

Bab I

Kesehatan Perempuan Merupakan Masalah Penting di Masyarakat



- Apa itu kesehatan perempuan?
- Perempuan lebih beresiko terkena penyakit
- Penyebab rendahnya status kesehatan perempuan
- Berjuang untuk perubahan

Apa itu kesehatan perempuan?

Kesehatan seseorang tidak hanya ditandai dengan tidak adanya penyakit dalam tubuhnya tetapi lebih mengarah pada keseimbangan kesehatan fisik/badan dan mental/jiwa.

Ketika seorang perempuan sehat, dia akan memiliki semangat dan kekuatan untuk mengerjakan aktivitas sehari-hari, untuk memenuhi perannya dalam keluarga dan masyarakat, dan dapat menjalin hubungan baik dengan orang lain. Dengan kata lain, kesehatan perempuan mempengaruhi setiap aspek kehidupannya. Selama beberapa tahun, kesehatan perempuan kurang diperhatikan dibandingkan dengan pelayanan kesehatan pada ibu, seperti perawatan selama kehamilan dan persalinan. Pelayanan ini penting tetapi hanya mengacu pada pelayanan seorang perempuan ketika dia menjadi seorang ibu.

Pada buku ini kami menjelaskan mengenai beberapa pandangan berbeda tentang kesehatan perempuan. Pertama, kita mengetahui bahwa setiap perempuan memiliki hak untuk mendapatkan pelayanan kesehatan selama hidupnya. Pelayanan kesehatan perempuan seharusnya dapat membantu seorang perempuan di setiap aspek kehidupannya, tidak hanya peran sebagai istri dan ibu. Kedua, kita mengetahui bahwa kesehatan perempuan tidak hanya dipengaruhi oleh tubuhnya sendiri tetapi juga dipengaruhi oleh sosial, budaya, dan kondisi ekonomi selama hidupnya.

Walaupun kesehatan laki-laki juga dipengaruhi oleh faktor-faktor di atas, perempuan sebagai suatu kelompok diperlakukan berbeda dibandingkan dengan laki-laki. Mereka terkadang memiliki kekuatan yang lebih lemah dan lebih rendah statusnya di keluarga dan masyarakat. Ketidaksetaraan ini menjelaskan bahwa :

- Banyak perempuan menderita kemiskinan
- Banyak perempuan berpendidikan rendah
- Banyak perempuan kurang memiliki kesempatan untuk mendapatkan informasi dan pelayanan kesehatan
- Banyak perempuan tidak bisa mengambil keputusan sendiri menyangkut kesehatannya

Gambaran di atas membantu kita untuk memahami akar permasalahan rendahnya kesehatan pada perempuan. Peningkatan kesehatan perempuan meliputi penanganan masalah kesehatan yang dihadapi, tetapi juga membutuhkan perubahan kondisi kehidupan mereka sehingga mereka dapat memperoleh kekuatan lebih untuk mempertahankan kesehatannya.

Ketika tindakan ini dapat dilakukan, setiap perempuan, keluarga dan masyarakat akan memperoleh manfaatnya. Perempuan yang sehat memiliki kesempatan untuk mengembangkan kemampuan dirinya. Selain itu juga, mereka dapat melahirkan anak yang sehat, menjaga kesehatan keluarganya, dan dapat lebih berperan di masyarakat. Pandangan ini dapat membantu kita untuk melihat bahwa masalah kesehatan perempuan tidak hanya disebabkan oleh dirinya sendiri melainkan juga dipengaruhi oleh masyarakat di sekelilingnya.

Perempuan lebih beresiko terkena penyakit

Karena tubuh perempuan berbeda dengan laki-laki, dan karena adanya ketidaksetaraan *jender* antara laki-laki dan perempuan, perempuan menghadapi resiko lebih besar menderita penyakit dan memiliki status kesehatan yang lebih rendah. Berikut ini adalah beberapa contoh masalah kesehatan yang sering dialami perempuan :

Status nutrisi yang rendah

Nutrisi yang rendah merupakan masalah utama yang mempengaruhi kesehatan perempuan di negara miskin. Di masa anak- anak, anak perempuan mendapatkan asupan makanan lebih sedikit dibandingkan anak laki-laki. Akibatnya, pertumbuhan anak tersebut lebih lambat dan pertumbuhan tulangnya tidak normal (nantinya akan mempersulit saat persalinan). Masalahnya akan bertambah berat saat dia tumbuh dewasa karena bertambahnya kebutuhan akan makanan bergizi akibat peningkatan beban kerja dan dia mulai menstruasi, hamil, dan menyusui.

Tanpa asupan makanan yang cukup, mereka dapat memiliki status kesehatan yang rendah meliputi kelelahan, kelemahan, dan *anemia*. Jika perempuan dengan kurang gizi mengalami kehamilan, mereka dapat memiliki komplikasi serius saat persalinan, seperti perdarahan banyak, infeksi, ataupun bayi dengan berat rendah.



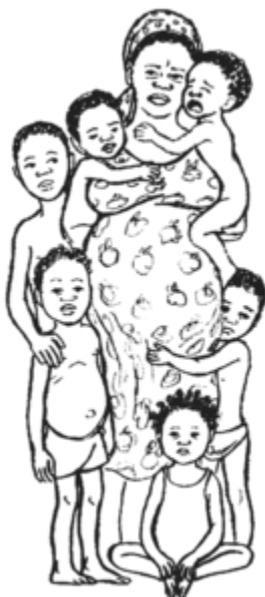
Kesehatan perempuan tidak dapat dipisahkan dari status sosialnya. Di beberapa daerah di India, banyak perempuan yang mengkonsumsi susu lebih sedikit dibandingkan dengan suami dan anak-anaknya, mereka juga makan setelah suaminya selesai makan. Hal ini menyebabkan asupan gizi perempuan tersebut rendah, ini juga menjelaskan bagaimana penilaian terhadap seorang perempuan.

-CHETNA, Ahmedabad, India

Masalah Kesehatan Reproduksi

Infeksi menular seksual, termasuk HIV. Secara fisik perempuan jauh lebih rentan dibandingkan dengan laki-laki terhadap infeksi menular seksual dan HIV. Hal ini disebabkan karena cairan sperma laki-laki masuk ke dalam kelamin perempuan dan kuman yang ada di dalamnya dapat masuk melalui vagina ke dalam aliran darah. Terkadang gejala infeksi tersebut sering tidak ada atau tidak jelas, sehingga perempuan tersebut tidak mendapatkan pengobatan.

Masalah ini sebenarnya berkaitan dengan kondisi sosial dari perempuan. Mereka lemah dalam menentukan kapan melakukan hubungan seks dan tidak bisa menghindari hubungan seks yang tidak aman. Akibatnya, jutaan perempuan menderita infeksi menular seksual setiap tahunnya dan lebih dari 17 juta sudah terinfeksi HIV. Tanpa pengobatan, infeksi menular seksual dapat menyebabkan nyeri berat, radang panggul berat, infertilitas (kemandulan), masalah selama kehamilan, dan resiko terkena kanker leher rahim. Infeksi HIV yang tidak diobati dapat menyebabkan terjadinya AIDS yang mengarah pada kematian.



Frekuensi kehamilan yang terlalu sering.

Di beberapa belahan dunia, 30-50% perempuan muda menjadi seorang ibu sebelum usia mereka 20 tahun. Tanpa program keluarga berencana, beberapa perempuan ini tidak memiliki cukup waktu pemulihan di antara kehamilan. Kondisi ini mengarah pada rendahnya status kesehatan perempuan dan komplikasi dalam kehamilan dan persalinan. Persalinan yang terlalu sering juga mengakibatkan perempuan tidak dapat mengontrol kehidupannya, untuk mendapatkan pendidikan yang lebih tinggi, dan untuk mendapatkan keterampilan yang dapat memperkaya dirinya.

Komplikasi dalam kehamilan dan persalinan. Dalam 40 tahun terakhir, jumlah kematian bayi sudah banyak berkurang namun kematian perempuan akibat kehamilan dan persalinan belum menunjukkan penurunan. Setiap menit 1 perempuan meninggal akibat masalah yang berkaitan dengan kehamilan dan persalinan dan untuk perempuan yang meninggal akibat persalinan, 20 orang lebih di antaranya menderita luka ataupun infeksi. Hal ini berarti, setiap waktu sekitar 25% perempuan yang tinggal di negara miskin rentan menderita komplikasi akibat kehamilan dan persalinan.

Aborsi yang tidak aman. Ketika seorang perempuan hendak menghentikan kehamilannya dengan cara-cara yang tidak aman, dia meningkatkan resiko untuk dirinya. Setiap hari sekitar 60000 perempuan dan remaja perempuan berusaha untuk mengakhiri kehamilannya dengan cara yang tidak aman karena mereka tidak memiliki akses untuk aborsi yang aman.

Akibatnya di kemudian hari mereka sulit untuk memiliki anak lagi, atau nyeri yang menetap, infeksi, dan masalah lainnya.

Pemotongan alat kelamin perempuan/sunat perempuan. Pemotongan alat kelamin perempuan (atau sunat perempuan), dimana alat kelamin bagian luar dipotong, dapat menyebabkan masalah serius bagi kesehatan seorang perempuan. Hal ini mencakup radang panggul dan saluran kencing, masalah seksual dan emosional, dan kesulitan dalam persalinan. Setiap tahunnya sekitar 3 juta remaja perempuan dipotong alat kelaminnya, terutama di Afrika dan di beberapa bagian Timur Tengah dan Asia.

Masalah kesehatan secara umum

Perempuan lebih sering menghadapi masalah kesehatan dibandingkan dengan laki-laki karena berkaitan dengan pekerjaan yang dilakukannya, asupan nutrisi yang rendah, atau karena terlalu lelah. Penyakit yang muncul dapat mengakibatkan masalah bagi perempuan, sebagai contoh jika seorang perempuan menderita suatu penyakit, dia akan lebih lemah, membuat dia tampak buruk dan ditolak oleh suaminya.

Ketika seorang perempuan sakit, dia akan mencari pengobatan apabila penyakit yang dideritanya sudah parah. Sebagai contoh, TB dapat menyebar baik pada laki-laki maupun perempuan, tetapi hanya sedikit perempuan yang memperoleh pengobatan dibandingkan dengan laki-laki. Sekitar 3000 perempuan meninggal setiap harinya karena penyakit TB, sedikitnya 1/3 diantaranya tidak memperoleh pengobatan adekuat atau bahkan mereka tidak menyadari kalau mereka menderita sakit. Beberapa masalah kesehatan lainnya yang dulu hanya terjadi pada laki-laki sekarang juga mengenai perempuan. Sebagai contoh, banyak perempuan yang menderita masalah kesehatan yang berkaitan dengan rokok dan meminum alkohol berlebihan.

Bahaya dalam pekerjaan



Perempuan menghadapi masalah kesehatan setiap harinya. Di rumah, radang paru-paru yang diakibatkan dari tungku saat memasak dan asapnya merupakan masalah yang paling sering dijumpai dan merupakan salah satu masalah kesehatan pada perempuan yang berkaitan dengan pekerjaannya. Penyebaran masalah kesehatan melalui air juga sering dijumpai karena sebagian waktu perempuan digunakan untuk mencuci, menimba air, atau berdiri di dalam air saat bertani.

Jutaan perempuan yang bekerja di luar rumah menderita masalah kesehatan akibat kondisi lingkungan kerja yang tidak aman. Dan ketika mereka pulang ke rumah, mereka harus melanjutkan pekerjaan rumahnya sehingga mereka harus menyelesaikan pekerjaan lebih dua kali lipat lebih berat dibandingkan laki-laki. Kondisi ini akan menyebabkan kelelahan dan meningkatkan resiko terkena suatu penyakit.

Masalah kesehatan mental/jiwa

Perempuan dan laki-laki memiliki resiko yang sama terhadap gangguan mental/jiwa. Namun, depresi berat lebih banyak dialami perempuan dibandingkan laki-laki. Kondisi ini biasanya terjadi pada perempuan yang miskin, ada pengalaman kehilangan atau kekerasan, ataupun akibat perubahan besar yang terjadi di masyarakat sekelilingnya. Perempuan yang mengalami masalah atau gangguan mental biasanya kurang mendapatkan perhatian dibandingkan dengan laki-laki.

Kekerasan

Kekerasan sering menjadi masalah kesehatan



Kekerasan sendiri dapat menyebabkan terjadinya luka serius, gangguan mental, keterbatasan fisik, dan bahkan kematian. Pemerkosaan dan kekerasan seksual selalu mengancam perempuan. Banyak remaja perempuan diperkosa oleh anggota keluarganya sendiri dan teman-temannya. Banyak perempuan dipaksa untuk melakukan hubungan seksual dan mengalami kekerasan dari pasangannya. Kekerasan dan pelecehan seksual pada perempuan menjadi sesuatu yang biasa terjadi saat perang.

Walaupun kekerasan ini terjadi pada perempuan dan remaja perempuan hampir di seluruh bagian bumi, banyak kejadian tidak dilaporkan karena polisi dan orang-orang lain sering menyalahkan perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Laki-laki yang melakukan kekerasan jarang mendapatkan hukuman.

Bagaimana seorang perempuan terpaksa hidup dengan status kesehatan yang rendah?

Penyebab rendahnya status kesehatan perempuan



Sangat mudah untuk menyebutkan penyebab langsung masalah kesehatan pada perempuan. Sebagai contoh, kita dapat mengatakan bahwa infeksi menular seksual disebabkan karena kuman yang berbeda, gizi yang kurang akibat asupan makanan yang kurang juga, dan masalah selama kehamilan akibat buruknya perawatan antenatal. Tetapi di antara semua penyebab di atas, ada 2 akar permasalahan yang menjadi penyebab utama masalah kesehatan pada perempuan yaitu kemiskinan dan rendahnya status perempuan.

Kemiskinan

Jutaan perempuan masuk dalam lingkaran kemiskinan bahkan sebelum mereka dilahirkan. Bayi yang dilahirkan dari seorang perempuan kurang gizi akan memiliki berat badan yang lebih rendah dan mengalami keterlambatan pertumbuhan. Di keluarga miskin, anak perempuan mendapatkan asupan makanan yang lebih sedikit dibandingkan dengan saudara laki-lakinya sehingga mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan mereka. Anak perempuan tidak memperoleh pendidikan yang tinggi sehingga ketika dia dewasa, dia bekerja tanpa bekal pengetahuan yang cukup dan memperoleh gaji yang lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki (walaupun mereka melakukan pekerjaan yang sama). Di rumah, mereka bekerja tanpa dibayar. Kelelahan, gizi yang buruk, dan kurangnya penanganan yang baik selama kehamilan dapat menempatkan perempuan dan bayinya beresiko tinggi memperoleh masalah kesehatan.



Dua dari 3 perempuan di dunia menderita kemiskinan. Perempuan biasanya lebih miskin dibandingkan dengan laki-laki bahkan terkadang menjadi orang yang paling miskin.

Kemiskinan memaksa perempuan hidup dalam kondisi yang berpengaruh negatif bagi kesehatan fisik dan mentalnya. Sebagai contoh, perempuan dengan kemiskinan biasanya :

- Tinggal di rumah yang buruk dengan sanitasi rendah dan kekurangan air bersih
- Tidak dapat mengonsumsi makanan yang bergizi dan banyak menghabiskan waktu untuk mencari sumber makanan bagi keluarganya.
- Dipaksa untuk menerima pekerjaan yang membahayakan dirinya atau bekerja dalam waktu yang cukup lama
- Tidak bisa memperoleh pelayanan kesehatan, bahkan jika gratis sekalipun karena mereka tidak bisa meninggalkan pekerjaannya.
- Berusaha keras untuk bertahan hidup dengan mengabaikan kebutuhannya pribadi, mengabaikan merencanakan masa depan yang lebih baik, ataupun belajar keterampilan dan keahlian baru.
- Selalu disalahkan berkaitan dengan kemiskinannya dan kurang diperhatikan dibandingkan dengan mereka yang memiliki uang lebih banyak.

Kemiskinan terkadang memaksa seorang perempuan untuk bergantung sepenuhnya pada laki-laki untuk bertahan hidup. Jika seorang perempuan sangat tergantung pada laki-laki untuk mencukupi kebutuhan diri dan anak-anaknya, dia diharapkan melakukan segala tindakan yang dapat membahagiakan laki-laki tetapi membahayakan dirinya. Sebagai contoh, dia akan mengizinkan pasangannya untuk melakukan kekerasan terhadap dirinya atau melakukan hubungan seks yang tidak aman karena dia takut tidak mendapatkan santunan ekonomi.

Rendahnya status perempuan



Status adalah peran seseorang dalam keluarga dan masyarakat. Status mempengaruhi bagaimana seorang perempuan diperlakukan, bagaimana dia menilai dirinya, jenis kegiatan yang dapat dilakukan, dan jenis keputusan yang dapat dibuat olehnya. Di beberapa masyarakat di dunia, perempuan memiliki status yang lebih rendah dibandingkan laki-laki. Rendahnya status ini mengarah pada diskriminasi di mana seorang perempuan diperlakukan kurang baik atau ditolak karena mereka seorang perempuan. Diskriminasi dilaksanakan dalam berbagai cara dan tindakan yang semuanya dapat mempengaruhi kesehatan perempuan.

Menginginkan anak laki-laki daripada perempuan. Beberapa keluarga menghargai laki-laki lebih tinggi daripada perempuan karena laki-laki nantinya dapat meningkatkan kesejahteraan keluarga, mendukung perekonomian orangtua di usia lanjut, menyelenggarakan upacara setelah kematian orangtuanya dan membawa nama keluarga. Akibatnya, anak perempuan mendapatkan ASI (Air Susu Ibu) lebih singkat, diberikan asupan makanan dan pelayanan kesehatan yang rendah, dan mendapatkan pendidikan lebih rendah atau tidak mendapatkan pendidikan.

Rendahnya hak dan kesempatan untuk membuat keputusan. Di beberapa masyarakat, seorang perempuan tidak dapat memiliki atau mewarisi kekayaan, memperoleh uang atau pinjaman. Jika dia bercerai, dia tidak bisa memiliki dan merawat anak-anaknya. Walaupun perempuan memiliki hak, tradisi dalam masyarakatnya menyebabkan rendahnya control terhadap diri sendiri. Bahkan perempuan tidak dapat memutuskan bagaimana menjalankan perekonomian keluarga atau kapan mendapatkan pelayanan kesehatan. Dia tidak dapat mengambil keputusan di masyarakat tanpa seizin suaminya.

Ketika seorang perempuan memiliki kekuatan yang lebih rendah, mereka harus bergantung sepenuhnya kepada laki-laki untuk bertahan hidup. Akibatnya, mereka tidak bisa mendapatkan sesuatu yang berkaitan dengan peningkatan kesehatan, seperti keluarga berencana, seks yang aman, asupan makanan yang cukup, pelayanan kesehatan, dan kebebasan dari kekerasan.

Memiliki banyak anak atau memiliki anak dengan jarak kelahiran yang terlalu dekat. Diskriminasi terhadap perempuan terkadang memaksa perempuan untuk hamil lebih sering sebab memiliki banyak anak merupakan satu-satunya cara bagi perempuan untuk memperoleh status dari pasangannya.

Dari kondisi demikian, perempuan hidup dengan kondisi kesehatan yang buruk dan mendapatkan pelayanan kesehatan yang rendah. Mereka seringkali mendapatkan status

yang lebih rendah karena mereka kurang dihargai dibandingkan dengan laki-laki. Mereka mendapatkan status kesehatan yang rendah dan mencari pengobatan hanya jika penyakitnya sudah parah dan mengancam jiwa.

Sistem Kesehatan Tidak Dapat Memenuhi Kebutuhan Seorang Perempuan

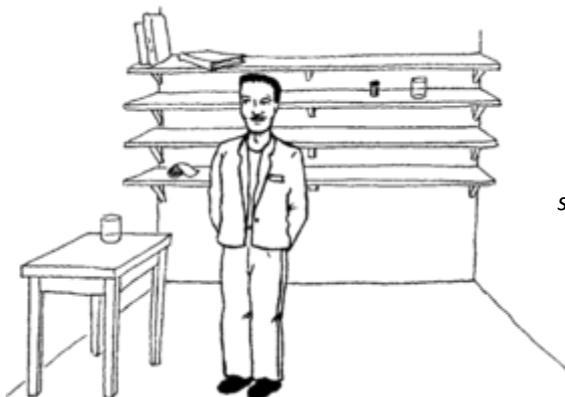
Kemiskinan dan diskriminasi dalam keluarga dan masyarakat tidak hanya menyebabkan lebih banyak masalah kesehatan bagi perempuan, tetapi juga membuat sistem kesehatan kurang memberikan pelayanan bagi perempuan. Kebijakan pemerintah dan ekonomi global juga ikut berperan dalam masalah ini.

Di negara miskin, banyak orang tidak memiliki akses untuk mendapatkan pelayanan kesehatan. (Di bawah adalah penjelasan mengenai salah satu alasan mengapa masalah ini menjadi lebih buruk dalam beberapa tahun terakhir.) Dan karena diskriminasi terhadap perempuan, keterbatasan dana yang ada tidak akan dipergunakan untuk meningkatkan kesehatan perempuan. Jadi seorang perempuan mungkin tidak bisa mendapatkan pelayanan yang baik bahkan jika dia mampu membayar untuk itu. Beberapa pelayanan kesehatan reproduksi dapat diberikan, tetapi untuk memenuhi semua kebutuhan kesehatan bagi seorang perempuan, dia harus pergi ke ibukota atau bahkan meninggalkan negaranya.

Di banyak negara, keterampilan yang dibutuhkan untuk pelayanan kesehatan bagi perempuan dianggap 'khusus' dan hanya diberikan oleh dokter. Namun, banyak pelayanan kesehatan ini dapat disediakan dengan biaya lebih rendah melalui pekerja kesehatan terlatih di masyarakat.

Hutang dan negara miskin

Sejak tahun 1970, ketika negara-negara miskin dipaksa untuk meminjam uang dari bank di negara-negara kaya, utang besar menunjukkan bahwa pemerintah masih berjuang untuk memenuhi kebutuhan dasar rakyat mereka. Meskipun telah banyak korupsi, banyak negara sudah mulai membangun sekolah baru, rumah sakit, klinik, dan proyek lainnya.



Beberapa tempat pelayanan kesehatan mengalami kekurangan obat-obatan yang sering digunakan dan peralatan

Tapi sebagai bank menuntut agar uang mereka dikembalikan, negara-negara miskin dipaksa untuk mengubah atau "menyesuaikan" ekonomi mereka yang membuat hidup lebih sulit bagi orang miskin. Negara-negara ini dipaksa untuk menggunakan sebagian besar dananya untuk membayar utang bank, dan mengubah undang-undang yang memudahkan

perusahaan asing untuk memperoleh keuntungan dengan menggunakan sumber daya dan tenaga kerja dari negara miskin. Pelayanan dasar seperti air, listrik, sarana komunikasi, dan dana pensiun telah dijual kepada perusahaan asing untuk memperoleh keuntungan.

Akibatnya, masyarakat bekerja lebih keras tetapi masih mengalami kesulitan memenuhi kebutuhan dasar mereka. Pemerintah memiliki lebih sedikit dana untuk pembangunan sekolah-sekolah, pusat kesehatan, rumah sakit, dan program yang membantu masyarakat mendapatkan makanan dan bahan bakar dengan harga yang wajar. Kesehatan orang miskin sangat dirugikan dari perubahan ini, selain itu juga berpengaruh terhadap kesehatan perempuan dan anak-anak.

Cerita Mira



Ketika Mira masih anak-anak, dia bermimpi tinggal di rumah besar, dengan listrik dan lantai keramik. Dia akan memiliki suami yang tampan dan baik, dan akan memenuhi apapun yang dia mau. Namun, keluarga Mira adalah keluarga miskin, dan dia adalah anak bungsu dari empat bersaudara perempuan. Kadang-kadang, ketika ayahnya sedang mabuk, dia akan memukuli ibunya, dan meratapi kemalangannya karena memiliki banyak anak perempuan.

Ketika Mira berusia 14 tahun, dan cukup umur untuk menikah, dia menangis saat tahu bahwa impiannya tidak akan pernah terwujud. Masa depannya sudah diatur: Mira akan menikahi seorang laki-laki yang telah dipilihkan ayahnya. Dia memiliki sejumlah tanah, dan ayah Mira berpikir bahwa keluarganya akan mendapatkan manfaat dari pernikahan Mira. Mira tidak mempunyai pilihan dalam hal ini.

Bersamaan dengan kelahiran anak kedua Mira, -anak laki-laki-, suaminya berhenti memaksa Mira melakukan hubungan seksual. Mira sangat senang. Meskipun suaminya tidak menyakiti dia, di seluruh penisnya banyak terdapat kutil. Selama 20 tahun berikutnya, ia memiliki 6 anak lagi, termasuk seorang gadis kecil yang meninggal pada usia 3 tahun, dan seorang anak laki-laki yang meninggal saat lahir.

Suatu hari, saat Mira ke kamar mandi, dia melihat darah keluar dari vaginanya padahal bukan waktu menstruasi. Dia belum pernah memeriksakan kesehatan sebelumnya, tapi sekarang Mira meminta izin suaminya untuk memeriksakan dirinya. Suaminya mengatakan bahwa dia tidak percaya dokter, dan selain itu, dia tidak memiliki uang untuk dibelanjakan setiap kali istrinya merasa khawatir tentang sesuatu.

Mira berusia 40 tahun ketika dia mulai menderita nyeri menetap di perut bagian bawahnya. Rasa nyeri ini membuat dia khawatir, tapi ia tidak tahu harus berbicara dengan siapa tentang hal itu. Beberapa bulan kemudian, Mira akhirnya memutuskan untuk pergi dan melawan keinginan suaminya untuk mendapatkan bantuan medis. Dia takut akan hidupnya, dan meminjam uang dari temannya.

Di pusat kesehatan, Mira memperoleh beberapa obat untuk keputihannya, meskipun petugas kesehatan tidak memeriksa sebelumnya. Mira kembali ke rumah malam itu dengan kondisi lelah dan sedih karena sudah menentang suaminya dan menghabiskan uang temannya. Beberapa minggu berlalu, kesehatan Mira terus memburuk, dan dia putus asa, serta menyadari bahwa masih ada sesuatu yang bermasalah dalam dirinya.

Akhirnya, Mira menjadi begitu lemah dan suaminya baru percaya bahwa dia benar-benar sakit, dan mereka meminta tumpangan ke rumah sakit di kota dengan jarak yang jauh dari rumahnya. Setelah menunggu beberapa hari, Mira dibawa ke rumah sakit.



Akhirnya dokter mengatakan bahwa dia menderita kanker leher rahim stadium lanjut. Dokter juga mengatakan bahwa rahimnya bisa saja diangkat tetapi kankernya sudah menyebar di tubuhnya. Satu-satunya pengobatan untuk dirinya ada di pelayanan kesehatan di negara lain dan biayanya sangat mahal. Dokter kemudian menanyakan kepada Mira, "Mengapa kamu tidak melakukan pemeriksaan Pap Smear teratur? Jika kita menemukan masih dalam stadium awal, maka pengobatannya jauh lebih mudah." Tetapi sekarang sudah terlambat. Mira kembali ke rumahnya dan kurang dari 2 bulan dia meninggal dunia.

Mengapa Mira meninggal?

Berikut ini adalah beberapa jawaban umum untuk pertanyaan ini:

Seorang dokter mungkin mengatakan :



Atau seorang guru mengatakan :

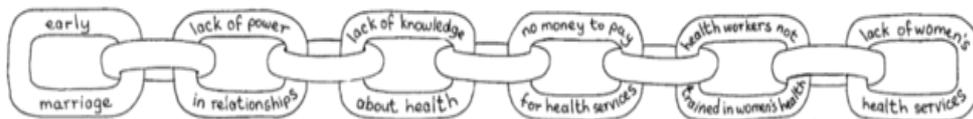


Atau petugas kesehatan mengatakan :



Semua jawaban di atas benar. Seorang perempuan yang melakukan hubungan seksual di usia muda dan terinfeksi oleh penyakit menular seksual seperti kutil akan memiliki resiko tinggi terkena kanker leher rahim. Jika kanker ini ditemukan pada stadium awal (melalui pemeriksaan Pap Smear), maka masih bisa disembuhkan.

Tetapi, semua jawaban di atas masih mengandung pemahaman yang kurang terhadap permasalahan yang ada. Semua menyalahkan masing-masing orang dan tidak dapat melihat lebih jauh. Mira meninggal akibat kanker leher rahim karena dia miskin dan tinggal di negara miskin.



Menikah pada Usia terlalu Muda	Tidak punya kekuasaan	Tidak punya Pengetahuan Tentang kesehatan	Tidak punya Uang untuk membayar layanan kesehatan	Tenaga kesehatan tidak dilatih tentang kesehatan perempuan	Layanan kesehatan untuk perempuan tidak tersedia
---------------------------------------	------------------------------	--	--	---	---

Gambar di atas menunjukkan rantai penyebab kematian Mira. Rantai ini menjadi penyebab yang sama bagi sebagian besar masalah kesehatan perempuan.

Bagaimana kemiskinan dan rendahnya status perempuan bersama-sama berperan dalam kematian Mira

Mira dan keluarganya miskin, sehingga dia dipaksa untuk menikah dan mulai berhubungan seks ketika dia masih sangat muda. Sebagai seorang perempuan, dia tidak memiliki kekuatan dalam hubungan dengan suaminya. Dia tidak punya kontrol atas kapan dan berapa banyak anak yang diinginkan, ataupun juga hubungan suaminya dengan perempuan lain. Kemiskinan keluarganya menyebabkan dia menderita kekurangan gizi selama hidupnya, yang melemahkan tubuhnya dan menyebabkan dirinya lebih berisiko terhadap suatu penyakit.

Meskipun pelayanan kesehatan kurang **di sekitar Mira tinggal**, namun pusat kesehatan terdekat memiliki pelayanan kesehatan bagi perempuan, seperti keluarga berencana dan informasi tentang pencegahan HIV. Tetapi para pekerja kesehatan tidak memiliki informasi atau pelatihan tentang masalah kesehatan perempuan lainnya, bahkan yang serius seperti kanker leher rahim. Mereka tidak tahu bagaimana melakukan pemeriksaan panggul (untuk melihat vagina, leher rahim dan bagian alat reproduksi lainnya) atau tes Pap Smear. Jadi walaupun Mira pergi untuk segera mendapatkan pelayanan medis, tenaga kesehatan tidak akan mampu membantunya.

Akibatnya, Mira harus menempuh perjalanan jauh dengan biaya tinggi untuk menemui seorang dokter yang tahu tentang penyakitnya. Pada saat itulah dia datang sudah terlambat. Akhirnya, negara Mira adalah **negara miskin**, dengan sedikit dana yang dialokasikan untuk pelayanan kesehatan. Seperti pemerintah negara-negara miskin lainnya, pemerintah di negaranya memilih untuk mengutamakan pada pelayanan kesehatan yang lebih penting, tetapi bukan pada kesehatan perempuan. Dana pemerintah yang ada diutamakan pada kesehatan perempuan untuk memeriksakan diri ke rumah sakit besar di kota besar bukan untuk mengembangkan program kesehatan masyarakat bagi perempuan seperti Mira. Ini berarti bahwa layanan untuk mendiagnosa dan mengobati kanker leher rahim dan masalah kesehatan perempuan lainnya tidak akan tersedia.

Kemiskinan dan rendahnya status perempuan yang dialami Mira berpengaruh pada 3 tingkat: keluarga, masyarakat, dan negaranya yang menimbulkan masalah kesehatan yang mengarah pada kematiannya.

Berjuang untuk perubahan

Mengubah Pandangan Masyarakat

Masyarakat seringkali memperlakukan dan mengkondisikan seorang perempuan untuk hidup dalam kemiskinan dan dalam status kesehatan yang rendah. Tetapi masyarakat harus dapat mengubah ini semua dengan lebih mengutamakan kesehatan setiap orang.

Ketika penyebab buruknya kesehatan terdapat dalam keluarga, masyarakat, dan bahkan negara, tindakan perubahan untuk meningkatkan dan memperbaiki kesehatan perempuan perlu dilakukan di setiap aspek kehidupan.

Tindakan perubahan di keluarga

Anda dapat meningkatkan kesehatan dengan mempelajari masalah-masalah kesehatan pada perempuan dan membuat suatu perubahan dalam hidup Anda sendiri dan keluarga. Bicarakan dengan pasangan mengenai apa yang Anda butuhkan untuk meningkatkan status kesehatan Anda, meliputi melakukan hubungan seksual yang aman dan membagi pekerjaan dengan adil. Anda juga dapat meningkatkan kesehatan dan masa depan anak-anak. Berikut ini adalah beberapa gagasan berkaitan dengan hal di atas :

Membesarkan anak-anak untuk kehidupan yang lebih baik

Bagaimana kita membesarkan anak-anak kita, dari saat mereka lahir, akan sangat menentukan apa yang mereka yakini dan bagaimana mereka bertindak sebagai orang dewasa.

Sebagai ibu, kita mengajarkan anak-anak kita setiap hari dalam hidup mereka:

- Ketika kita memberi makan suami dan anak laki-laki terlebih dahulu, kita mengajarkan anak-anak kita bahwa rasa lapar yang dirasakan oleh perempuan kurang penting dibandingkan rasa lapar yang dialami oleh laki-laki.
- Ketika kita hanya menyekolahkan anak laki-laki kita, kita mengajarkan anak-anak bahwa anak perempuan tidak pantas mendapatkan kesempatan untuk memperoleh pendidikan.
- Ketika kita mengajarkan anak laki-laki kita bahwa kejantanan laki-laki itu berkaitan dengan kekerasan, kita akan membentuk laki-laki yang sering melakukan kekerasan.
- Ketika kita tidak melaporkan adanya kekerasan yang terjadi di tetangga kita, kita mengajarkan anak-anak bahwa dibenarkan jika suami memukul istri dan anak-anaknya.

Sebagai ibu, kita memiliki kekuatan untuk mengubah bagaimana anak-anak kita nantinya akan bersikap:

- Kita dapat mengajarkan anak laki-laki kita untuk bersikap baik dan penuh kasih, sehingga mereka nantinya akan menjadi suami, bapak, dan saudara yang baik dan penuh kasih sayang.
- Kita dapat mengajarkan anak perempuan kita untuk menghargai dirinya sendiri, sehingga mereka akan mengharapkan hal yang sama dari orang lain.



- Kita dapat mengajarkan anak laki-laki kita untuk berbagi dan bangga saat melakukan pekerjaan rumah tangga, sehingga saudara perempuan, istri dan anak perempuan mereka tidak menanggung beban pekerjaan yang terlalu berat .
- Kita dapat mengajarkan anak perempuan kita untuk menjadi lebih mandiri dengan menyelesaikan sekolah atau belajar keterampilan.
- Kita dapat mengajarkan anak laki-laki kita untuk menghormati semua perempuan dan menjadi pasangan yang bertanggung jawab.



Tindakan Perubahan di Masyarakat

Anda dapat meningkatkan kesehatan Anda dan perempuan lain dalam masyarakat Anda dengan berbagi melalui buku ini dan berbicara dengan mereka tentang masalah kesehatan perempuan.

Karena kondisi sosial yang mempengaruhi laki-laki dan perempuan berbeda, mereka akan mencari jalan keluar yang berbeda untuk setiap permasalahan kesehatan yang dialami.

Berbicara dengan orang lain mungkin akan sulit. Perempuan sering merasa malu (misalnya, ketika berbicara tentang bagian-bagian tubuh) atau takut tentang apa yang orang lain pikirkan. Namun berbicara dengan orang lain adalah satu-satunya cara untuk mempelajari lebih lanjut tentang masalah kesehatan dan untuk menemukan penyebabnya. Sering kali Anda akan menemukan bahwa perempuan lain khawatir tentang hal yang sama, dan ingin mendiskusikannya.

Bentuklah kelompok-kelompok kecil untuk mendiskusikan tentang masalah kesehatan di masyarakat Anda. Undanglah mereka yang merupakan teman dari teman Anda, tetangga, atau perempuan yang bekerja dengan Anda. Ketika Anda telah menemukan masalah kesehatan yang banyak dialami oleh perempuan-perempuan tersebut, akan membantu untuk bertemu kembali dan mengundang orang lain untuk mendiskusikan kembali dan belajar lebih banyak. Ketika Anda bertemu, pikirkan tentang akar permasalahan yang mempengaruhi kesehatan, dan rencana tindakan perubahan yang Anda dapat lakukan dalam keluarga dan masyarakat.



Punggung saya sakit sekali hari-hari ini setelah memikul air dari perbukitan ke rumah saya. Petugas kesehatan mengatakan saya tidak boleh memikul barang berat sewaktu hamil. Hal itu juga menyebabkan Marita keguguran. Tapi bagaimana keluarga kami bisa mendapat air.

Sakit punggung bukan hanya masalah perempuan hamil. Saya juga menderita sakit punggung. Tetapi kemudian suami saya membantu saya mengangkat air, sehingga punggung saya menjadi lebih baik.

Beberapa hari yang lalu saya mengunjungi kakak saya yang tinggal di kota. Disana tersedia pipa air yang terpasang sampai dekat rumahnya. Maka dia tidak perlu mengangkut air terlalu jauh.

Mungkin kita dapat mengumpulkan cukup banyak orang untuk meyakinkan pimpinan wilayah kita, agar mau memasang pipa air semacam itu. Tetapi kita harus bisa mengumpulkan banyak orang. Kita juga harus tahu kepada siapa kita perlu bicara dan harus menentukan dimana kita menghendaki pipa tersebut dipasang.

Kita bisa bicara dengan pak Yos. Dia seorang guru dan orang-orang sangat menghormati dia. Mungkin dia bisa menolong kita.

Dengan mengikuti diskusi dalam kelompok-kelompok kecil, Anda akan belajar banyak mengenai masalah kesehatan dan penanganannya.



Pikirkan tentang keterlibatan laki-laki maupun perempuan dalam diskusi tentang kesehatan perempuan. Ini mungkin terlihat sulit untuk membicarakan masalah kesehatan perempuan dengan laki-laki, karena pembicaraan seperti ini dianggap tabu, atau 'rahasia perempuan'. Tapi karena laki-laki seringkali dalam posisi yang memiliki kekuatan, bantuan mereka dapat menjadi sangat penting. Carilah laki-laki yang mendukung perempuan, atau mereka yang memperlakukan perempuan setara dengan mereka.

Bagaimanakah Seorang Laki-Laki Dapat Membantu

Setiap laki-laki dapat membantu meningkatkan kesehatan perempuan dengan cara:

- membesarkan anak-anaknya untuk menghargai perempuan, dan memberi perlakuan yang sama antara anak laki-laki dan perempuan.
- bertanya pada perempuan apa yang mereka pikirkan, dan mendengarkan mereka. Seorang laki-laki dapat mendengarkan kebutuhan pasangan dan anak perempuannya, dan bersama-sama berusaha untuk memenuhi kebutuhan setiap orang dalam keluarga.
- berbicara dengan pasangan tentang berapa jumlah anak yang mereka inginkan, dan kemudian bertanggungjawab melakukan keluarga berencana.
- mendorong pasangannya untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur, dan membantu mencari biaya dan mengizinkan untuk pergi memeriksakan diri.
- bergiliran merawat anak-anak dan melakukan pekerjaan rumah.
- setia pada pasangannya atau, jika dia tidak bisa, bersikap jujur dengan pasangannya dan melakukan hubungan seksual yang aman saat dia tidak bersamanya. Jika seorang laki-laki pernah mendapat IMS, dia harus memberitahu semua pasangan seksualnya segera, sehingga semua orang bisa mendapatkan perawatan.

- mendorong pasangannya untuk mendapatkan bagian yang sama dari makanan yang ada walaupun jumlahnya tidak banyak.

- mendorong semua anak-anaknya untuk bersekolah setinggi mungkin. Semakin tinggi mereka bersekolah, semakin banyak pilihan yang mereka miliki saat dewasa, dan semakin baik kesehatan mereka.

Seorang laki-laki juga dapat memberikan contoh yang baik di masyarakat dengan cara:

- mendorong perempuan dalam masyarakatnya untuk datang ke pertemuan, dan memastikan bahwa mereka memiliki kesempatan untuk berbicara. Atau dengan mendorong perempuan untuk mempertahankan pendiriannya, mengadakan pertemuan terpisah, di mana laki-laki tidak berbicara.

- mendorong perempuan untuk terlibat dalam perencanaan dan menjalankan kegiatan-kegiatan di masyarakat.

- mendorong orang lain untuk membatasi penggunaan alkohol dan obat-obatan terlarang – hal ini dapat merugikan masyarakat dan menghabiskan uang dan tenaga. Buatlah pesta atau perayaan yang tidak menggunakan alkohol.

- menolak segala bentuk kekerasan terhadap perempuan.

- mengajar anak-anak bagaimana merawat kesehatan fisik, mental, dan seksual dan bagaimana mencegah penyakit yang biasa terjadi.

- bekerja untuk mengubah citra bahwa seorang laki-laki kuat adalah orang yang berhubungan seks dengan banyak perempuan. Seorang laki-laki yang kuat merupakan pasangan yang kuat.

Berikut ini adalah beberapa kegiatan lainnya yang dapat membantu meningkatkan kesehatan di masyarakat:

- **Berbagi informasi.** Temukan cara untuk menyampaikan informasi mengenai masalah kesehatan yang sering terjadi di masyarakat anda, sehingga semua orang akan tahu tentang hal tersebut.

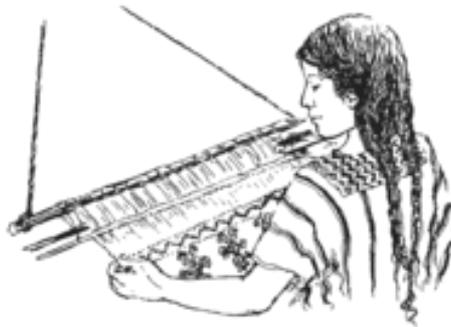
- **Bentuk kelompok yang saling mendukung.** Para perempuan yang berbagi tentang masalahnya seperti perempuan yang selamat dari pemerkosaan atau pelecehan, ibu menyusui, perempuan penyandang cacat, atau pekerja seks-dapat membentuk kelompok untuk saling mendukung satu sama lain untuk bersama-sama mencari jalan keluar permasalahan mereka.



Di Zimbabwe, Program Musasa dibentuk untuk membantu perempuan yang mengalami kekerasan, terutama kekerasan dalam rumah tangga dan kekerasan seksual. Musasa menemukan bahwa perempuan yang dipukuli oleh pasangannya tidak dilindungi oleh hukum. Banyak orang mengatakan bahwa laki-laki harus memiliki kekuasaan atas perempuan karena itu adalah cara yang selalu dilakukan, atau karena keyakinan dalam masyarakat. Orang-orang ini juga mengatakan bahwa pemukulan yang sering terjadi adalah untuk mengingatkan perempuan tentang posisinya.

Tujuan Musasa adalah untuk mengubah sikap ini melalui pendidikan publik dan dengan konseling bagi mereka yang selamat dari kekerasan. Dengan cara ini, perempuan, laki-laki, guru, mahasiswa, polisi, dan pekerja kesehatan dapat belajar bahwa tindakan kekerasan adalah penyalahgunaan kekuasaan. Musasa berencana untuk mendirikan sebuah rumah di mana perempuan dan anak-anak bisa tinggal ketika mereka berada dalam bahaya.

- **Berusaha untuk lebih mandiri.** Program-program yang membantu perempuan memperoleh uang dan meningkatkan kondisi kerja mereka juga membantu perempuan mulai untuk membuat keputusannya sendiri dan memperoleh harga diri.



Di sebuah desa kecil suku Maya di Guatemala, sekelompok perempuan membentuk kelompok tenun. Mereka menjual tenunan mereka melalui toko koperasi untuk kerajinan perempuan di ibukota. Para perempuan itu sekarang mendapatkan pendapatan lebih dari sebagian besar laki-laki di daerah mereka. Akibatnya, perempuan tersebut telah memperoleh status baru dalam keluarga mereka dan masyarakat dan memiliki lebih banyak kesempatan dalam hidup mereka.

- **Meningkatkan kegiatan di masyarakat.** Misalnya, mencoba untuk menemukan cara bagi setiap keluarga untuk mendapatkan makanan yang cukup, atau untuk meningkatkan kesehatan lingkungan dan akses terhadap air bersih.



Gerakan Green Belt di Kenya telah melibatkan banyak perempuan dalam penanaman dan melindungi pohon, yang dapat mencegah erosi tanah dan menyediakan bahan bakar. Keberhasilan perempuan dalam melindungi lingkungan dan menyediakan bahan bakar bagi keluarga mereka telah membangun kepercayaan diri mereka dan membantu mereka mencari nafkah. Sebagai salah satu anggota Green Belt berkata, "hutan kami kehabisan karena kebutuhan kami akan kayu bakar. Kami bertemu setiap minggu untuk mengumpulkan benih, untuk melakukan penanaman dalam pot dan mendirikan pagar, dan menanam pohon di pekarangan kami. Kami juga berbicara dalam kelompok-kelompok dan sekolah-sekolah mengenai lingkungan. Dengan cara ini, kami dapat membantu diri kami sendiri dan memperbaiki lingkungan."

"Upaya sederhana dan murah yang dilakukan masyarakat dapat menciptakan perubahan"



Banyak Masalah Kesehatan Perempuan dapat dicegah atau diobati secara dini. jika ada cukup banyak tenaga kesehatan yang dilatih dalam perawatan kesehatan perempuan

Ketika pertama kali anda melihat masalah, sering anda merasa sangat sulit untuk membuat perubahan. Tapi, pada kenyataannya, masyarakat dapat membuat banyak perbaikan yang tidak terlalu banyak memakan biaya. Sebagai contoh, berikut adalah beberapa saran untuk mencegah atau membantu memecahkan masalah kesehatan perempuan:

- *Memulai program penggunaan kompor di masyarakat. Perempuan seringkali menderita infeksi paru-paru, luka bakar, dan nyeri punggung. Kompor yang cukup murah dan aman, menggunakan sedikit bahan bakar, dan mengeluarkan sedikit asap dapat mencegah masalah ini.*
- *Membentuk sistem transportasi darurat. Banyak perempuan meninggal karena komplikasi kehamilan, persalinan, dan aborsi tidak aman. Kematian ini dapat dicegah dengan memperoleh pelayanan kesehatan segera.*
- *Deteksi kanker dengan biaya rendah dapat mencegah banyak perempuan meninggal akibat kanker leher rahim dan kanker payudara. Kanker pada stadium dini akan lebih mudah diobati dibandingkan dengan stadium lanjut.*
- *Membuat pelayanan keluarga berencana dan perawatan antenatal dapat diakses oleh semua perempuan. Tindakan ini dapat mencegah banyak kematian karena komplikasi kehamilan, persalinan dan aborsi tidak aman.*
- *Melatih petugas kesehatan untuk memberikan pelayanan kesehatan bagi perempuan.*

Mereka harus dilatih untuk pemeriksaan panggul, tes Pap Smear dan pemeriksaan visual, aspirasi vakum manual (MVA), pemeriksaan payudara, dan konseling. Mereka juga harus belajar bagaimana menggunakan obat-obatan untuk kesehatan perempuan.

Tindakan perubahan di negara Anda

Anda dapat meningkatkan kesehatan anda, dan kesehatan perempuan lain di negara anda, dengan bekerja sama dengan kelompok lain di berbagai negara. Dengan bekerja bersama-sama, anda dapat membuat perubahan penting bagi perlakuan pemerintah terhadap perempuan dan kesehatan perempuan. Sebagai contoh, kelompok masyarakat dapat menekan pemerintah untuk menghukum orang-orang yang melakukan pemerkosaan atau pelecehan terhadap perempuan, atau untuk menyediakan pelayanan aborsi yang aman. Atau anda bisa memperoleh kekuatan hukum yang disahkan untuk memungkinkan perempuan untuk memiliki atau mewarisi harta -agar perempuan tidak selalu bergantung pada laki-laki.

Banyak perempuan dan laki-laki yang berjuang agar pemerintah dapat:

- *melengkapi klinik di pedesaan dan melatih pekerja kesehatan untuk mengatasi masalah kesehatan perempuan yang sering terjadi. Dengan cara ini, perempuan di pedesaan tidak perlu pergi ke rumah sakit di kota untuk mendapatkan perawatan.*
- *membayai masyarakat, khususnya perempuan dari daerah miskin, untuk mendapatkan pelatihan kesehatan. Dengan demikian, mereka tidak akan kekurangan petugas kesehatan terlatih.*
- *mencegah perusahaan yang merusak lingkungan dan produk iklan yang merugikan kesehatan masyarakat.*
- *memaksa perusahaan untuk menyediakan kondisi kerja yang adil dan upah yang layak bagi perempuan dan laki-laki.*
- *membantu masyarakat untuk menanam tanaman untuk kebutuhan makanan bagi masyarakat mereka, bukan untuk ekspor.*
- *mendistribusikan lahan tidur kepada mereka yang telah dipaksa keluar dari tanah mereka.*

Bertanggungjawab atas kesehatan kita sendiri

Sama seperti istilah 'kesehatan perempuan' yang berarti bukan hanya terbatas pada kesehatan ibu saja, tetapi lebih mengarah pada akses untuk mendapatkan pelayanan kesehatan bagi perempuan. Untuk menjadi benar-benar sehat, perempuan perlu memperoleh kesempatan untuk membuat keputusan untuk kesehatannya yang lebih baik. Dan mereka membutuhkan akses yang adil dalam penggunaan sumber daya di masyarakat mereka dan di dunia.

Dengan bergabung bersama perempuan dan laki-laki lain dalam perjuangan untuk kesehatan, kita dapat memperoleh kesempatan untuk hidup sehat dan bahagia, serta bebas dari penyakit, rasa sakit, dan ketakutan.