

- [Health](#)



[Kolom](#)

[DR. dr. Tan Shot Yen, M. hum.](#)

<http://health.kompas.com/read/2016/12/05/084500723/sehat.yang.santun.masihkah.relevan>

Dokter, ahli nutrisi, magister filsafat, dan penulis buku..

Sehat yang Santun, Masihkah Relevan?



Terkait

-
- [Sehat yang Santun, Masihkah Relevan?](#)
 - [Ketika Teknologi Mengubah Gaya Hidup hingga Pola Edukasi](#)
 - [Sejahtera Tidak Sama dengan Kaya](#)
 - [Dari Rumah Makan ke Rumah Sakit](#)
 - [Orang Jawa Bermata Biru](#)

Oleh: DR. dr. Tan Shot Yen, M. hum.

KOMPAS.com - Saya menulis ini tepat di hari peringatan AIDS sedunia beberapa hari lalu, kembali merenung selepas menunaikan program televisi yang juga membahas soal penyakit mematikan tersebut.

Stigma yang selama ini tertanam bahwa biang keladinya adalah perilaku seksual menyimpang (baca: dengan sesama jenis atau pekerja seks komersial adalah sumbernya) ternyata terhapus sama sekali dengan data statistik Kementerian Kesehatan yang jelas-jelas menyebut kasus tertinggi ada pada ibu rumah tangga.

Latar belakang pekerjaan sebagai karyawan menempati angka 9603 kasus, sementara pekerja seks komersial malah kurang dari sepertiganya, 2578 kasus.

Selang sehari sebelum ini, saya juga terhenyak membaca berita seorang remaja putri di bawah umur pukul setengah satu subuh dengan alasan 'pulang dari main' menumpang angkot dan akhirnya diperkosa beramai-ramai oleh supir angkot dengan beberapa orang temannya yang juga usianya tidak lebih dari 21 tahun.

Ketika pemerkosa berhasil ditangkap, jangankan merasa bersalah, malah berbalik menantang polisi, "Kok seperti ini saja dipermasalahkan?" Kengerian semakin terasa melihat semua fenomena tersebut di negeri yang 'sedang terserang banyak penyakit' ini.

Cobalah menonton film-film kriminal buatan Amerika di mana seks sudah dianggap sebagai hal biasa. Pelaku yang terlibat kasus seks dengan anak di bawah umur, kelihatan ketakutan luar biasa dan alibi 'hubungan atas dasar suka sama suka' tidak pernah dibenarkan pengadilan.

Bahkan seseorang mendapat tuduhan "You are sick!" begitu kedapatan melakukan perbuatan asusila terhadap seorang remaja.

"Rekreasi" yang merusak diri

Penyakit dimulai saat istilah rekreasi diterapkan di area yang keliru. Pemenuhan dorongan yang tidak didasari perilaku sehat yang santun. Bukan hanya soal seks. Dorongan nafsu makan pun sama saja.

Pelampiasan rasa "ingin", bahkan ketika berbagai jenis emosi datang mulai dari senang, sedih, frustrasi - yang ditujukan pada makanan, berujung penyakit yang diam-diam datang tanpa permisi.

Betul, salah makan hari ini tidak langsung berakibat gemuk esok hari kok. Tapi, bukan tak mungkin jika nantinya [diabetes](#) atau pelbagai sindroma metabolik muncul. Padahal, tujuan sebenarnya orang makan hanyalah sekadar bertahan hidup.

Begitu pula jika tindakan seksual yang tujuan aslinya meneruskan keturunan, bablas menjadi sekadar pemuasan rekreasi.

Rekreasi cenderung dilampiaskan pada orang yang salah, di waktu yang salah, di tempat yang salah pula.

Kesantunan tidak mendapat tempat lagi. Bahkan bagi segolongan anak muda sekarang, tetap perawan dan perjaka sebelum menikah dianggap hal yang menggelikan. Bukan sekadar 'kuper', tapi amat sangat purba.

Yang ditakuti hanya kehamilan yang tak diinginkan. Kebetulan kondom muncul sebagai perangkat penyelamat. Apalagi, dibilang juga mampu mencegah penularan HIV. Promosi yang salah sasaran akhirnya menciptakan masyarakat gagal paham.

Kondom dibenarkan untuk mencegah penularan penyakit terhadap pasangan seksual, dalam artian seorang istri yang mengidap HIV akibat cecaran transfusi darah tetap masih bisa mempertahankan perkawinan dan kehidupan seksualnya tanpa menulari suaminya. Bukan pacar gelapnya.

Saya masih cukup optimis untuk mempertahankan kesantunan hidup sehat di tanah air ini. Selama para pengambil peran kesehatan mempunyai misi yang sama.

Fakta bahwa ibu rumah tangga menempati peringkat teratas penderita HIV - bukan pecandu narkotik, apalagi pekerja seks komersial - sudah saatnya menjadi tampan keras tentang makna hidup menikah.

Tidak ada sekolah menjadi orangtua memang. Dan tidak ada buku panduan menikah dengan kesetiaan dan komitmen. Tapi, yang mencemaskan adalah saat orang menikah ternyata hanya desakan usia, nafsu seks yang ingin segera disalurkan, bukannya tentang pernikahan itu sendiri.

Sama seperti makanan yang mudah membuat bosan, seks jika hanya dinikmati sebagai rekreasi akan menjadi suatu kejenuhan.

Kabar baiknya dengan makanan, berpindah ke variasi lain tidak akan menyebabkan kegaduhan. Tapi tidak demikian dengan perilaku seksual.

"Mencicipi" pemberi kenikmatan lain semata ingin lepas dari kejenuhan, bisa jadi cikal bakal mengapa latar belakang pekerjaan "baik-baik" sebagai karyawan menempati angka tertinggi.

Memilih serong dengan sesama profesi, berselingkuh dengan orang yang tiap hari ditemui di kantor, bukan jaminan 'saya memilih partner seks yang aman'.

Aman tidak bisa dilihat secara kasat mata, karena virus HIV bisa bercokol hingga 10 tahun tanpa memberi gejala apa pun. Tapi jangan tanya ganasnya.

Bila kehamilan belum tentu bisa terjadi pada hubungan seks satu kali, maka penularan HIV pasti terjadi di hubungan yang 'hanya sekali itu saja' - dari orang yang 'kelihatan sehat', tapi Anda salah terka itu.

Sudah cukup kegaduhan demi kegaduhan menghalangi bangsa ini untuk maju. Banyak sekali hal yang semestinya tak perlu terjadi. Asal saja kita semua menata diri. Tepatnya tahu diri.

Kembali ke fitrah tidak hanya dijadikan ungkapan klise dan jargon. Tapi perlu ada contoh nyata walaupun kecil, untuk memulainya, dan menjadi panutan anak-anak nanti.

Rekreasi pangan tidak perlu meniru resep pizza terbaru, cukup mengganti menu pecel dengan karedok.

Rekreasi hubungan seks yang membosankan tidak perlu mengganti pasangan main, cukup mengganti kaos tidur yang sudah berlubang itu dengan satin berenda. Semoga kewarasan dan kesantunan kita masih dalam pemeliharaannya.

Editor : Bestari Kumala Dewi