

3

KESUBURAN PRIA DAN WANITA

PRIA

1. Untuk mengetahui kesuburan pria, tidak harus dilakukan pada waktu-waktu tertentu. Pria tidak mengenal periode masa subur tertentu.
2. Pria yang subur mampu menghamili bila wanita pasangannya sedang berada pada masa subur, dan dalam hubungan seksual tersebut, pria mengalami ejakulasi.
3. Satu-satunya cara yang dapat digunakan untuk mengetahui kesuburan pria, hanyalah dengan memeriksa sperma di laboratorium khusus. Dalam lab tersebut sperma akan diukur:
 - Volume sperma dan jumlah sel spermatozoa memang sangat berpengaruh dalam masa hamil/kehamilan
 - pH atau derajat keasaman sperma
 - Gerakan dan bentuk spermatozoa. Gerakan spermatozoa inimerupakan tahap ahir perjuangan untuk mewujudkan hamil/kehamilan. Karena jika semakin banyak sperma yang masuk kedalam janin tentu semakin cepat juga terjadinya masa hamil/kehamilan.

Kehamilan sehat memang memerlukan kualitas sperma yang sehat





wanita

- Masa subur pada wanita merupakan periode bertahan hidup sel telur dalam rahim, sejak sel telur dikeluarkan dari indung telur
- Pada kondisi normal, sel telur mampu hidup selama 48 jam di dalam rahim. Pada waktu 14 hari sebelum menstruasi yang akan datang, sel telur dikeluarkan dari indung telur. Selanjutnya sel telur yang telah dikeluarkan akan melalui saluran telur untuk masuk ke dalam rahim.
- Masa subur merupakan masa sejak sel telur dikeluarkan dan hidup di dalam rahim sebagai proses awal masa hamil/kehamilan jika memang dilakukan pembuahan.
- Masa subur wanita dapat diketahui melalui 3 cara (Pangkahila, 2005):
 1. Memperhatikan keluarnya lendir mulut rahim. Pada saat subur keluarlah cairan bening seperti putih telur sehingga kelamin terkesan basah saat diraba dengan jari. Banyak Wanita menganggap hal itu sebagai keputihan. Di luar saat subur, lendir mulut rahim hanya sedikit dan lebih kental sehingga kelamin terkesan kering.
 2. Mengukur suhu tubuh setiap pagi sebelum bangun tidur selama beberapa bulan siklus menstruasi. Kemudian dibuat grafik yang menghubungkan setiap angka yang menunjukkan suhu tubuh.. Pada saat subur akan tampak penurunan suhu tubuh dibawah normal yang segera diikuti dengan kenaikan di atas normal.
 3. Memeriksa lendir rahim di bawah mikroskop. Pada saat subur akan tampak bentukan seperti daun pakis yang sempurna.
 4. Melalui pemeriksaan USG melalui vagina. Dengan pemeriksaan USG melalui vagina dapat dilihat dengan jelas sel telur yang sudah dilepaskan dari indung telur. Pada Wanita, walaupun mampu mengeluarkan sel telur, belum berarti mampu hamil.

Kehamilan sehat memang memerlukan kualitas sel telur yang sehat

JIKA SUDAH HAMIL” MAKA Kehamilan yang berkualitas ditentukan oleh :

- a. Bahwa kehamilan tersebut memang diinginkan, sehingga membuat ibu hamil berbahagia.
- b. Dukungan suami, dan keluarganya.
- c. Dukungan masyarakat
- d. Kehamilan terpantau oleh petugas kesehatan yang terlatih.

1. Tugas utama suami adalah menggembirakan istri di saat hamil. Disinilah peran ayah dimulai secara riil. Jika tak mampu membuat ibu hamil gembira, setidaknya jangan buat ia berduka (ini adalah perintah agama dan salah satu jalan menuju Surga)
2. Masyarakat pun harus turut serta. Sebab kelak akan muncul ilmuwan atau pemimpin hebat dari rahim ibu yang hamil gembira.
3. Ibu hamil sudah cukup berat masalahnya dengan beban dalam rahimnya.

“Ibu hamil yang bahagia akan melahirkan bayi yang bahagia, begitu sebaliknya ibu hamil yang stress akan melahirkan bayi yang kurang sehat”