

## **Pentingnya Menjaga Kesehatan dan Kebersihan Organ Reproduksi Wanita Menurut Pandangan Islam**

**Afaf Haniah**

afafhann@gmail.com

**Alyssa Azalia**

alyssaazalia3107@gmail.com

**Naila Amirah Rahmadina**

nailamrhr@gmail.com

Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

**Abstrak.** Kesehatan reproduksi adalah aspek vital dalam kehidupan manusia yang melibatkan faktor fisik, mental, sosial, dan budaya. Permasalahan kesehatan reproduksi wanita, seperti infertilitas, gangguan menstruasi, penyakit menular seksual, dan kanker serviks, sering kali disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, faktor genetik dan hormonal, serta faktor lingkungan dan gaya hidup. Dalam rangka mencapai kesehatan reproduksi yang optimal, Islam mengajarkan pentingnya menjaga kebersihan, menghindari perilaku seksual berisiko, dan memberikan pendidikan seksual yang benar. Nilai-nilai moral yang dianut dalam Islam juga mendorong pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi yang akurat dan pemahaman yang tepat tentang tubuh wanita. Artikel ini juga menyoroti keterkaitan antara kesehatan reproduksi wanita dan ajaran Islam, menekankan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sebagai amanah dan kewajiban. Melalui pemahaman yang tepat dan penerapan nilai-nilai ini, wanita dapat mencapai kesehatan reproduksi yang optimal, mencakup kebersihan, pengelolaan perilaku seksual, dan pemahaman yang baik tentang tubuh mereka.

**Kata kunci:** Islam, kebersihan, kesehatan, reproduksi, wanita

### **LATAR BELAKANG**

Kesehatan berasal dari kata “sehat” yang berarti keadaan seluruh organ tubuh dan penunjangnya dalam keadaan baik. Menurut UU Kesehatan No. 23 Tahun 1992, kesehatan adalah asas yang menunjang kemampuan setiap orang untuk menjalani kehidupan produktif baik dalam bidang sosial maupun ekonomi.

Berbeda dengan kebutuhan akan sandang, pangan, dan papan, kesehatan sendiri merupakan aspek yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena menjaga kesehatan merupakan sarana, atau penolong dalam mencapai kehidupan yang bahagia. Islam, sebagai agama yang mengedepankan kebersihan, juga mengajarkan prinsip

kesehatan, kebersihan, dan kesucian lahir dan batin. Kesehatan Jasmani dan Rohani menjadi syarat bagi tercapainya suatu kehidupan yang sejahtera di dunia dan kebahagiaan di akhirat, sehingga antara kesehatan jasmani dan rohani merupakan kesatuan sistem yang cocok. Salah satu kesehatan jasmani adalah kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, kewajiban dalam menjaga kesehatan reproduksi harus diberikan melalui kode gaya hidup yang menghormati kebutuhan dan keinginan setiap individu. Untuk mencapai penuhnya hak reproduksi, haruslah dilaksanakan kewajiban menjaga kesehatan reproduksi secara terpadu.

Islam juga menekankan keutamaan kesehatan, kebajikan, dan kelembutan wanita. Kesehatan Jasmani dan Rohani menjadi syarat bagi tercapainya suatu kehidupan yang sejahtera di dunia dan kebahagiaan di akhirat, menjadikannya sistem yang unik dan stabil. Islam sebagai pedoman hidup tentu mempunyai keterkaitan dengan kesehatan reproduksi karena Islam mempunyai hukum-hukum yang dimaksudkan untuk membantu wanita mencapai kondisi yang sesuai dengan ketentuan kesehatan reproduksi.

Jika dilihat dari sudut pandang fiqih, khususnya fiqh perempuan (fiqh-al-nisa), tidak hanya terfokus pada seluruh aspek kehidupan sehari-hari, baik keagamaan maupun kehidupan sehari-hari. Ini juga lebih menekankan pada apa yang disebut persoalan-persoalan khusus, yang berkaitan dengan reproduksi individu dalam masyarakat kontemporer dan sering disebut sebagai huquq al-muamalat. Selain itu, reproduksi persoalan-persoalan yang dimaksud juga berfungsi sebagai kajian ulama fiqih, memberikan pedoman baik teori maupun praktik. Oleh karena itu, temuan penelitian ini akan memberikan panduan tentang bagaimana Islam mengatasi berbagai masalah reproduksi manusia. Oleh karena itu, penulisan kali ini diperkirakan akan menarik perhatian berbagai kalangan, khususnya kelompok wanita, mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi menurut pandangan Islam dalam kehidupan sehari-hari.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan dalam menulis artikel ini adalah studi literatur. Metode studi literatur adalah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengolah bahan penelitian

(Zed, 2008:3). Studi literatur merupakan tugas yang harus diselesaikan secara tertulis, terutama dalam penulisan akademis yang tujuan utamanya adalah untuk memajukan perspektif teoritis atau praktis. Penulis melakukan penelitian dengan metode studi literatur, bertujuan mencari dasar pijakan / pondasi untuk memperoleh dan membangun landasan teori, kerangka berpikir, dan menentukan dugaan sementara atau disebut juga dengan hipotesis.

Dengan melakukan studi literatur, penulis mempunyai pengetahuan yang lebih luas dan mendalam terhadap masalah yang ditulis. Data yang digunakan untuk mendukung studi dalam artikel ini berasal dari buku, jurnal, artikel akademis, dan tinjauan pustaka yang membahas teori-teori terkait pentingnya menjaga kesehatan dan kebersihan organ reproduksi wanita menurut pandangan Islam.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Pengertian Kesehatan Reproduksi Wanita**

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan kesehatan yang mempengaruhi sistem, fungsi, serta proses reproduksi. Alat reproduksi perempuan adalah organ-organ yang berperan dalam suatu proses yang bertujuan berkembang biak atau memperbanyak keturunan. Agar proses itu terjadi maka seorang wanita harus memiliki organ-organ reproduksi dengan fungsi yang baik serta dalam keadaan normal sehingga terwujud kesehatan reproduksi.

Menjaga kebersihan fisik merupakan hal mendasar bagi seorang Muslim karena mendasarkan pada kaidah yang menyebutkan bahwa di dalam hidup yang sehat terdapat jiwa yang kuat. Imam muslim menyebutkan bahwa kesucian adalah setengah dari iman. Ini membuktikan bahwa begitu pentingnya kesucian dalam ajaran Islam. Perintah menjaga kesucian mencakup perintah untuk selalu menjaga kebersihan, dan kebersihan adalah tanda keimanan seseorang. Kesehatan reproduksi dalam islam berkaitan dengan kebersihan. Kesehatan reproduksi dalam islam juga berkaitan dengan mekanisme sistem reproduksi itu sendiri yaitu masa menstruasi atau haid. Perempuan yang ada pada masa haid menunjukkan bahwa organ reproduksinya berjalan sesuai dengan fungsinya, dan menjadi pertanda perempuan memasuki masa subur.

Membahas masalah kesehatan reproduksi berarti membahas sesuatu yang luas, ditambah keterkaitan dengan wanita yang memiliki makna khusus dan luas yang dikaitkan dengan pandangan dan kepedulian medis dan islam. Dalam Islam, hak reproduksi wanita tidak lain adalah hak yang harus dijamin fungsi reproduksinya. Hak-hak tersebut secara kualitatif seimbang dengan hak-hak yang dimiliki laki-laki sebagai pengembangan fungsi produktif.

Dari pandangan Islam dan medis sama sama memandang bahwa kesehatan dan hak reproduksi wanita sangat penting. Selain prinsip ini, keterlibatan perempuan dalam setiap upaya dan program perwujudan kesehatan dan hak reproduksi manusia juga ditekankan, baik dalam kepemimpinan, perencanaan, pengambilan keputusan, pengelolaan, pelaksanaan dan organisasi, hingga penilaian pelayanan di semua tingkat sistem pemeliharaan kesehatan.

## **B. Masalah Gangguan Kesehatan yang Terjadi pada Reproduksi Wanita**

### **1. Infertilitas**

Infertilitas adalah suatu kondisi medis dimana pasangan yang aktif secara seksual tidak dapat hamil setelah mencoba setidaknya satu tahun tanpa menggunakan kontrasepsi. Kondisi ini bisa disebabkan oleh berbagai macam faktor, antara lain masalah pada sistem reproduksi pria atau wanita, ketidakseimbangan hormon, faktor lingkungan, dan faktor genetik. Infertilitas dapat diobati dengan berbagai metode medis, termasuk terapi hormon, pembedahan, dan teknologi reproduksi berbantuan seperti fertilisasi in vitro (IVF). Diagnosis dan pengobatan infertilitas biasanya memerlukan peran spesialis kesuburan.

### **2. Gangguan dan Masalah Menstruasi dalam Sistem Reproduksi**

Menstruasi atau yang lebih dikenal dengan istilah haid merupakan peluruhan dinding rahim yang terdiri atas darah dan jaringan tubuh. Pada jarak waktu tertentu sejak menarche (haid pertama kali datang) pada mulanya tidak teratur, tetapi semakin lama semakin teratur gadis tersebut mengalami haid. Dalam waktu 4-6 tahun sejak menarche (kira-kira pada umur 17-19 tahun) pola menstruasinya sudah akan terbentuk.

Gangguan dan masalah menstruasi dalam sistem reproduksi wanita melibatkan kondisi seperti amenore, menoragia, dismenore, PMS, PMDD, dan amenore sekunder.

Kondisi-kondisi ini dapat memengaruhi kualitas hidup wanita dan memerlukan perawatan medis atau perubahan gaya hidup tertentu.

### 3. Penyakit Menular Seksual

Penyakit Menular Seksual (PMS) adalah sekelompok penyakit yang menyebar melalui kontak seksual dan dapat disebabkan oleh bakteri, virus, atau parasit. Beberapa contoh PMS yang umum meliputi sifilis, gonore, klamidia, herpes genital, HIV/AIDS, dan HPV. PMS dapat memiliki gejala yang bervariasi atau tidak menunjukkan gejala sama sekali.

### 4. Kanker Serviks

Kanker serviks adalah jenis kanker yang terjadi pada leher rahim (serviks). Kanker ini biasanya disebabkan oleh infeksi virus HPV (Human Papillomavirus), biasanya terjadi pada perempuan usia subur. Kanker serviks bisa dicegah dengan vaksin HPV dan deteksi dini melalui tes Pap smear.

## **C. Penyebab Permasalahan Reproduksi Wanita Bisa Terjadi**

### 1. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi

Tingkat pengetahuan yang masih kurang tentang kesehatan reproduksi mungkin disebabkan oleh beberapa faktor, yang pertama adalah adat istiadat dan budaya. Beberapa adat istiadat dan budaya dapat mempengaruhi pemahaman dan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Hal ini dapat menyebabkan informasi yang salah atau kurang akurat tentang perawatan dan menjaga organ reproduksi. Faktor yang kedua adalah kurangnya informasi dari sumber yang benar. Kurangnya akses terhadap informasi yang benar tentang kesehatan reproduksi juga dapat menyebabkan kurangnya pemahaman. Beberapa sumber informasi yang tidak akurat atau tidak dapat dipercaya dapat membingungkan masyarakat.

Kurangnya pengetahuan tentang reproduksi wanita bisa menimbulkan persepsi salah yang beredar di masyarakat. Persepsi salah yang paling umum adalah keyakinan banyak anak banyak rezeki. Hal ini membuat pihak yang meyakini menjadi terpengaruh dan tidak menggunakan alat kontrasepsi sehingga membuat kehamilan yang tidak terduga. Persepsi salah yang juga kerap diyakini oleh masyarakat adalah penggunaan

kontrasepsi merusak kesehatan reproduksi. Padahal, kontrasepsi modern telah dikembangkan dengan baik untuk meminimalkan risiko dampak negatif pada kesehatan reproduksi. Penggunaan kontrasepsi yang bijak justru dapat meningkatkan kesehatan reproduksi dengan menghindari kehamilan yang tidak diinginkan.

Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dapat diperoleh melalui berbagai cara, seperti pendidikan kesehatan, penyuluhan, pengalaman, dan membaca materi tentang kesehatan reproduksi melalui media cetak atau elektronik. Pendidikan baik di sekolah maupun di dalam keluarga juga berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi.

## 2. Faktor Genetik dan Hormonal

Faktor genetik dan hormonal memainkan peran penting dalam kesehatan reproduksi. Berikut ini adalah beberapa poin penting yang dapat diambil dari sumber-sumber yang diberikan: poin pertama adalah faktor genetik. Faktor genetik berkontribusi pada sekitar 50% kasus infertilitas. Pada wanita, faktor genetik tertentu yang mempengaruhi infertilitas termasuk perubahan kromosom yang diturunkan. Poin yang kedua adalah hormon reproduksi. Hormon reproduksi memiliki peran penting dalam sistem reproduksi dan wanita, serta kaitannya dengan kesuburan dan seksualitas. Poin yang ketiga adalah gangguan hormonal. Gangguan hormonal dapat mempengaruhi kesehatan reproduksi. Contohnya adalah Sindrom Ovarium Polikistik (PCOS), yang merupakan gangguan hormonal yang dapat menyebabkan infertilitas pada wanita. PCOS dapat disebabkan oleh faktor genetik, ketidakseimbangan hormonal, dan pola hidup tidak sehat. Poin yang keempat adalah tingkat hormon. Tingkat hormon FSH dan LH yang terlalu tinggi pada wanita dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan reproduksi. Kondisi ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk gangguan hormonal dan faktor genetik.

Untuk menjaga kesehatan reproduksi yang optimal, penting untuk memperhatikan faktor genetik dan hormonal. Ini dapat dilakukan dengan menjaga pola hidup sehat, mengelola stres, dan berkonsultasi dengan profesional kesehatan jika ada masalah yang terkait dengan kesehatan reproduksi. Islam mendorong umatnya untuk menjaga kesehatan tubuh sebagai amanah dari Allah. Islam mendorong wanita untuk menjaga kesehatan

tubuh mereka melalui pola makan sehat, olahraga, dan menghindari perilaku yang merusak tubuh seperti merokok dan mengonsumsi alkohol.

### 3. Faktor Selain Faktor Fisik

Kesehatan reproduksi tidak hanya terkait dengan aspek fisik. Kesehatan reproduksi tidak hanya terkait dengan aspek fisik, tetapi juga aspek mental, sosial, faktor lingkungan, hingga gaya hidup. Gangguan pada sistem, fungsi, dan proses alat reproduksi dapat berdampak pada keharmonisan hubungan suami-istri, kelancaran proses kehamilan, dan persalinan. Kemudian, faktor lingkungan, seperti paparan zat beracun, radiasi, atau polusi udara, dapat mempengaruhi kualitas sel telur. Ini dapat mengganggu proses fertilisasi dan perkembangan embrio. Pencemaran lingkungan juga dapat meningkatkan risiko kelainan genetik pada keturunan.

## D. Upaya Mencapai Kesehatan Reproduksi Wanita Menurut Islam

### 1. Menjaga Kebersihan Reproduksi Wanita

Pendidikan kesehatan adalah upaya yang disengaja untuk mempersiapkan peserta didik agar mereka dapat berkembang secara sehat dalam segala aspek, termasuk fisik, mental, sosial, dan lingkungan. Hal ini dilakukan melalui berbagai kegiatan seperti bimbingan, pengajaran, dan latihan yang diperlukan agar mereka dapat menjalankan peran mereka dengan baik saat ini dan di masa depan. Fungsi-fungsi reproduksi sejak awal telah mendapat perhatian yang sangat serius dalam Islam. Terdapat sejumlah ayat Al-Quran yang menyerukan kepada orang-orang beriman agar mereka menjaga organ.

نَفْرُوْجَهُمْ ذٰلِكَ اَزْكٰى لَهُمْ اِنَّ اللّٰهَ خَبِيْرٌۢ بِمَا يَصْنَعُوْنَ قُلْ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ يَعْضُوْا مِنْ اَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوْا

Katakanlah kepada orang yang beriman: "Hendaklah mereka menahan pandangannya, dan memelihara kemaluannya; yang demikian itu adalah lebih Suci bagi mereka, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang mereka perbuat". QS. An-Nur/24: 30.

### 2. Menghindari perilaku seksual berisiko

Membersihkan organ reproduksi dengan benar dan menjaga kebersihan organ reproduksi dapat mencegah terjadinya infeksi menular seksual pada remaja. Islam mengajarkan nilai-nilai moral yang baik terkait dengan seksualitas dan kesehatan

reproduksi. Perempuan perlu menghindari perilaku seksual berisiko, seperti berhubungan seksual tanpa pengaman atau berganti-ganti pasangan. Hal ini dapat membantu mencegah terjadinya infeksi menular seksual dan kehamilan yang tidak diinginkan.

### 3. Pendidikan Seksual yang Benar

Salah satu langkah pertama dalam mencapai kesehatan reproduksi yang baik adalah pendidikan seksual yang benar. Islam mendorong pendidikan seksual yang inklusif, yang memungkinkan wanita untuk memahami tubuh mereka sendiri, siklus menstruasi, dan perubahan yang terjadi selama masa subur dan kehamilan. Dengan pemahaman ini, wanita dapat mengambil tindakan preventif dan mengidentifikasi masalah kesehatan reproduksi dengan cepat.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kesehatan reproduksi wanita adalah aspek penting dalam kehidupan manusia terutama wanita yang mencakup kondisi fisik, mental, sosial, dan budaya yang memengaruhi sistem, fungsi, dan proses reproduksi. Menurut Islam, menjaga kesehatan reproduksi merupakan kewajiban dan amanah. Menjaga kesehatan reproduksi wanita mengedepankan nilai-nilai kebersihan, moralitas, dan kesejahteraan. Kesehatan reproduksi wanita melibatkan berbagai masalah seperti infertilitas, gangguan menstruasi, penyakit menular seksual, dan kanker serviks.

Permasalahan kesehatan reproduksi wanita dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, faktor genetik dan hormonal, serta faktor-faktor lain seperti lingkungan dan gaya hidup. Pendidikan kesehatan reproduksi yang benar dan akurat, menjaga kebersihan tubuh, serta menghindari perilaku seksual berisiko adalah upaya yang penting dalam mencapai kesehatan reproduksi yang baik.

Islam juga memberikan panduan dan nilai-nilai moral dalam menjaga kesehatan reproduksi wanita, termasuk menjaga kebersihan, menghindari perilaku seksual berisiko, dan memberikan pendidikan seksual yang benar. Dengan memahami dan menerapkan nilai-nilai ini, wanita dapat mencapai kesehatan reproduksi yang optimal sesuai dengan ajaran Islam. Diharapkan juga agar kedepannya wanita bisa lebih sadar dalam menjaga pentingnya kesehatan reproduksi dengan melakukan kegiatan yang disebutkan di atas.

## DAFTAR REFERENSI

- Ali, I. (2017). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Amelia, dr. F. (2023). Faktor Genetik Dan Pengaruhnya Pada Kesuburan. Retrieved from <https://bocahindonesia.com/kelainan-faktor-genetik-pada-kesuburan/>
- Bocah, I. (2022). 7 hormon reproduksi pada wanita dan pria. Retrieved from <https://bocahindonesia.com/hormon-reproduksi-pria-wanita/>
- Cahyati, W. H., & Azinar, M. (2011). Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Di Desa Margosari Kecamatan Limbangkabupaten Kendal. *Jurnal Abdimas*, 15(2), 110-115.
- Darmawati. (2014). Realitas Kesehatan dan Hak Reproduksi Perempuan. *Al-Maiyyah*, Vol. 7 (1).
- Darmawati. (2014). Realitas Kesehatan dan Hak Reproduksi Perempuan. *Al-Maiyyah*, Vol. 7 (1).
- Dewi, R. (2019). Konsep Kesehatan Reproduksi Perempuan dalam al-Qur'an. *MAWA IZH JURNAL DAKWAH DAN PENGEMBANGAN SOSIAL KEMANUSIAAN*, 10(2), 248-272.
- Doubova, S. V., Infante-Castañeda, C., & Pérez-Cuevas, R. (2016). Internet-based educational intervention to prevent risky sexual behaviors in Mexican adolescents: study protocol. *BMC public health*, 16(1), 1-8.
- Febrianty, Ina S. (2019). Disertasi Pemberdayaan Kesehatan Reproduksi Perempuan dalam Perspektif Al-Qur'an serta Implementasinya di Indonesia. Institut Perguruan Tinggi Ilmu Al-Quran.
- Febrianty, Ina S. (2019). Disertasi Pemberdayaan Kesehatan Reproduksi Perempuan dalam Perspektif Al-Qur'an serta Implementasinya di Indonesia. Institut Perguruan Tinggi Ilmu Al-Quran.
- Hasanah, H. (2016). Pemahaman kesehatan reproduksi bagi perempuan: Sebuah strategi mencegah berbagai resiko masalah reproduksi remaja. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 11(2), 229-252.
- Marjuki, M. (2017). KESEHATAN REPRODUKSI PEREMPUAN DALAM AL-QUR'AN (Studi Tafsir Al-Maraghi) (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Mintarsih, M., & Pitrotussaadah, P. (2022). Hak-Hak Reproduksi Perempuan dalam Islam. *Jurnal Studi Gender dan Anak*, 9(01), 93-110.

- Miswanto. (2014). Pentingnya Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dan Seksualitas Pada Remaja.
- Murni, D. (2019). Kesehatan Reproduksi Menurut Al-Quran Surat Al-Baqarah/2 Ayat 222-223. *Jurnal Ulunnuha*, 8(2), 219-229.
- Pertiwi, K. R., & Salirawati, D. (2014). Pengetahuan dan Persepsi Mahasiswa Tentang Kesehatan Reproduksi dan Permasalahannya. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 19(2).
- SHEILA, Z. N. (2021). KONSEP KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Syafiyah Sri AA. (2018). Pendidikan Kesehatan Reproduksi di Sekolah Menengah Atas dalam Perspektif PAI. *Tarbiyah*. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- UMAM, W. N. (2022). KEPEDULIAN MEDIS DAN ISLAM TERHADAP KESEHATAN REPRODUKSI KEWANITAAN. *NIHAIYYAT: Journal of Islamic Interdisciplinary Studies*, 1(2), 163-182.
- Uyun, Z. (2013). Peran Orangtua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi.