakan dari bagian personalitas total manusia, dan berkembang terus dari mulai lahir sampai kematian.

#### **Elemen seksualitas**

Di tinjau dari berbagai sudut baik biologis, psikologis, maupun sosio dan kultural, seksualitas mencakup diri sendiri dan individu lain. Seksualitas merupakan proses yang berkesinambungan, yang berubah sesuai dengan usia, sesuai dengan peran yang ada di masyarakat sesuai dengan gender serta interaksi dengan orang lain dan lingkungan. Seksualitas harus di pandang secara keseluruhan dalam konteks kehidupan manusia dan dalam berbagai dimensi. Karena pandangan tentang seksualitas mencakup siapa kita dan apa yang kita kerjakan.

## **1. Elemen biologis**

### **1.1. PERKEMBANGAN AWAL**

Perbedaan Biologis antara laki-laki dan perempuan di tentukan sejak masa konsepsi. Janin perempuan mempunyai dua kromosom X dari setiap orang tua. Janin laki-laki mempunyai kromosom X dan Y. Kromosom X dari dari ibu dan Y dari ayah. Awalnya tidak ada perbedaan yang menonjol dari perkembangan janin. Sejak tujuh minggu masa konsepsi, organ seksualitas laki-laki mulai terbentuk karena pengaruh hormon testeteron. Dan pada waktu yang sama organ seksual perempuan mulai terbentuk karena kurangnya testeteron, bukan karena adanya hormon esterogen.

Pada masa puberitas, hormon membantu untuk menyempurnakan perkembangan laki-laki dan perempuan. Perempuan mulai menstruasi dan terbentuk ciri seks skunder. Laki-laki mulai membentuk sperma dan ciri seks sekunder.

### **1.2. RESPON SEKSUAL DEWASA**

Orang dewasa melakukan hubungan seksual untuk kesenangan dan untuk melanjutkan keturunan. Laki-laki dan perempuan dewasa normal menjalankan peran dan identitas gender yang kuat.

### **1.3. MENAUPOSE**

Menopause ditandai dengan berhentinya siklus menstruasi dan merupakan akhir dari kemampuan reproduksi wanita. Istilah klimakterium sebenarnya lebih tepat karena menggambarkan proses berkurangnya produksi esterogen oleh ovarium, berubahnya permukaan uterus, berkurangnya ukuran vagina dan klitoris.

### **1.4. PENUAN DAN SEKSUALITAS**

Seksualitas tidak ada hubungannya dengan usia. Tetapi usia ada hubungannya dengan seksualitas. Manusia selalu membutuhkan keakraban (intimacy) dan sentuhan selama hidupnya. Kemampuan untuk melakukan hubungan seksualitas tidaklah berakhir dengan menopause. Ada sedikit perubahan yang terjadi dengan penuaan yang berdampak terhadap hubungan seksual.

**PERUBAHAN SEKSUALITAS SEHUBUNGAN DENGAN PENUAAN**

<b>Usia</b>	<b>Laki-laki</b>	<b>Perempuan</b>
Setengah Baya	Ereksi lama, berkurang Ejakulasi (Dini). Penekanan pada sentuhan. Kesuburan baik. Bangkitnya gairah seksual berkurang, biasanya karena stress atau penyakit. Sering terjadi pembesaran prostat.	Berhentinya menstruasi, kesuburan berparasi, menipisnya mukosa vagina, gairah seks karena efek androgen. Kadang ada perasaan takut hamil.
Dewasa Tua	Mengecilnya ukuran penis dan testis. Meningkatnya masa pulih setelah orgasmus. Berkurangnya sensasi penis, kemampuan ejakulasi. Kesuburan bervariasi. Dapat diakibatkan karena efek samping obat dan penyakit.	Menurunya cairan vagina, lemah pada daerah pubis. Mukosa rapuh karena menurunnya estrogen. Infertil.

2. **Elemen psikologis.**

2.1. IDENTITAS GENDER

Identitas gender merupakan perasaan seseorang menjadi laki-laki atau perempuan, dan mendeskripsikan perasaan seseorang akan sifat kelaki-lakiannya atau kewanitaannya. Peran gender merupakan bagian dari identitas seseorang. Masyarakat mempunyai peran penting dalam perkembangan identitas gender. Begitu bayi lahir langsung memiliki identitas gender. Diberikan baju dan mainan tertentu. Selain itu respon orang dewasa terhadap anak laki-laki dan perempuan berbeda tergantung pada cara dia di besarkan dan gaya mengasuh anak.

Ketika anak tumbuh, ia menyatukan informasi dari masyarakat dan dari persepsi tentang dirinya untuk membangun identitas gender. Pada usia tiga tahun, anak tahu tentang dirinya sendiri, sebagai anak perempuan atau anak laki-laki. Mereka juga tahu bahwa tidak akan dapat mengubah seks dengan mengubah penampilannya.

Josselyn (1969), mengemukakan bahwa sumber utama identitas seksual yang menentukan konsep seseorang akan dirinya dan orang lain sebagai wanita/pria tergantung dari :

- ◆ Ciri biologis yang di turunkan
- ◆ Konsep dan peran gender

## 2.2. PERAN GENDER

Peran gender merupakan ekspresi publik tentang identitas gender. Hampir semua ahli sosial yakin bahwa pengaruh sosial (orang tua, teman seusia dan media) merupakan kekuatan perkembangan utama dalam pembelajaran atau peran gender. Selain itu peran gender juga dapat dipelajari dari lingkungan individu berada, termasuk di sekolah dan di rumah. Pembelajaran formal tentang informasi spesifik tentang organ seksual, perubahan tubuh sehubungan dengan pubertas dan keinginan untuk menunda hubungan seksual sampai seseorang dianggap dewasa untuk melakukan hubungan seksual.

Pembelajaran yang paling berpengaruh melalui sistem nilai seksual dalam keluarga dan masyarakat. Anak mendapatkan sikap tentang suatu nilai tersebut sejak dini. Sering kali pola ini melibatkan represi dan menghindari topik seksual yang dianggap sebagai pengalaman negatif. Sumber pembelajaran yang juga berpengaruh, adalah berbagai lambang dan diskusi dengan teman sebaya.

Meskipun demikian tidak sepenuhnya peran gender merupakan ciri masyarakat. Walaupun demikian, ada perbedaan perilaku anak laki-laki dibandingkan anak perempuan, bahkan semenjak masih bayi. Diperkirakan hormon seks mempunyai pengaruh pada otak dan perilaku. Peran gender merupakan area seksualitas yang tumpang tindih antara komponen psikologis, biologis dan sosiokultural.

## 2.3. ORIENTASI SEKSUAL

Orientasi seksual merupakan pilihan hubungan intim seseorang dengan lawan jenis atau sejenisnya. Mayoritas orang dewasa mengidentifikasi dirinya heteroseksual, yang berarti memiliki gairah seksual dengan lawan jenisnya. Kira-kira 10 % mengidentifikasi dirinya dengan homoseksual (Gay pada laki-laki dan Lesbian pada wanita).

Sejumlah kecil orang adalah Biseksual, mereka mempunyai hubungan intim dengan kedua jenis. Orang yang transeksual, tidak puas dengan keadaan fisiknya, karena tidak sesuai dengan peran identitas gendernya. Mereka seringkali merasa terperangkap dalam tubuh yang salah.

Bertahun-tahun, masyarakat menyamaratakan homoseksual dengan transvertisme. Walaupun demikian, kedua hal ini tidaklah merupakan fenomena yang sama. Merupakan kesalah-mengertian bahwa lesbian adalah perempuan yang ingin jadi laki-laki dan gay adalah laki-laki yang ingin jadi wanita. Laki-laki gay sering memang punya sifat kewanitaan dan wanita lesbian punya perilaku kelaki-lakian. Tetapi hampir semua laki-laki homoseksual dan wanita lesbian puas dengan gender laki-laki atau perempuannya.

## **3. Elemen sosio-kultural**

Komponen sosiokultural merefleksikan keyakinan kultur masyarakat. Keyakinan ini membentuk perkembangan seseorang sebagai makhluk seksual. Interaksi sosial penting pada proses ini karena perilaku peran merupakan model

dan harapan sosial yang dipelajari. Sistem agama dan hukum mencoba mengontrol atau mengatur seksualitas. Komponen sosio-kultur juga mempengaruhi seksualitas laki-laki dan perempuan dan perilaku peran gender.

### 3.1. PERAN LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN

Kultur mempengaruhi peran gender, kultur tertentu mempunyai perbedaan yang jelas tentang peran gender. Misalnya peran laki-laki adalah mencari nafkah dan peran wanita mengasuh anak. Pada kultur lain tidaklah membuat perbedaan yang sangat tajam seperti ini.

Adanya Emansipasi wanita telah mengubah sebagian peran gender. Kondisi yang biasa pada saat ini di temukan wanita yang bekerja di luar rumah, dan dapat di terima, sementara pada saat suami libur bekerja bergantian dengan istri untuk mengasuh anak di rumah. Pembalikan peran ini bukannya terjadi tanpa konflik. Banyak laki-laki dan perempuan merasa kesukaran ketika bertukar peran. Ibu merasa bekerja berlebihan ketika mencoba menselaraskan rumah, keluarga dan tanggung jawab kerja. Laki-laki juga menghargai persetujuan sosial agar lebih terlibat dalam mengasuh anak.

Faham Fenminisme telah memaksa masyarakat untuk mengakhiri perbedaan gender. Dengan Melegalisasi perubahan untuk kesamaan kerugian ekonomi dan menghasilkan kesempatan politik, pendidikan dan Ekonomi.

### 3.2. PRAKTEK SEKSUAL

Sikap dan sudut pandang terhadap seks berada pada suatu rentang mulai dari sudut non tradisional sampai tradisional, yaitu bahwa seseorang harus memilih perilaku yang sesuai. Misalnya : seseorang hanya boleh melakukan hubungan seksual setelah menikah. Resiko mendapat penyakit kelamin atau hamil dan juga keyakinan agama mempengaruhi praktek seksual. Pelanggaran yang dilakukan dan pada saat yang bersamaan mendapatkan bencana, sering kali menimbulkan perasaan berdosa/bersalah yang hebat serta menimbulkan konflik dalam diri atas perilaku tersebut.

Perawat yang merawat pasien dengan kondisi seperti ini harus mengkesampingkan pandangan dan keyakinan pribadi agar mampu merawat klien dengan baik. Apabila perawat di minta melakukan tindakan yang bertentangan dengan nilai dan keyakinan pribadinya, Misal diminta menolong tindakan oborsi atas indikasi medis, perawat harus memberitahukan isu personal tersebut pada kepala keperawatan.

Karena identitas Gender, perilaku gender dan norma seksual berbeda antar kultur dan berubah sesuai dengan zaman. Perlu di mengerti yang penting bukan norma itu sendiri, tetapi yang lebih penting adalah bahwa norma itu di mengerti dan di terima oleh orang-orang pada kultur atau masyarakat tersebut.

Sama pentingnya, bahwa profesi kesehatan yang bekerja pada norma sosial tertentu, membantu klien tanpa menghakimi mereka dengan norma pribadi.

## 4. Perkembangan Psikososial Laki-laki dan Perempuan

#### 4.1. MODEL ERICSON : Perkembangan Laki-laki

Menurut Ericson ada 8 tahap dalam kehidupan manusia yang merupakan krisis maturasi perkembangan, dimana setiap tangga harus dilalui untuk menaiki tangga berikutnya. Bila satu tahapan tidak dilalui dengan sukses, dapat menyebabkan masalah menetap. Tetapi walaupun misalnya seseorang dapat berhasil melalui sebuah tahapan, tahapan ini sering masih harus diperbaiki kembali bila ada pengalaman baru ( Misalnya : Sakit).

Levinson (1978); mendeskripsikan perkembangan laki-laki dan menemukan adanya periode krisis seperti krisis setengah baya. Pada tahap ini laki-laki mulai mempertimbangkan tentang kehidupan akhir (kematian), bagaimana mencari seseorang sebagai topangan dan bukannya berdiri sendiri. Hal ini merupakan cara mencapai sesuatu di luar kemampuan.

#### 4.2. MODEL BOYCE : Perkembangan Wanita

Perkembangan seksualitas wanita dijelaskan melalui dua model terpisah. Wanita akan lebih peduli pada emosi dan perasaannya saat melihat suatu masalah. Diluar perasaannya, wanita menyadari bahwa sesuatu penting bagi mereka, bila ada perasaan keterikatan dalam hubungan dengan orang lain. Para ahli perkembangan psikologis, mendeskripsikan bahwa perkembangan wanita terperangkap pada konteks komitmen yang di buat dengan seseorang dengan berbagai tingkat. Seperti : mengasuh anak, mengatur rumah dan bertanggung jawab, tetapi tidak mandiri dalam setiap tindakan.

Model ini di bentuk oleh dua panah, satu panah mewakili konteks komitmen dimana wanita berkembang. Komitmen ini meningkat selama kehidupan wanita. Panah yang lebih panjang berasal dari dasar model, yang mewakili perasaan generatifitas (keperdulian akan generasi yang akan datang). Hal ini dirasakan sejak masa kanak-kanak dan di ekspresikan melalui praktek membesarkan dan merawat anak.

Sebaliknya laki-laki tidak terlalu peduli dengan perasaan generatifitas. Berlawanan dengan tahapan tajam erikson; model female menunjukkan krisis perkembangan tumpang tindih dan berbentuk lingkaran. Struktur ini menunjukkan bahwa wanita dapat berfokus pada lebih dari satu krisis pada saat yang sama dan dapat menampung berbagai isue yang terjadi. Siklus yang tumpang tindih menunjukkan periode transisi.

Pada masa kanak-kanan, laki-laki dan wanita mempunyai pola perkembangan yang sama, yang berdasarkan perkembangan perasaan percaya dan mandiri, yang dilalui melalui tiga siklus. Siklus pertama yaitu aktif (rajin) dan identitas, menunjukkan krisis pada usia 20 tahun, ketika seorang wanita membuat suatu keputusan akan pilihan hidup, seperti : karir, perkawinan dan keluarga atau perpaduan ketiganya. Isue yang sama muncul kembali ketika berusia 30 tahun.

Siklus terakhir adalah krisis integritas, yang terjadi pada wanita dewasa separuh baya. Selama fase ini, muncullah isue tentang tujuan dan integrasi personal. Wanita menghadapi keadaan ini lebih dini, dibandingkan pada pria. Pada masa ini, anak juga mulai meninggalkan rumah, periode konsepsi telah berakhir dan mungkin saja karir yang tadinya tertunda cukup lama, dapat di mulai kembali.

**KESIMPULAN.**

Keseimbangan seks dan seksualitas sangat penting dicapai oleh individu. Karena hal ini berpengaruh terhadap kemampuan individu dalam menjalankan peran dan fungsinya di masyarakat sesuai dengan identitas gender yang disandangnya.

Kemampuan pencapaian keseimbangan seks dan seksualitas ini dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya dari sejak fase pertumbuhan dan perkembangan pada awal kehidupan individu, seperti tentang pengenalan identitas dan peran gender yang dipelajari individu di lingkungan tempatnya berada sesuai dengan ciri gendernya, contoh : adanya perbedaan perilaku dan peran antara anak laki-laki dan perempuan.

Karena identitas gender tersebut, perilaku gender dan norma seksual berbeda antar kultur dan berubah sesuai dengan zaman. Perlu di mengerti yang terpenting bukan norma itu sendiri, tetapi yang lebih penting adalah apakah norma itu di mengerti dan di terima oleh orang-orang pada kultur atau masyarakat dimana individu tinggal.