

# Apa Hubungan Usia dan Masa Kesuburan Mam

JUL 1, 2021

Wanita memiliki sekitar 400.000 sel telur dalam ovarium terhitung sejak menstruasi pertama. Saat sel telur mulai menurun produksinya, berbagai penyakit pun mulai bermunculan.

*Secara internasional, masa reproduksi wanita adalah pada rentang usia 15-44 tahun.*

Secara internasional, masa reproduksi wanita adalah pada rentang usia 15-44 tahun. Puncak kesuburannya berada pada usia awal 20-30 tahun. Pada awal usia 20-an biasanya wanita masih berfokus pada hal lain misalnya pendidikan atau karier. Umumnya di pertengahan usia 20-an wanita yang sudah menikah baru terpikir untuk merencanakan program hamil. Pada masa puncak kesuburan ini, peluang untuk hamil tinggi. Jika Mam dan Pap sama-sama berusia di bawah 30 tahun, sehat, serta rutin melakukan hubungan intim, peluang untuk hamil setiap bulannya 25-30%.

Hidup saat ini membuat beberapa pasangan memilih menunda program hamil. Beberapa alasan di antaranya adalah karier atau merasa belum siap secara finansial. Jika menunda kehamilan sudah menjadi keputusan sebaiknya tidak lebih dari usia 35 tahun.

“Semakin tua, jumlah sel telur seorang wanita akan semakin sedikit. Itulah kenapa wanita yang berusia di atas 35 tahun biasanya sudah mulai menurun tingkat kesuburannya,” ujar dokter spesialis kebidanan Rumah Sakit Dr Cipto Mangunkusumo (RSCM) Kencana, Gita Pratama.

Wanita memiliki sekitar 400.000 sel telur dalam ovarium terhitung sejak menstruasi pertama. Memasuki usia 35 tahun, jumlahnya menurun secara signifikan. Pada usia 45-55 tahun Mam akan mengalami menopause karena ovarium berhenti memproduksi sel telur.

Saat sel telur mulai menurun produksinya, berbagai penyakit pun mulai bermunculan. Hal ini semakin meningkatkan risiko kehamilan di usia 35 tahun ke atas. Risiko tersebut antara lain:

# Risiko si Kecil mengalami kelainan kromosom

Risiko kelainan kromosom seperti Down Syndrome dan Edward Syndrome pada si Kecil semakin meningkat bila Mam hamil di usia 35 tahun ke atas. Kemungkinan dokter kandungan akan melakukan serangkaian tes genetik terhadap si Kecil.

## Risiko keguguran

Kehamilan di atas usia 40 tahun meningkatkan risiko keguguran, saat usia kehamilan di bawah 4 bulan, sebanyak 10% dibandingkan hamil pada usia subur.

## Risiko kelahiran premature

Kehamilan di atas usia 35 tahun juga meningkatkan risiko lahir prematur. Si Kecil bisa lahir dengan berat badan di bawah normal dan berbagai penyakit lain yang mengikutinya.

**Baca Juga:** Cara Mempersiapkan Program Bayi Tabung

## Risiko melahirkan dengan operasi Caesar

Mam yang merencanakan program hamil saat usia di atas 30 tahun berisiko terkena berbagai penyakit atau gangguan kehamilan lainnya, seperti pre-eklamsia atau plasenta previa. Kemungkinan untuk dioperasi Caesar pun meningkat. Padahal operasi Caesar di atas usia 30 tahun lebih berisiko terkena infeksi organ bagian dalam, seperti infeksi usus dan kandung kemih, dibandingkan Mam yang hamil di usia 20-an.

Pada masa subur, Mam dan Pap belum juga dikaruniai si Kecil setelah setahun berhubungan intim secara rutin, sebaiknya segera berkonsultasi dengan dokter kandungan. Namun, bila sudah memasuki usia 35 tahun dan belum dikaruniai si Kecil, sebaiknya menghubungi dokter kandungan setelah 6 bulan berhubungan intim secara rutin.

Bagikan sekarang