

**KECENDERUNGAN TERAPI SEKS MASA KINI  
(Merupakan Reaksi dan Kesadaran Baru )**

**Linda D. Schwoeri, Ph. D.  
G. pirooz Sholevar, M.D.  
Mark P. Combs, Ph.D.**

OLEH : Nani M.Sugandi



# PENDAHULUAN

- Penanganan terhadap permasalahan seksual merupakan bagian integral, khususnya sejak tahun pada tahun 1970-an
- Terdapat apresiasi baru yang mulai berkembang bahwa permasalahan seksual dapat dimodifikasikan melalui intervensi yang tidak memerlukan waktu yang lama dan tidak harus mendapatkan penanganan secara individual.
- Penemuan metode pengontrol/pengendali kelahiran yang aman dan dapat diandalkan, legalisasi aborsi, serta diskusi dan ekspresi yang lebih terbuka mengenai permasalahan seksual
- kewaspadaan berbagai pihak akan penyebaran AIDS, hepatitis, dan berbagai penyakit yang berbahaya .

# PENDAHULUAN

- Kemungkinan adanya peningkatan / perbaikan pada fungsi seksual, teratasinya kecemasan seksual, serta kesempatan untuk menikmati hubungan dengan terpenuhinya kebutuhan seksual.
- Pasangan dapat menjalani penanganan secara bersama-sama dalam mengatasi berbagai permasalahan dalam aspek hubungan pernikahan mereka, termasuk dalam hal yang paling intim-kesulitan seksual

# KONSEP TEORI

1. **Perubahan Pandangan dalam Penanganan Masalah Disfungsi Seksual**
  - Hasil penelitian dari *Masters* dan *Johnson* yang dipublikasikan pada tahun 1970-an telah mengubah fokus penanganan dari penanganan psikodinamika individual menjadi intervensi behavioral terhadap pasangan dalam jangka waktu yang pendek.
  - berkembangnya perhatian terhadap penyebab dari disfungsi seksual. Penggunaan desensitisasi yang sistematis serta teknik behavioral lainnya seperti intervensi relaksasi dalam penanganan terhadap disfungsi seksual (*Lazarus* , 1965; *Salter*, 1949; *Wolpe*, 1958)
  - Pendekatan behavioral terbaru seperti latihan fokus sensasi serta teknik meremas / menekan yang digunakan dalam penanganan terhadap ejakulasi dini, dapat dipraktekkan oleh pasangan di rumah mereka dengan dukungan dan instruksi dari terapis.

# KONSEP TEORI

## a. Pendidikan dan Peranannya dalam Proses Penanganan

- Melalui pemberian dari informasi sederhana seperti penggunaan berbagai metode dalam pemanasan / *foreplay* dapat membantu mengatasi berbagai permasalahan disfungsi seksual.
- Faktor yang turut berperan dalam mencegah dan menangani timbulnya disfungsi seksual, seperti permasalahan komunikasi, pendidikan yang tidak memadai mengenai permasalahan seksual, konflik pernikahan, serta permasalahan yang berasal dari keluarga asal pasangan.

# KONSEP TEORI

## **b. Integrasi**

- **Pandangan mengenai terapi seks pada masa kini merupakan pandangan yang mengintegrasikan terapi seks dengan terapi pernikahan.**
- **Pada masa kini penanganan permasalahan seksual menggunakan pendekatan biologis- medis dan pendekatan yang berfokus pada persoalan hubungan interpersonal.**
- **Penanganan bertujuan untuk mengidentifikasi permasalahan keluarga selain permasalahan yang dihadapi oleh pasangan; sering kali proses ini berjalan lebih lama, lebih bervariasi, serta melibatkan berbagai aspek yang digunakan sebagai dasar penilaian dan intervensi.**

# KONSEP TEORI

## c. Permasalahan Hubungan

- kekuatan, keinginan untuk mencapai kepuasan, serta kemampuan untuk berbagi dan saling percaya dapat mempengaruhi fungsi seksual.
- Sementara dengan permasalahan ini dapat menciptakan persoalan interpersonal bagi pasangan, dikarenakan hal-hal di atas pada umumnya tidak disadari atau tidak diungkapkan (*Scarf, 1987, 1995*) sehingga dapat menghambat keberhasilan dari proses penanganan (*Saguer, 1976*).
- Beberapa permasalahan seperti bentuk tubuh, arti seksualitas, rasa malu dan perasaan bersalah, pandangan keluarga atau budaya terhadap seksualitas, serta bentuk hubungan yang dijalin harus dapat terungkap.

# KONSEP TEORI

## d. Kesehatan dan Faktor Perkembangan

- Penyakit, berat badan, penuaan, kecemasan, permasalahan sistem, cedera tulang punggung (*spinal cord injury*), atau penyakit seperti diabetes dan abnormalitas genital, serta kanker dapat mempengaruhi perilaku seksual, yakni timbulnya disfungsi seksual.
  - 1) *Diabetes*. Masters dkk. (1986) mencatat bahwa 50% dari pria penderita diabetes mengalami masalah dengan organ mereka yang mengakibatkan disfungsi ereksi.
  - 2) *Prostat*. Prostat dapat mengakibatkan rasa nyeri pada saluran urine, serta rasa sakit di bagian punggung dan dapat mempengaruhi fungsi seksual, pada umumnya menciptakan rasa sakit pada saat ejakulasi.
  - 3) *Kanker*. Penelitian terbaru mengungkap bahwa 1 dari 5 wanita berisiko terkena kanker payudara. Pengangkatan payudara dapat mengakibatkan perubahan dramatis pada konsep diri seorang wanita. Karena tidak merasa sebagai wanita, maka kaum wanita kehilangan minatnya akan masalah seksual. Begitupun pada pria, kanker prostat sama halnya dengan menghilangkan minat / ketertarikan terhadap seksualitas, karena kaum pria akan merasa “tidak jantan” lagi.
  - 4) *Cedera parah*. Cedera tulang punggung dapat menyebabkan Kehilangan kendali sekresi, disfungsi ereksi, kesulitan ejakulasi, serta hilangnya fertilitas merupakan masalah-masalah yang sering terjadi.

# KONSEP TEORI

## e. Penyakit Menular Seksual

- Rasa takut akan penyakit menular seksual jelas menimbulkan hambatan dalam fungsi seksual dan kepuasan yang dicapai oleh pasangan.
- Sipilis dan *gonorhea* merupakan penyakit yang sangat menular dan dapat ditularkan melalui berbagai cara / kontak seksual. *Chlamydia*, sebuah bakteri sejenis infeksi penyakit menular seksual, dan herpes, penyakit menular seksual lainnya yang juga sangat menular dan kronis, dapat ditularkan melalui kontak non seksual.
- HIV, penyakit yang dapat ditularkan melalui pemakaian jarum suntik secara bergantian atau melalui transfusi darah, secara psikologis dapat membahayakan fungsi seksual; AIDS menyebabkan beberapa orang menghindari kontak seksual, atau setidaknya mengurangi minat mereka akan aktivitas seksual (*Wincze dan Carey, 1991*).

# KONSEP TEORI

## f. Permasalahan Lingkaran Kehidupan

- Perbedaan permasalahan lingkaran kehidupan mempengaruhi kebutuhan seksual dari pasangan, seperti : tidak memperoleh anak, tidak dapat mempertahankan kehamilan (*Carter dan McGoldrick, 1980a*).
- Terjadinya *menopause pada wanita*, *Masters dkk. (1986)*, 8% wanita akan mengalami perubahan hormon dengan intensitas yang berbeda tergantung kepada kadar estrogen yang hilang / berkurang.
- Beberapa permasalahan di antaranya dapat berupa hilangnya atau berkurangnya produksi cairan /pelumas pada vagina pada saat berhubungan intim, hilangnya elastisitas jaringan tisu, serta semburan panas (*hot flashes*).
- *Kolodny (1979)* dan *Masters dkk. (1986)* mencatat terdapatnya penurunan potensi pada pria, beberapa depresi, serta menurunnya hasrat seksual sebagai akibat dari berkurangnya produksi testosteron. Pria di atau usia 55 tahun pada umumnya membutuhkan lebih banyak waktu dan stimulus yang lebih guna mencapai ereksi. Intensitas orgasme mereka mengalami penurunan dan ejakulasi bukan lagi menjadi kebutuhan fisik utama mereka.

# KONSEP TEORI

## g. Pengobatan

- Obat-obatan anti depresi biasanya dipergunakan untuk mengatasi disfungsi organ, libido yang menurun, serta kegagalan ereksi.
- Perbaikan fungsi seksual pada pasien dengan gangguan tersebut sulit untuk dilakukan, namun sangat diperlukan.

## 2. Penilaian, Klasifikasi, dan Penanganan Disfungsi Seksual

- Disfungsi seksual dapat disebabkan oleh persoalan biologis, hubungan interpersonal, situasional, ataupun permasalahan psikologis seseorang, karenanya diperlukan pendekatan yang komprehensif dan multidisipliner dalam proses diagnosis dan penanganannya.
- Disfungsi seksual diasosiasikan dengan serangkaian gangguan perilaku, gangguan syaraf / neurotik, gangguan afeksi, kekerasan substansi (*substance abuse*), serta gangguan yang berhubungan dengan alat kelamin.

# KONSEP TEORI

- beberapa alat ukur psikometrik yang dapat dipergunakan dalam berbagai gejala psikogenik dan psikiatrik, baik berupa permasalahan seksual situasional maupun relasional.
  - Daftar Depresi Beck
  - Skala Penilaian Depresi menurut Hamilton
  - Daftar Kepribadian Multifase dari Mionnesota
  - Analisis Temperamen
  - 90 Daftar Gejala- hasil revisi
  - Daftar Kejelasan Kekerasan Substansi

# KONSEP TEORI

Selain itu, penilaian terhadap hubungan seksual dan pernikahan dapat dilakukan

dengan menggunakan alat ukur bagi hubungan antar pasangan:

- *Spanier Dyadic Adjustment Scale* (Spanier, 1976).
- *Sexual Interaction Inventory* (LoPiccolo dan Steger, 1974).
- *Sexsual genogram* (Hof dan Berman, 1986).
- *Sexual Status Examination* (Kaplan, 1983, 1995).
- *Derogatis Sexual Functioning Inventor*
- *Prepare-Enrich* (Olson, 1982a, 1982b).

# KONSEP TEORI

## a. Gangguan Hasrat Seksual

- 1). Gangguan Hasrat Seksual yang Hipoaktif.
- 2). Secara biologis.
- 3). Persoalan individual dan persoalan hubungan. Seperti : rasa takut akan kehamilan, rasa takut akan penuaan, serta kekhawatiran mengenai penampilan.

### **Penanganan.**

Penanganan haruslah sensitif terhadap permasalahan yang sebenarnya. pembentukan keintiman, toleransi komunikasi, serta validasi diri sebagai pengganti validasi terhadap pasangan. Pendekatan relasional lainnya, seperti tugas seksual terstruktur (SIGS) (lihat *Kaplan, 1979*), dirancang bagi pasangan untuk membantu mereka dalam memodifikasi disfungsi yang dihadapi.

# KONSEP TEORI

## b. Gangguan Rangsangan Seksual

1). Gangguan Ereksi Kaum Pria. Gangguan ereksi kaum pria diperkirakan sebagai kasus yang paling banyak ditangani dalam penanganan seksual bagi pria. Berdasarkan laporan sekitar 36%-53% dari seluruh kasus yang terjadi dirawat melalui klinik terapi seks (*Hawton, 1982*). Diperkirakan sebanyak 20%-50% dari kasus disfungsi ereksi yang terjadi diakibatkan oleh faktor organ (*Sadock, 1991*).

### ***Penanganan.***

- memberikan pengarahan kepada pasangan si pasien mengenai arti penting dari mengomunikasikan daya tarik mereka dalam berbagai cara.
- lebih terfokus pada permainan seksual.

# KONSEP TEORI

## 2) Gangguan Rangsangan Seksual Kaum Wanita.

- Gangguan rangsangan seksual kaum wanita, atau terjadinya gangguan dalam fase gairah pada wanita, terjadi pada 11%-50% dari keseluruhan populasi wanita (*Spector dan Carey, 1990*).
- faktor psikologis, berupa kecemasan, depresi, atau sejarah konflik dalam hubungan.
- Wanita yang sudah mengalami laktasi atau menopause juga dapat memiliki kesulitan berupa kurangnya jumlah pelumas, dikarenakan berkurangnya hormon estrogen

# KONSEP TEORI

## c. Gangguan Orgasme

1). **Gangguan Orgasme Kaum Wanita** (Terhalangnya Orgasme Kaum Wanita). Delapan hingga sepuluh persen kaum wanita tidak pernah mengalami orgasme dalam kondisi apapun, dan mungkin sekitar 50% dari kaum wanita tidak dapat mengalami orgasme ketika berhubungan intim tanpa bantuan rangsangan.

- **Pengobatan.** Pengobatan biasanya akan berhasil bila melibatkan: Latihan masturbasi yang diarahkan dilanjutkan dengan latihan bersama partner (*LoPicollo dan Lobitz, 1972*); Instruksi dalam latihan *Kegel*, yang dapat meningkatkan potensi orgasme, disertai dengan masturbasi yang diarahkan; Dorongan untuk melakukan / memerankan tercapainya orgasme; Peningkatan dalam aktivitas seksual yang progresif agar dapat menjadi lebih seksual (*Masters dan Johnson, 1970*)
- Dengan menjalani terapi / penanganan dapat membantu mengisolasi permasalahan yang dihadapi, serta menentukan langkah terbaik yang harus diambil dalam proses penanganan.

# KONSEP TEORI

## Penanganan Berdasarkan Dua Pendekatan

### a). Pendekatan Kognitif-Behavioral.

- Pendekatan Kognitif-Behavioral digunakan untuk mengobati hambatan orgasme pada wanita
- Dengan bentuk latihan desensitisasi adalah penggunaan penggambaran / instrumen yang terdiri dari 21 soal / items hierarki. Pasangan berjalan sesuai dengan items / soal ini dalam membayangkan hubungan intim (items / soal terakhir dalam hierarki ini). Terapi juga melibatkan pasien untuk melakukan relaksasi otot mendalam yang dilakukan bersama-sama dengan prosedur desensitisasi ini.

# KONSEP TEORI

## b).Terapi Multimodal.

- Pendekatan ini menilai perilaku seksual dari pasangan; defisit / kekurangan dalam teknik seksual mereka, serta ekspresi perasaan pasangan mengenai daya tarik fisik.
- Teknik ini juga terdiri dari latihan *Kegel*, latihan relaksasi yang progresif, latihan fantasi, insersi jemari (pemasukan jari ke vagina), film serta latihan fokus sensasi.

# KONSEP TEORI

## 2). Terhambatnya Orgasme Kaum Pria.

- Hambatan orgasme kaum pria, atau yang disebut juga dengan gangguan ejakulasi, didefinisikan sebagai suatu kondisi di mana klimaks dapat dicapai dalam berhubungan intim, namun dengan sangat sulit (Sadock, 1991).
- pria mengalami gangguan ejakulasi. Disfungsi ini tergolong serius jika selama berhubungan intim pria tidak pernah mengalami ejakulasi, Gangguan ejakulasi terjadi karena cairan awal yang keluar kembali lagi ke dalam kantung kemih.
- teknik “stop-start” dari *Seman* juga dipergunakan dalam proses penanganan. Di samping itu serum / obat-obatan jenis baru dari SSRIs juga telah berhasil mengatasi ejakulasi dini pada kaum pria serta orgasme dini pada kaum wanita.

# KONSEP TEORI

## 3). Terhalangnya Orgasme Kaum Wanita.

Hambatan orgasme kaum wanita diklasifikasikan sebagai disfungsi orgasme yang paling sering terjadi ketika wanita mengalami hambatan / gangguan organ yang terus menerus yang disebabkan oleh stimulus.

Terdapat banyak faktor psikologis yang didiagnosis sebagai penyebab terjadinya kasus ini;

- rasa takut akan kehamilan
- membahayakan tubuh (khususnya vagina)
- perilaku destruktif , atau kekerasan
- Penyakit yang berhubungan dengan sistem endokrin (seperti diabetes dan *hypothyroidism* /penyakit kelenjar tiroid)

# KONSEP TEORI

## d. Gangguan Rasa Sakit Seksual

### 1). Jenis-jenis gangguan rasa sakit seksual diantaranya adalah

- *Dyspareunia* (Rasa sakit yang terjadi ketika berhubungan intim). *Dyspareunia* merupakan rasa sakit yang timbul ketika melakukan hubungan intim.
- *Vaginismus* (Rasa sakit pada vagina)

### 2). Penanganan gangguan rasa sakit.

- penanganan juga memerlukan adanya pemahaman mengenai sejarah / riwayat pasien dan pasangannya serta bagaimana hal tersebut berpengaruh terhadap kesulitan seksual.
- diperlukan adanya diskusi mengenai perilaku / sikap pasangan terhadap seksualitas

# KONSEP TEORI

Bantuan/Penanganan

Model intervensi → Teknik yang dirancang oleh Kaplan (1974-1995) dengan mengkombinasikan antara sistem belajar, teknik behavioral, serta psikoterapi psikodinamik

Teknik *Direct Behavioral* :

1. Teknik Menekan
2. Teknik *Stop- Start*
3. Fokus Sensasi
4. Orgasme Mata terbuka

# CONTOH KASUS

1. John & Marlene
2. Brad & Janet
3. Sara & Robert
4. Dick & Mary

## D. KESIMPULAN

- Penanganan terhadap disfungsi seksual tidak dapat dipisahkan dari penanganan terhadap seluruh anggota keluarga, meskipun pada masa lalu banyak terapis yang menanganinya secara individual.
- Untuk memperbesar kesuksesan terapi, terapi seks haruslah dilakukan bersama-sama dengan terapi pernikahan dan terapi keluarga.
- Lebih jauh lagi, dalam beberapa kasus pasangan yang berhubungan dengan kelemahan fisik & kesehatan, maka melalui terapi seksual dengan memunculkan berbagai teknik, strategi, dan model yang di kemukakan, merupakan jalan yang tepat untuk ditempuh dengan tujuan untuk memperkuat dan meningkatkan hubungan mereka.



TERIMA KASIH