

PENDIDIKAN SEKSUAL SESUAI PERKEMBANGAN KUNCI SUKSES PERKEMBANGAN SEKSUALITAS REMAJA

Oleh :

Betty Sahertian
(Dosen Poltekkes Maluku)

Tulisan ini adalah kelanjutan dari tulisan bagian pertama kasih sayang orang tua, kunci sukses perkembangan seksual remaja, bagaimana pendidikan seksual sesuai perkembangannya Pendidikan seksual dapat mulai diberikan sejak dari kandungan, saat penentuan jenis kelamin hingga seseorang yang telah menikah, bahkan juga masih diperlukan oleh pasangan menikah.

Pada usia dini, anak sudah dapat diajak berbicara tentang seks. Dasarnya adalah, saat anak sudah mulai bertanya tentang seks, dan juga saat komunikasi dua arah dengan orangtua sudah terbangun. Rata-rata anak usia 2-3 tahun sudah mulai mampu berkomunikasi dua arah dengan orangtuanya.

Periode awal ini saatnya orang tua mengenalkan bagian tubuhnya. Usia ini rasa ingin tahu dan kemandirian anak sudah mulai tumbuh dan berkembang. Anak sudah menemukan kenikmatan dengan memainkan alat kelaminnya. Pada saat ini anak harus dijelaskan tentang alat kelaminnya.

Ajarkan anak dengan bahasa ilmiah, kenalkan istilah penis pada anak laki-laki dan vagina kepada anak perempuan, bukan dengan menyebutnya dengan istilah lain, seperti “burung “, “cacau” ataupun “lolo”, bagi anak laki-laki dan “pep” ataupun “bunga” bagi anak perempuan, dsbnya seperti yang lazim diistilahkan oleh orang tua dan dewasa lainnya.

Selain itu pengenalan fungsi tubuh, bahwa vagina dan penis sebagai saluran urin (untuk buang air seni) dan lubang dubur untuk buang air besar. Pendidikan seks usia dini bisa diawali dari pengetahuan dasar seperti ini. Pada anak usia awal sekolah sampai usia 6 tahun, anak senang bereksperimen atau menyentuh bagian-bagian tubuhnya. Rasa ingin tahunya luar biasa dan bahkan ia mulai mencoba-coba dengan main dokter-dokteran atau pengantin-pengantin, anak melihat dan membandingkan dan mulai punya interpretasi apa yang ditampilkan orang tua.

Oleh karena itu pada periode awal sekolah ini, saatnya penyadaran dan membuat anak bangga dengan tubuhnya. Anak sekolah dasar sudah mulai keputihan, ini karena celana dalam kotor atau cara membersihkan area kelamin yang salah. Anak sudah harus diajarkan cara membersihkan tubuhnya termasuk area kelamin dengan baik. Setelah buang air kecil (kencing) dan buang air besar (berak) harus dibersihkan, setelah itu mencuci tangan dengan sabun. Penyadaran yang diawali dengan kebersihan organ tubuh menjadi titik mulanya. Dengan begitu, anak bisa belajar tanggung jawab atas dirinya dan mulai memahami pentingnya merawat tubuh dan kelamin.

Pada usia ini juga anak mulai mengeksplorasi daerah kelaminnya. Apalagi dengan berbagai informasi yang semakin terbuka dan diterima oleh anak-anak. Ada anak yang bertanya, kenapa saat memeluk bantal-guling dan menjepit guling di area kelamin menimbulkan rasa enak. Atau anak bertanya, mengapa penisnya berdiri pada pagi hari. Orangtua perlu mendapatkan jawaban

yang tepat dan memberikan penyadaran. Ajarkan kepada anak bahwa area kelamin sensitif sehingga perlu dijaga. Dengan menjepit bantal-guling akan melukai area kelamin. Anak juga perlu diajarkan tentang ukuran penis, yang memang berbeda bagi setiap lelaki. Dengan memahami ini, anak memahami tubuhnya. Jikapun teman sekolahnya, misalnya, membandingkan ukuran penis, anak sudah terbekali dengan pengetahuan yang tepat dari orangtuanya. Dengan begitu, anak merasa bangga dengan apa yang dimilikinya. Perkembangan anak selanjutnya hingga memasuki masa remaja, ini perlu diwaspai. Anak-anak seusia ini, akan mulai terjadi berbagai perubahan tubuh. Pada masa inilah, anak remaja mengalami pubertas. Pada anak lelaki ditandai dengan suaranya yang membesar dan mimpi basah. Sedangkan perempuan mengawali pubertas dengan menstruasi. Saat inilah papa bisa berperan menjadi sahabat anak laki-laki mengalami mimpi basah. Papa bisa bilang setelah mengalami mimpi basah, bahwa kita tertarik dan terangsang melihat perempuan. Sehingga usahakan agar bila memiliki pacar berada di tempat ramai agar tak menjurus ke hubungan seks. Dan mama bisa menyampaikan pada anak perempuan, bahwa kalau anak perempuan telah menstusasi, anak perempuan akan mulai naksir lawan jenis dan jika melakukan hubungan seks, mereka pun bisa hamil, walaupun hanya 1 kali melakukan. Mama dapat mengajarkan anak agar mampu menolak lawan jenis yang mereka sukai, mendeteksi dan menolak pelecehan seksual yang dilakukan orang lain kepada mereka.

Mama bisa mengajarkan anak perempuan bagaimana menggunakan pembalut pada saat menstruasi, dan mengajarkan bahwa harus selalu memperhatikan kebersihan alat kelamin, mengganti pembalut dalam waktu paling lama 6 jam, tetapi tergantung dari banyaknya pengeluaran darah yang terjadi. Anak perempuan diajarkan pula, kalau membersihkan alat kelamin harus dari depan ke belakang (dari vagina ke anus) dan bukan sebaliknya, karena jika dari belakang itu akan membawa kotoran dari anus ke vagina, kemudian melap dengan kering menggunakan kain bersih. Baik anak laki-laki maupun anak perempuan, perlu dibekali agar anak bisa menerima dirinya, dengan berbagai perubahan fisik dan psikologis. Dengan begitu, anak bisa percaya diri dan mampu mengendalikan keinginan seks yang sudah mulai muncul, apalagi dengan kondisi kekinian di mana banyak remaja sudah berhubungan seksual, meski dengan cara aman sekalipun. Selain memiliki informasi seksualitas, maka strategi lain yang dapat digunakan seperti :

- 1). Orang tua meyakinkan remaja bahwa orang tua adalah sahabat terdekat bagi remaja, anak tidak perlu ragu untuk menyampaikan sesuatu yang terasa menganjak di hatinya. Dengan membangun komunikasi dengan orang tua, tentunya orang tua mempunyai sejumlah pengalaman yang telah dilampui akan menjadikan guru yang terbaik.
- 2). Menjadi perhatian orang tua, untuk tidak memulai pembicaraan dengan keluhan tidak tahu, harus dari mana, bingung ataupun kehabisan bahan, sebab itu akan memberikan kesan bagi anak,, bahwa orang tua tidak siap.
- 3). Jangan menghalangi anak untuk bertanya, walaupun orang tua berpikir itu pertanyaan yang tidak sesuai dengan umurnya,
- 4). Jika bergaul dalam kelompok atau membentuk kelompok dengan aktivitas positif dan menjauhi kelompok dengan tujuan negatif,
- 5). Anak diberi semangat agar meningkatkan kepercayaan diri dan berani mengatakan tidak untuk hal-hal yang buruk,
- 6). Remaja juga perlu disarankan untuk menjaga kesehatan fisik sedini mungkin dan secara terus menerus,

Jika saat ini, sebagai orang tua merasa sudah terlambat menjalani tahapan awal, dan saat ini anak sudah remaja misalnya, ini kiranya tidak menjadi penghalang, karena kita bisa tetap membangun komunikasi dan memberikan pemahaman seks sesuai tahapan usia anak. Tidak ada kata terlambat untuk memulai sesuatu yang indah. Kata pepatah “Mencegah lebih baik

mengobati”. Sebagai orang tua tentunya kita tidak akan membiarkan masa depan anak-anak kita yang adalah penerus masa depan bangsa dan negara ini menjadi hancur. Kita merindukan anak-anak yang bertumbuh dan berkembang yang sehat, karena remaja adalah tulang punggung bangsa dan Negara ini. Remaja adalah tongkat estafet dan penerus bangsa dan Negara ini. Remaja akan sampai pada masa akhir perkembangannya untuk mencapai identitas diri, dan melewati masa remajanya dengan sehat, maka peran orang tua dan orang dewasa lainnya akan sangat berpengaruh. Dengan penuh cinta kasih dan sayang orang tua membimbing, memberikan berbagai informasi yang sangat diharapkan remaja, maka remaja akan mencapai kesuksesan dalam perkembangan seksualitasnya.