

Kenali Penyebab Infertilitas pada Pria dan Penanganannya



Apakah ada di antara Saudara sudah lama menikah tetapi belum kunjung dikaruniai buah hati? Jika ada, mungkin salah satu penyebabnya karena masalah infertilitas atau ketidaksuburan. Tidak hanya terjadi pada wanita, infertilitas juga dapat terjadi pada pria. Sahabat tidak perlu khawatir takut mandul karena infertilitas dan mandul adalah dua hal yang berbeda.

Apa itu Infertilitas? □

Infertilitas adalah kondisi yang terjadi ketika pasangan pria dan wanita secara aktif dan teratur berhubungan seksual selama 12 bulan tanpa menggunakan alat kontrasepsi atau pencegahan apa pun, tetapi tidak terjadi kehamilan. Badan Kesehatan Dunia atau WHO mencatat, 17,5% pasangan berusia produktif di seluruh dunia mengalami masalah infertilitas. Infertilitas dibagi menjadi dua jenis, ada yang Primer dan juga Sekunder. Infertilitas primer terjadi kepada pasangan yang belum pernah memiliki anak. Sementara, infertilitas sekunder terjadi ketika Anda dan pasangan sudah memiliki anak, tetapi kesulitan memiliki anak lagi.

Ciri-ciri Pria yang Tidak Subur

Berikut adalah beberapa gejala yang dapat berhubungan dengan masalah ketidaksuburan atau infertilitas pada pria:

- Terdapat masalah pada fungsi seksual, semisal kesulitan ejakulasi, berkurangnya hasrat seksual, atau disfungsi ereksi
- Munculnya rasa nyeri disertai benjolan atau pembengkakan di area testis
- Jaringan di payudara mengalami pembesaran yang tidak normal atau ginekomastia

Sebagai catatan, tidak semua pria yang bermasalah dengan kesuburan akan mengalami semua gejala di atas. Seorang pria, bisa jadi hanya mengalami salah satu atau dua di antara gejala-gejala tersebut. Maka dari itu, untuk mengetahui subur atau tidak, seorang pria harus menjalani pemeriksaan analisis semen.

Pemeriksaan analisis semen meliputi pemeriksaan secara makroskopis dan mikroskopis. Pemeriksaan makroskopis akan menilai volume cairan mani, bau, warna, waktu pencairan, viskositas atau kekentalan, dan pH (tingkat keasaman) cairan mani.

Sementara, pemeriksaan mikroskopis terdiri dari pemeriksaan jumlah sperma, pergerakan sperma, dan bentuk sperma.

Untuk pria yang ingin melakukan pemeriksaan ini, syaratnya adalah tidak melakukan hubungan

seksual atau mengeluarkan cairan mani selama 2-7 hari.

Semua kondisi yang mengakibatkan gangguan kualitas atau kuantitas sperma, atau kombinasi keduanya dapat menyebabkan infertilitas pria.

Gangguan ini dapat terjadi karena ketidakseimbangan hormon atau penyumbatan pada organ reproduksi pria.

Meski begitu, pada sekitar 50% kasus, penyebab ketidaksuburan pada pria tidak dapat ditentukan.

1. Gangguan Fungsi Testis atau Ejakulasi Beberapa kondisi yang dapat mengganggu fungsi testis atau ejakulasi meliputi:

- Varikokel, yaitu pembesaran pembuluh darah vena dalam testis, yang dapat mempengaruhi jumlah, gerak dan/atau bentuk sperma
- Trauma pada testis yang mempengaruhi produksi sperma dan menyebabkan jumlah sperma yang rendah
- Gaya hidup yang tidak sehat, seperti kebiasaan merokok, kecanduan mengonsumsi alkohol, penggunaan steroid anabolik, dan penggunaan obat-obatan terlarang, dapat menurunkan produksi sperma
- Pengobatan kanker yang melibatkan penggunaan beberapa jenis kemoterapi, radiasi, dan pembedahan untuk mengangkat salah satu atau kedua testis dapat memengaruhi produksi sperma atau kemampuan sperma untuk membuahi sel telur
- Kondisi medis seperti diabetes, gangguan autoimun, dan beberapa jenis infeksi dapat menyebabkan masalah pada testis.

2. Gangguan Pada Sperma Masalah sperma adalah penyebab paling umum ketidaksuburan pria. Berikut merupakan jenis-jenis kelainan sperma yang dapat dilihat dari pemeriksaan analisis semen:

- Oligozoospermia, jumlah sperma dalam cairan mani hanya sedikit
- Azoospermia, tidak ada sperma sama sekali dalam cairan mani
- Hypospermia, volume cairan mani yang keluar terlalu sedikit
- Necrozoospermia, sebagian besar sperma tidak bergerak
- Oligoasthenoteratozoospermia (OAT), jumlah sperma sedikit, pergerakan lambat, dan sperma yang berbentuk normal juga hanya sedikit
- Asthenozoospermia, sperma yang bergerak maju hanya sedikit
- Teratozoospermia, sperma yang memiliki bentuk normal hanya sedikit

Apakah Sering Masturbasi, Mempengaruhi Kesuburan?

Banyak orang beranggapan bahwa masturbasi dapat menurunkan tingkat kesuburan pada pria. Namun pada faktanya, masturbasi tidak mempengaruhi kesuburan sama sekali. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kualitas cairan mani yang optimal terjadi setelah dua sampai tiga hari tidak mengalami ejakulasi.

Kemudian, pada penelitian lainnya, menunjukkan bahwa pria yang berejakulasi setiap hari tetap dapat memiliki motilitas dan konsentrasi sperma yang normal.

Meski begitu, sebaiknya hubungan seksual dilakukan setiap 2-3 hari sekali untuk memaksimalkan peluang kehamilan.

Cara Mengatasi Infertilitas Pada Pria

Untuk mengatasi masalah infertilitas pada pria, Sahabat dapat melakukan beberapa hal di bawah ini.

1. Mengubah Gaya Hidup Dalam upaya untuk meningkatkan kualitas sperma, Sahabat perlu untuk mulai menerapkan pola hidup sehat. Beberapa contohnya adalah sebagai berikut:

- Menjaga berat badan tetap ideal
- Lebih banyak mengonsumsi sayuran dan buah-buahan
- Rutin berolahraga
- Mengelola stres dengan baik dan istirahat cukup
- Berhenti merokok, minum alkohol, atau mengonsumsi obat terlarang

2. Terapi dan Konsumsi Obat-obatan Terapi hormon dapat mengatur kadar hormon yang terlalu tinggi atau rendah dan mempengaruhi kualitas sperma Anda. Jika diperlukan, dokter juga dapat meresepkan beberapa jenis obat-obatan.

3. Pembedahan Apabila dengan kedua cara di atas tidak kunjung membuahkan hasil, Anda bisa menjalani prosedur pembedahan jika direkomendasikan oleh dokter. Beberapa contoh prosedur pembedahan yang umumnya dijalani oleh pria yang mengalami masalah infertilitas adalah sebagai berikut:

- Vasoepididimostomi. Bertujuan untuk menghilangkan penyumbatan pada epididimis (tabung melingkar yang terletak di testis tempat sperma dimatangkan) yang mencegah sperma memasuki cairan mani.
- Varikokelektomi. Pembedahan ini ditujukan untuk pasien yang mengalami masalah sperma akibat adanya varikokel.
- Pengambilan sperma (sperm retrieval). Dokter akan melakukan biopsi untuk mengambil sperma dari testis atau epididimis untuk dipakai dalam proses bayi tabung.

4. Program Bayi Tabung Anda dan pasangan bisa melakukan program bayi tabung untuk memiliki buah hati jika cara alami tidak kunjung berhasil. Salah satu prosedur untuk Anda adalah ICSI atau intracytoplasmic sperm injection. Proses ICSI bertujuan untuk menyuntikkan satu sperma untuk membuahi satu sel telur pada

program bayi tabung atau in vitro fertilization (IVF).

Dengan melakukan ICSI, diperkirakan angka keberhasilan pembuahan mencapai sekitar 50% hingga 80%.

Selanjutnya embrio yang berkembang dengan baik hingga hari kelima dan akan ditransfer kembali ke dalam rahim yang kemudian diharapkan membuahkan kehamilan.

Namun, terdapat beberapa kasus infertilitas pria yang tidak dapat diobati, misalnya pria dengan kelainan genetika, kelainan saat pertumbuhan, perkembangan organ reproduksi, dan kelainan-kelainan lain yang menyebabkan testis tidak dapat memproduksi sperma sama sekali.