



**MODUL PSIKOLOGI PERILAKU SEKSUAL  
(PSI325)**

**MODUL 6**

**DISFUNGSI DAN GANGGUAN SEKSUAL, SERTA TERAPINYA**

Universitas  
**Esa Unggul**

**DISUSUN OLEH  
Dra SAFITRI M M.Si**

**UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
2019**

## Sasaran Pembelajaran :

- Mengenal dan menguraikan macam-macam disfungsi psikoseksual
  - Mengenal dan menganalisa dampak serta terapi dalam menghadapi disfungsi psikoseksual
- 

### A. PENDAHULUAN

Disfungsi seksual adalah masalah yang menghalangi seseorang memiliki hasrat seksual atau mendapat kepuasan dalam kegiatan seksual. Kondisi ini dapat menimpa wanita maupun pria, dan risikonya semakin tinggi seiring pertambahan usia. Disfungsi seksual sendiri bukanlah suatu hal yang jarang terjadi, di mana 43 persen wanita dan 31 persen pria setidaknya pernah merasakan gangguan atau kesulitan dalam aktivitas seksual mereka.

Disfungsi seksual dapat menjadi gangguan jika masalah ini terjadi terus-menerus dan berpengaruh secara signifikan dalam kehidupan seksual seseorang. Semakin lama disfungsi seksual ini berlangsung, semakin tinggi tekanan dan tingkat kecemasan yang dimiliki penderita. Meski begitu, sebagian besar penderita disfungsi seksual dapat dipulihkan dengan pengobatan fisik yang dipadukan dengan terapi psikologi.

Gangguan Seksual ditandai oleh hambatan dalam selera seksual atau perubahan psikofisiologik yang khas dari siklus respons seksual.

### B. GAMBARAN UTAMA DISFUNGSI SEKSUAL

Terdapat hambatan (inhibisi) pada selera (appetitive) atau perubahan patofisiologik yg merupakan ciri khas dari *siklus respon seksual yg lengkap*.

Disfungsi dapat bersifat menetap seumur hidup, atau didapat imbalan sesudah suatu periode berfungsi (sementara), menyeluruh atau situasional terbatas pada situasi (pasangan tertentu), dan total, atau sebagian derajat (frekuensi gangguan itu). Pada beberapa kasus perlu ditelaah apakah disfungsi timbul juga sewaktu masturbasi.

Gambaran penyerta yang lain adalah

- Depresi, cemas, rasa salah, malu, frustrasi dan keluhan somatik
- Ketakutan gagal dan sensitivitas luar biasa terhadap reaksi pasangannya

## Usia Timbul

- Paling sering dalam usia dewasa muda (awal 30-an dan akhir 20-an)
- Untuk ejakulasi prematur , biasanya terkait perjumpaan seksual pertama kali
- Usia dewasa lanjut, seperti hambatan gairah seksual pada pria

Kadang kala akan muncul sebagai komplikasi jika ada gangguan dalam hubungan perkawinan atau seksual

### C. PENYEBAB DISFUNGSI SEKSUAL

Apa pemicu munculnya gejala disfungsi seksual pada pria dan wanita?

#### 1. Disfungsi seksual pada pria

- **Disfungsi ereksi atau dikenal dengan nama impotensi.** Kondisi ini terjadi saat pria tidak mampu untuk ereksi atau mempertahankan ereksi yang dibutuhkan selama hubungan seksual.
- **Penurunan hasrat berhubungan seksual (libido).** Kondisi ini sering kali dikaitkan dengan rendahnya jumlah hormon testosteron dalam tubuh. Apabila penurunan hasrat sudah parah, seorang pria akan sama sekali tidak bergairah untuk melakukan hubungan seksual. Kondisi ini biasanya berkaitan dengan psikologis seseorang yang sedang tidak baik (stres).
- **Gangguan ejakulasi.** Ada tiga jenis gangguan ejakulasi, yakni ejakulasi dini (ejakulasi yang terjadi sebelum penetrasi atau sesaat setelah penetrasi), ejakulasi yang lambat, serta ejakulasi berbalik (ejakulasi kembali ke kandung kemih dan bukan keluar di ujung penis melalui uretra). ejakulasi dini atau terlalu cepat ejakulasi sebelum pasangan merasa klimaks atau cepatnya ejakulasi yang berjalan kurang dari 5 menit sehingga wanita tidak bisa merasakan orgasme
- **Salah satu pasangan mengalami kondisi tubuh sedang dalam keadaan tidak fit** atau sedang sakit, Kondisi ini dapat menyebabkan harmoni hubungan intim terganggu dan menyebabkan munculnya gejala disfungsi seksual jika dipaksakan. Sebelum melakukan hubungan intim sebaiknya pasangan saling bertanya tentang kondisi mental dan fisiknya dalam keadaan baik atau tidak.
- **Karena posisi seks yang tidak disukai salah satu pasangan** dapat menyebabkan munculnya penurunan libido dan malasnya berhubungan intim. Tingkatkan

komunikasi antara pasangan adalah solusi terbaik agar keterbukaan semakin baik, Sehingga bisa saling memahami posisi seks seperti apa saja yang tidak atau yang disukai.

- Karena terlalu terburu buru melakukan seks tanpa adanya pemanasan atau berhubungan keidaktahuan seseorang tentang bagaimana cara melakukan seks yang baik.
- Mengonsumsi alkohol, Merokok berlebihan dan penggunaan obat hormon atau obat kuat tanpa resep dokter, Apalagi dalam jangka panjang, Maka dapat menyebabkan gangguan ereksi.
- Menderita tekanan darah yang terlalu tinggi dapat menghambat aliran darah diarea penis yang dapat memicu penurunan libido dan ancaman disfungsi seksual jika hipertensi terus berkelanjutan dalam jangka panjang.
- Mengalami gangguan jantung termasuk lemah jantung, dapat menyebabkan seseorang mudah merasa lelah, Dada terasa berat dan sakit, Sesak nafas. Gangguan jantung dapat menyebabkan ketidaknormalan fungsi reproduksi pria yang dapat memicu munculnya disfungsi seksual.
- Memiliki penyakit gula (diabetes) adalah salah satu pemicu munculnya disfungsi seksual pria akibat kadar insulin yang terlalu tinggi sehingga menyebabkan ejakulasi dini dan beresiko muncul lebih cepat pada orang-orang yang memiliki riwayat penyakit diabetes.
- Mengalami gangguan neurologis yang muncul akibat penyakit stroke, Tumor otak, Kelainan tulang belakang dan penyakit pikun alzheimer. Gangguan neurologis adalah salah satu penyebab munculnya disfungsi seksual karena berhubungan dengan kelancaran arteri (pembuluh darah)
- Seorang pria yang pernah menjalani operasi pada penisnya maka rentan mengalami ejakulasi dini atau disfungsi seksual karena syaraf syaraf diarea tersebut setidaknya telah mengalami perubahan ketika pembedahan terjadi.
- Karena ketidakseimbangan hormonal pada kelenjar tumor hipofosis dapat menyebabkan tingginya kadar hormon testosteron. Bahaya kelebihan hormon testosteron pada wanita tidak hanya akan dialami oleh lanjut usia tetapi bisa menyerang usia muda, Apalagi yang memiliki riwayat diabetes, Jantung dan hipertensi yang dapat memicu munculnya disfungsi seksual yang datang secara perlahan tetapi pasti.

## 2. Disfungsi seksual pada wanita

- **Hasrat seksual yang rendah.** Ini adalah jenis disfungsi seksual yang paling umum diderita wanita, dan ditandai dengan hilangnya hasrat atau keinginan untuk berhubungan seksual.
- **Gangguan rangsangan seksual.** Dalam kondisi ini, hasrat berhubungan seksual tetap ada, tapi seorang wanita sulit untuk terangsang dan mempertahankan rangsangan selama kegiatan seksual. Kondisi ini bisa muncul akibat kondisi psikologis yang sedang terganggu atau sedang mengalami stres ringan atau berat
- **Gangguan nyeri seksual/[dyspareunia](#).** Gejalanya adalah timbul rasa nyeri saat melakukan kontak vagina atau stimulasi seksual. Banyak hal yang dapat memicu rasa nyeri dalam hubungan seksual, di antaranya vaginismus, pelumas yang tidak memadai, serta otot vagina yang kaku.
- **Gangguan orgasme,** yaitu kesulitan mencapai orgasme meski rangsangan dan stimulasi dilakukan terus menerus.
- **Mengalami perubahan hormon** atau kelainan hormon akibat penggunaan obat hormon dalam bentuk kontrasepsi KB. Perubahan hormon dapat menurunkan gairah seksual dan pengeringan vagina sehingga wanita akan mengalami rasa sakit ketika sedang melakukan hubungan seksual. [Efek samping pil KB bagi wanita](#) sangat erat hubungannya dengan ketidakstabilan hormon dalam tubuh yang dapat menimbulkan berbagai macam keluhan kesehatan lain termasuk menurunnya libido atau gairah seks.
- **Mengalami gangguan reproduksi akut** menyebabkan seorang wanita gagal mengalami orgasme ketika berhubungan intim, Mengalami ketidakmampuan orgasme dalam kondisi apapun dan dengan pasangan apapun.
- **Mengalami menopause dini** yang menyebabkan gairah seksual menurun dan ketidaktertarikan terhadap seksual itu sendiri. Kondisi ini dapat menyebabkan munculnya disfungsi seksual pada wanita.
- Akibat tubuh yang mengalami **kelelahan karena padatnya aktivitas sehari hari** sehingga menyebabkan menurunnya gairah seks atau ketidaktertarikan terhadap kegiatan seksual.
- **Penggunaan obat-obatan tertentu dalam jangka panjang** dan tidak disesuaikan dengan resep dokter dapat menyebabkan penurunan libido dan ketidakmampuan

wanita dalam mencapai orgasme ketika melakukan hubungan intim bersama pasangannya.

- Karena adanya perlakuan kasar, Tidak menghormati atau yang berhubungan dengan pemaksaan dari salah satu pasangan yang menyebabkan munculnya disfungsi seksual.
- **Kebutuhan seksual yang tidak terpenuhi**, Misalnya karena terlalu lama hidup sendiri dapat menyebabkan munculnya gejala disfungsi seksual pada wanita.

#### D. DIAGNOSA

Contoh gangguan psikologi seksual :

- Hambatan selera seksual (302.71)
- Hambatan gairah seksual (302.72)
- Hambatan orgasme wanita (302.73)
- Hambatan orgasme pria (302.74)
- Ejakulasi prematur (302.75)
- Dispareunia fungsional (302.76)
- Vaginismus fungsional (306.51)
- Disfungsi psikoseksual tidak khas (302.70)

##### 1. Diagnosa Defferensial :

- a. Depresi berat
- b. Gangguan kepribadian
- c. Gejala sementara akibat robekan selaput dara → hambatan gairah seks
- d. Keadaan sementara dari kegagalan ereksi penis oleh karena kelelahan, kecemasan, alkohol dan obat-obatan
- e. Problem perkawinan atau problem hubungan interpersonal lainnya
- f. Keadaan dengan stimulus seks tidak adekuat, baik

##### 2. Diagnosa Fisik

- a. Tes darah untuk memeriksa kadar hormon dan faktor risiko lain, agar segera terungkap pemicu munculnya disfungsi seksual dan diketahui pula apakah pasien memiliki penyakit gula atau infeksi tertentu.

- b. Pemeriksaan fisik termasuk pada organ vital kelamin, Prostat dan alat reproduksi bagian dalam.
- c. Menganalisa dan memeriksa apakah fungsi syaraf masih normal pada area kelamin dan prostat.
- d. Tes untuk memonitor ereksi saat tidur di malam hari. Tes ini akan menentukan apakah gangguan ereksi yang dialami akibat faktor fisik atau psikologis.
- e. Tes pengujian sensori untuk memeriksa kekuatan impuls saraf pada bagian tubuh tertentu.
- f. Memeriksa secara akurat tentang tekanan darah pada kaki , Pada detak pembuluh kaki dan tangan agar dokter dapat mengetahui apakah kondisi pembuluh darah /arteri normal atau abnormal.
- g. Penggunaan Ultrasonography untuk memeriksa dan menganalisa kelancaran aliran darah kepenis. Kondisi ini akan dilakukan tim medis jika ditemukan kecurigaan pada kesehatan arteri.

### 3. Diagnosa Untuk Beberapa Kasus

- a. Hambatan Selera Seksual ( Inhibited Sexual Desire – 302.71

#### Kriteria Diagnosis

- Terdapat hambatan selera seks yg enetap serta meresap (pervasif). (perhitungan faktor: umur, jenis kelamin, kesehatan, intensitas dan frekwensi selera seks, konteks kehidupan individu)
- Faktor organis tidak ada
- Gangguan jiwa lain pada axis I tidak ada

- b. Hambatan Gairah Seksual (Inhibited Sexual Excitement – 302.72

Termasuk frigiditas dan impotensi psikogenik (karena faktor psikologis bukan karena faktor fisik)

- c. Hambatan yg berulang dan menetap dari gairah selama aktivitas seks yang bermanifestasi sebagai berikut :

- Pada pria terdapat kegagalan sebagian/menyeluruh untuk mencapai atau mempertahankan ereksi sampai akhir aktivitasseks, atau

- Pada wanita terdapat kegagalan sebagian/menyeluruh untuk mencapai atau mempertahankan respon pelumasan dan pembengkakan alat kelamin yg merupakan respon gairah seks sehingga akhir dari aktivitas seks
- Penilaian klinik bahwa individu itu melakukan aktivitas seks yg cukup adekuat dalam fokus, intensitas dan lamanya
- Faktor organik tidak ada

c. Hambatan Orgasme Wanita (inhibited orgasme 302.73)

- Hambatan orgasme pada wanita yg berulang dan menetap serta bermanifestasi sebagai keterlambatan atau tidak terjadinya orgasme setelah terjadi fase gairah yg cukup kuat dalam fokus, intensitas dan lamanya individu itu mungkin pula memenuhi kriteria hambatan gairah seks. Apabila pada saat-saat lain terdapat masalah selama fase gairah dari aktivitas seks. Dalam hal demikian kedua kategori diagnosa disfungsi psikoseksual harus dicatat
- Faktor organik dan gangguan jiwa lain pada aksis I tidak ada

d. Hambatan Orgasme Pria (inhibited Male Orgasme 302.74)

Kriteria diagnosis

- Sama dengan wanita kecuali kata orgasme diganti dengan ejakulasi
- Ejakuasi Prematur  
Ejakulasi yg terjadi sebelum individu itu menghendaki karena secara berulang dan menetap tidak ada pengendalian volunter yg wajar terhadap ejakulasi dan orgasme selama aktivitas seks (pertimbangan faktor umur, ciri pasangan seks, frekwensi serta lamanya senggama)
- Gangguan jiwa pada aksis I tidak ada

e. Dispareunia Fungsional (302.76)

Kriteria Diagnosis

- a. Rasa nyeri berulang dan menetap pada alat kelamin pada waktu senggama baik pada wanita maupun wanita
- b. Gangguan fisik/kurang pelumasan dalam vagina/vaginismus fungsional/gangguan jiwa lain pada aksis I tidak ada

## f. Vaginismus Fungsional

- Dikategorikan sebagai faktor psikologik yg mempengaruhi kondisi fisik

Kriteria diagnostik

- a. Terdapat riwayat yg berulang dan menetap dari spasme involunter otot 1/3 bagian luarvagina sehingga menghalangi senggama
- b. Gagguan fisik/jiwa lain pada aksis I tidak ada

## E. TERAPI

Tetapkan tujuan terapi yang jelas

- Obati masalah-masalah yg menyertainya (ggn afektif neurotik)
- Pertahankan kesungguhan motivasi untuk beralih ke heteroseks (tanpa paksaan)
- Terapi tingkah laku

Fokus pengobatan

- Pengurangan ansietas heteroseks
- Peningkatan respon heteroseks
- Mengembangkan rasa puas pada tingkah laku heteroseks
- Mengurangi minat penyimpangan seks

Homoseks tidak sama dengan sexual obsession (hanya pikirannya saja)

## F. PENGOBATAN

Tips cara mengatasi masalah disfungsi seksual dengan metode pengobatan secara medias ataupun tradisional.

### Pengobatan medis

**1 Pengobatan medis untuk menangani masalah fisik.** Bagi penderita suatu penyakit, dokter dapat menyesuaikan atau mengganti obat yang memiliki efek seksual tertentu. Obat flibanserin diberikan pada wanita pramenopause yang memiliki hasrat seksual rendah. Sedangkan obat *tadalafil*, *sildenafil*, atau *vardenafile* dapat meningkatkan fungsi seksual pria

dengan meningkatkan aliran darah ke penis. Untuk masalah ejakulasi dini, dokter dapat memberi obat *promescent*. Obat semprot topikal ini mengandung *lidocaine* yang bertujuan mengurangi sensitivitas agar ejakulasi lebih terkendali.

**2. Terapi psikologi.** Terapi ini dilakukan oleh konselor terlatih untuk membantu seseorang mengatasi kecemasan, rasa takut atau perasaan bersalah yang berdampak pada fungsi seksual. Selain itu, pemahaman tentang seks dan tingkah laku seksual juga perlu dimiliki penderita agar kegelisahan tentang kemampuan seksualnya dapat teratasi. Salah satu caranya adalah berbicara secara terbuka pada pasangan tentang kebutuhan dan kegelisahan pada dirinya guna menghilangkan hambatan dalam kehidupan seks.

**3. Pengobatan yang berkaitan dengan masalah hormon.** Bagi wanita dengan kadar estrogen rendah, terapi estrogen dapat diberikan guna membantu elastisitas vagina dengan meningkatkan aliran darah dan pelumas pada vagina. Terapi ini dapat diberikan dalam bentuk cincin vagina, krim, atau tablet. Sedangkan bagi pria dengan kadar testosteron rendah, dokter dapat memberi suplemen hormon.

#### **4. Penggunaan alat vakuum (Cock ring)**

Cock ring adalah alat vakuum yang memiliki karakter rupa seperti pita dan cincin yang berbahan dasar dari titanium, Bahan kulit yang elaktis atau dari bahan karet halus. Semua bisa dipilih dan disesuaikan dengan tingkat kenyamanan setiap individu. Alat tersebut dapat langsung dimasukkan di area pangkal penis agar aliran darah dapat dikendalikan menjadi lebih baik.

#### **5. Tindakan operasi**

Pada pasien yang menderita disfungsi seksual yang tak kunjung sembuh atau semakin buruk setelah menjalani berbagai macam proses pengobatan maka dokter akan mengambil tindakan terakhir berupa penggunaan alat perangsang ereksi yang akan ditanam melalui operasi yaitu pada area penis. Contohnya sepanjang tangkai alat perangsang ereksi akan dimasukkan pada masing masing korpus cavernos agar zakar mampu menegang dalam jangka panjang. Kondisi ini ditujukan untuk memperbaiki ejakulasi agar tidak muncul terlalu dini.

## **Pengobatan tradisional**

### **1. Pasak bumi**

Pasak bumi yang belum diolah menjadi jamu siap minum, dapat anda kelola sendiri dengan cara di iris menjadi beberapa bagian lalu diseduh dengan air matang panas. Seduhan air pasak bumi dapat diminum 2 kali sehari untuk menjaga agar jumlah hormon testosteron dalam kondisi yang terbaik.

### **2. Daun kemangi**

Daun kemangi dapat masuk sebagai golongan makanan afrodisiak alami yang mampu meningkatkan kualitas sperma dan memperbaiki libido menjadi semakin baik. Daun kemangi dapat dikonsumsi pria dan wanita dengan cara direbus dan dilahap sebagai lalapan sehat bersama lauk pauk lain. Tetapi konsumsilah daun kemangi dengan moderat (wajar) atau tidak berlebihan agar terhindar dari efek samping daun kemangi bagi wanita.

### **3. Mengkudu**

Mengkudu adalah jenis buah-buahan yang memiliki banyak manfaat untuk kesehatan tubuh termasuk mampu mengatasi masalah disfungsi seksual dan penyakit kelamin. Mengkudu dapat mengobati penyakit hipertensi yang menjadi salah satu penyebab munculnya disfungsi seksual pada pria maupun wanita. Mengkudu dapat dijadikan jus sehat yang diminum 2 kali sehari secara rutin.

### **4. Asparagus**

Asparagus bersifat phallic dan bertindak sebagai makanan afrodisiak yang dapat memperbaiki dan meningkatkan libido serta memperkuat penis untuk ejakulasi lebih lama. Gunakan asparagus sebagai makanan pelengkap di menu makanan harian.

### **5. Madu asli**

Penggunaan 3 sendok makan Madu murni dapat dilarutkan pada segelas air matang hangat lalu diaduk sampai rata, Dapat dikonsumsi 2 kali sehari untuk memperbaiki produksi hormon testosteron (pria) dan estrogen (wanita) menjadi lebih baik, Kondisi ini dapat meningkatkan gairah sex meningkat tajam dan terhindar dari ejakulasi dini (pria)

## 6. Bawang putih

Bawang putih memiliki kandungan senyawa allicin yang mampu melancarkan aliran darah arteri dibagian penis , Melindungi alat reproduksi bagian dalam bagi pria dan wanita serta mampu memperbaiki gairah seks yang mulai menurun agar kembali meningkat. Untuk mendapatkan khasiat dari bawang putih, Sebaiknya kukus atau rebuslah 2 siung bawang putih sebelum anda makan langsung atau dikonsumsi bersama makanan lain.

### Literatur

Miracle, Miracle, dan Baumeister. Human Sexuality

<https://www.alodokter.com/disfungsi-seksual>

<https://halosehat.com/penyakit/impotensi/disfungsi-seksual>

