PUBERTAS

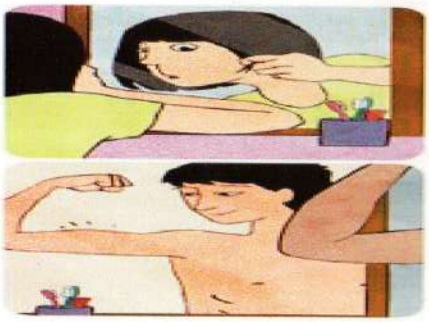
MIMPI BASAH PADA LAKI-LAKI

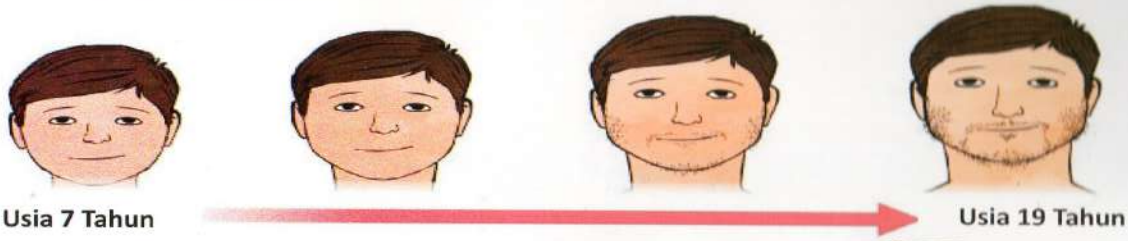
MENARCHE (MENSTRUASI PERTAMA) PADA PEREMPUAN

PUBERTAS

- Masa pubertas adalah masa dimana tubuh sedang mengalami perubahan dari struktur tubuh anak-anak menjadi struktur tubuh orang dewasa. Biasanya masa pubertas pada laki-laki dimulai antara umur 11-12 tahun, lebih lambat dari perempuan yang sudah mulai saat umur 8 – 10 tahun. Tapi ini tidak mutlak, karena kondisi tubuh masing-masing orang berbeda. Jadi ada laki-laki atau perempuan yang mengalami masa pubertas lebih cepat atau justru lebih lambat.
- Masa pubertas ditandai dengan kematangan organ-organ reproduksi, termasuk seks sekunder.
- Seks sekunder adalah perubahan pada tubuh yang terjadi pada permulaan pubertas sebagai akibat pengaruh hormon.

PERUBAHAN FISIK PUBERTAS





PERUBAHAN FISIK PUBERTAS

- **Pada anak perempuan ditandai awal** :

  Perubahan Fisik :

  ✓ pembesaran payudara, timbulnya bulu-bulu halus di kemaluan dan pinggul tampak besar

  Perubahan Psikis :

  ✓ Emosi labil, sensitif dan kurang terbuka

  Perubahan pematangan seksual :

  ✓ Terjadinya menstruasi pertama /Menarche (sudah bisa terjadi kehamilan)

- **Pada anak laki-laki ditandai awal :**

  Perubahan Fisik :

  ➢ Tumbuh bulu-bulu halus pada ketiak dan kemaluan laki-laki, suara berubah, berjerawat dan kumis halus

  Perubahan Psikis :

  ➢ Merasa super atau jagoan, mau menang sendiri, dll.

  Perubahan pematangan seksual :

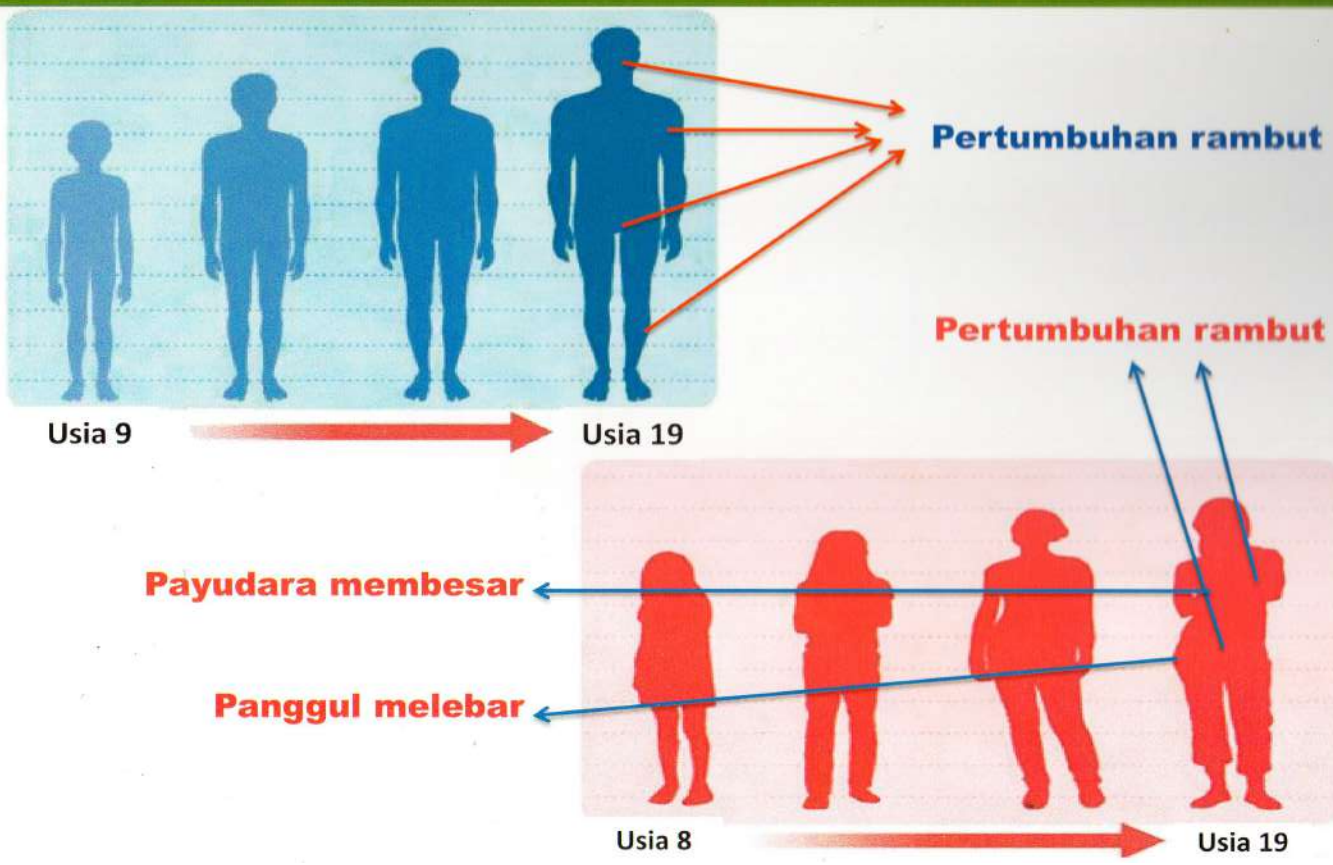
  ➢ Diawali dengan mimpi basah (sudah mulai produksi sperma)

Remaja

REMAJA

- Remaja adalah tahap tumbuh kembang manusia dimana terjadi perkembangan seksual yang cepat, yang berakhir pada kematangan reproduksi seksual berupa kemampuan reproduksi laki-laki antara usia 13-16 tahun, pada wanita 12-15 tahun.
- Masa reproduksi remaja adalah suatu kondisi sehat yang menyangkut sistem, fungsi dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja. Pada laki-laki dan perempuan yang mengalami pubertas, maka alat reproduksi sudah mulai berkembang, mulai berproses dan berfungsi.
  Artinya laki-laki sudah bisa menghamili dan perempuan sudah bisa hamil

Perubahan Fisik pada Remaja



Remaja

Perubahan yang terjadi pada anak baik pada sisi psikis maupun biologis yang dipengaruhi oleh banyak hormon dalam tubuh.

Cara kerja hormon seks menyebabkan perubahan pada remaja. Hormon estrogen dan progesteron pada perempuan dan testosteron pada laki-laki

- **Pria**
  - Pertumbuhan yang cepat terutama tinggi badan
  - Pertumbuhan rambut di sekitar ketiak, muka, dan daerah sekitar alat kelamin
  - Bahu menjadi bidang
  - Pertumbuhan alat kelamin
  - Mimpi basah
  - Perubahan Suara

- **Wanita**
  - Peningkatan tinggi badan
  - Peningkatan lebar panggul
  - Keluar cairan bening atau keputihan dari kelamin
  - Pertumbuhan rambut di kelamin, ketiak, dan kaki
  - Menstruasi

PENDEWASAAN USIA PERKAWINAN

BAGAN PERENCANAAN KELUARGA

LANJUT PENDIDIKAN

BEKERJA/BERKARYA

LANJUT PENDIDIKAN SAMBIL KERJA

Ber – KB menggunakan salah satu metode kontrasepsi

Masa menunda perkawinan dan kehamilan

Masa menjarangkan kehamilan

Masa mencegah kehamilan

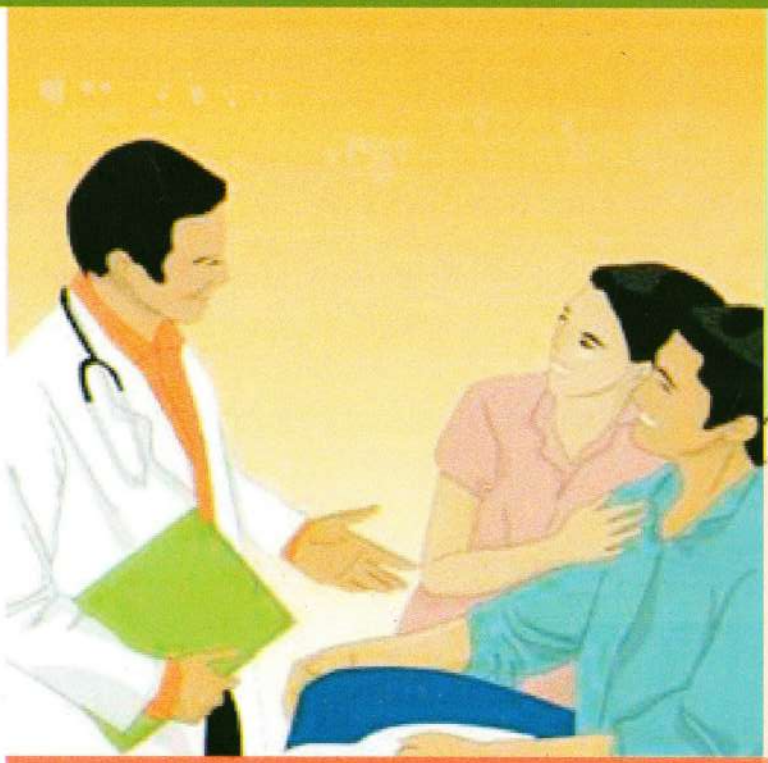
21 Tahun

35 Tahun

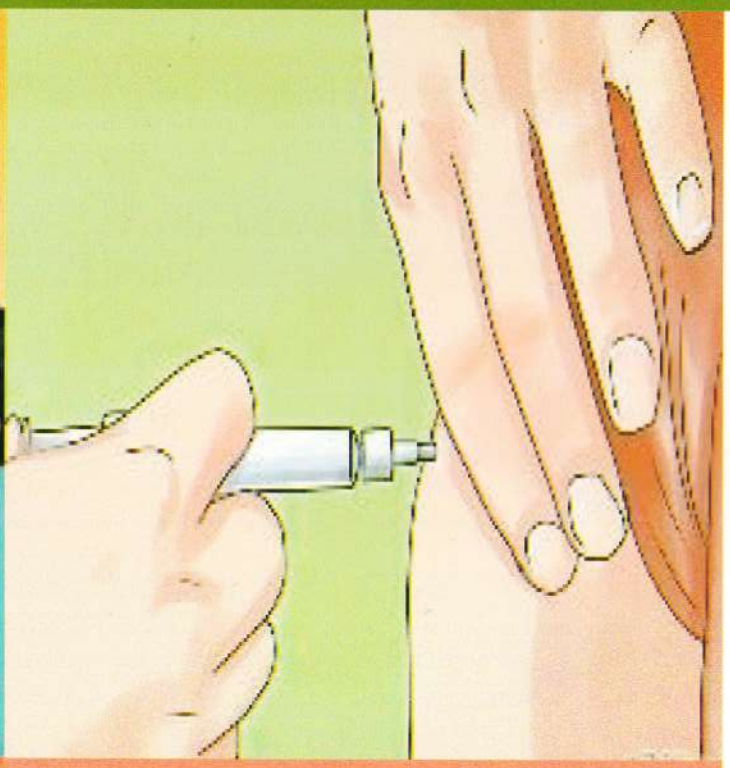
Pendewasaan Usia Perkawinan (PUP)

- Pendewasaan Usia Perkawinan (PUP) adalah upaya untuk meningkatkan usia pada perkawinan pertama, sehingga mencapai usia minimal pada saat perkawinan yaitu 21 tahun bagi wanita dan 25 tahun bagi pria.
- Mengapa PUP penting:
  - ❑ Perkawinan, jika dilakukan pada usia yang tepat, akan membawa kebahagiaan bagi keluarga dan pasangan.
  - ❑ Menikah di usia muda akan membawa banyak konsekuensi: kesehatan, pendidikan, ekonomi, dan sosial.
  - ❑ Menikah di usia muda memiliki potensi lebih besar untuk gagal (cerai)
  - ❑ Menikah di usia muda semakin meningkatkan risiko kanker leher rahim
  - ❑ Menurunkan angka kelahiran
- Apabila seseorang gagal mendewasakan usia perkawinan, maka diupayakan adanya penundaan kelahiran anak pertama sampai usia ibu 21 tahun.

Apa Saja Persiapan Pranikah?



PERSIAPAN FISIK :
CEK STATUS KESEHATAN PASANGAN



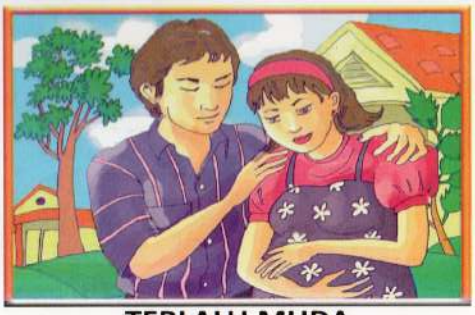
IMUNISASI TETANUS TOKSOID (TT) BAGI CALON PENGANTIN
2-6 BULAN SEBELUM PERNIKAHAN

PERSIAPAN PRANIKAH

- Persiapan Fisik
  - Pemeriksaan status kesehatan :
    - Status gizi (untuk menanggulangi kekurangan gizi dalam persiapan kehamilan)
    - Riwayat penyakit keluarga
  - Pemeriksaan laboratorium yang dianjurkan :
    - Pemeriksaan darah rutin (Hb, trombosit, leukosit)
    - Golongan darah dan rhesus
    - Gula darah
    - Thalasemia
    - Hepatitis B dan C
    - TORCH (toksoplasmosis, rubella, citomegalovirus, dan herpes simpleks)
    - Pemeriksaan urin
- Status Imunisasi TT

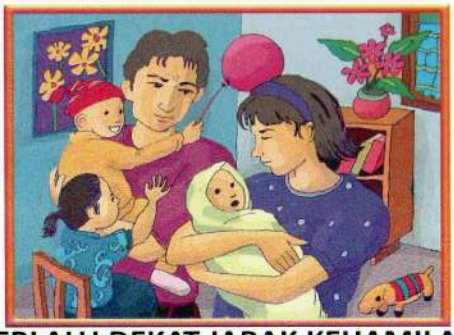
Status TT	Interval (selang waktu minimal)	Lama Perlindungan
TTI		0
TTII	4 minggu setelah TTI	3 tahun
TTIII	6 bulan setelah TT II	5 tahun
TTIV	1 tahun setelah TT III	10 tahun
TTV	1 tahun setelah TT IV	25 tahun

HINDARI 4 TERLALU



TERLALU MUDA
(Ibu hamil pertama usia < 21 Tahun)

TERLALU TUA
(Ibu hamil pertama pada usia ≥ 35 tahun)



TERLALU DEKAT JARAK KEHAMILAN
(Jarak antara kehamilan pertama dengan kehamilan berikutnya kurang dari 3 tahun)

TERLALU BANYAK ANAK
(Ibu pernah dan melahirkan lebih dari 2 kali, sesuai program BKKBN)

KELUARGA BERENCANA (KB)

Keluarga Berencana adalah upaya untuk:

- Mewujudkan keluarga berkualitas melalui promosi, perlindungan dan bantuan dalam mewujudkan hak-hak reproduksi serta menyelenggarakan pelayanan, pengaturan dan dukungan yang diperlukan untuk membentuk keluarga dengan usia kawin yang ideal. Untuk wanita berusia minimal 21 tahun dan laki-laki berusia minimal 25 tahun;
- Mengatur jumlah, jarak dan usia ideal melahirkan anak;
- Mengatur kehamilan;
- Membina ketahanan dan kesejahteraan keluarga

Infeksi Menular Seksual

- IMS merupakan singkatan dari:
  - **I = Infeksi**
  - **M = Menular**
  - **S = Seksual**

  adalah nama kelompok infeksi yang menular melalui hubungan seksual
- Segala jenis infeksi yang ditularkan melalui aktivitas seksual
- Dapat mengakibatkan gangguan pada alat reproduksi dan kehamilan

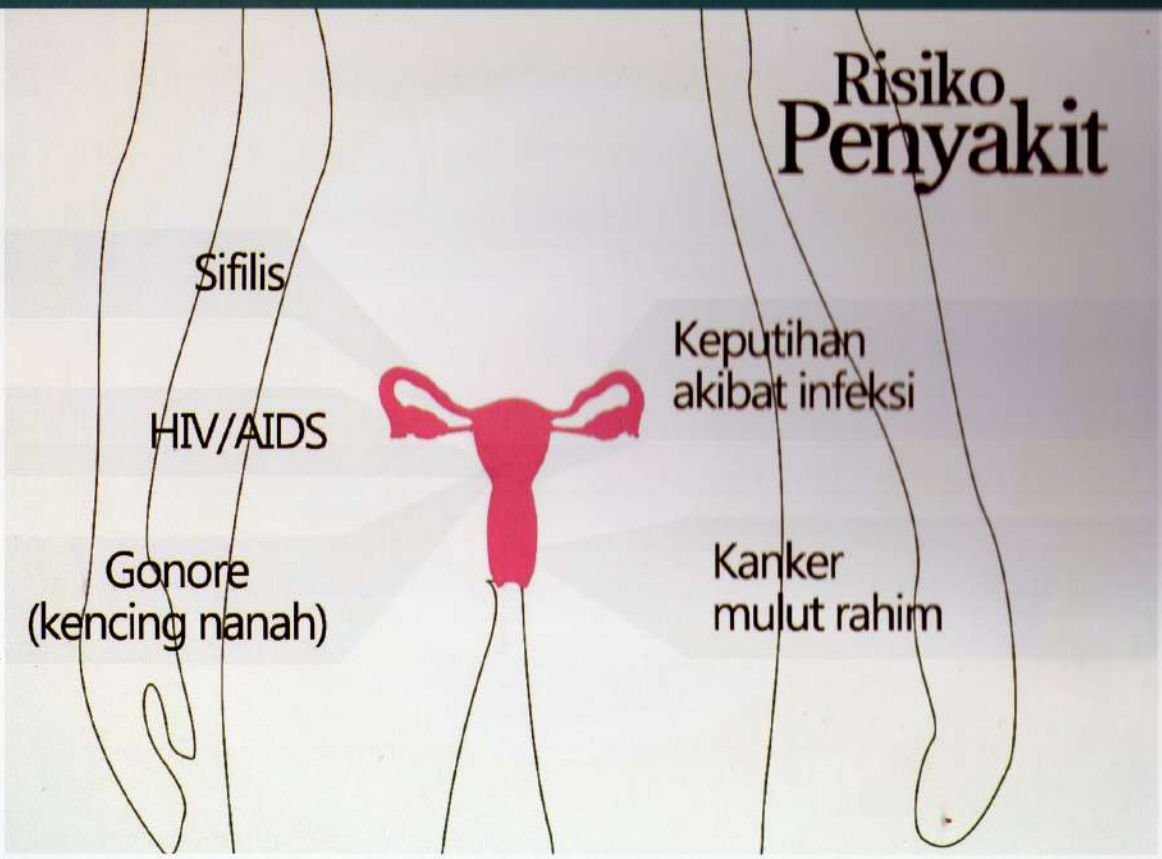
Infeksi Menular Seksual

Penyakit infeksi yang menular melalui hubungan seksual, baik itu hubungan seks vaginal (melalui vagina), anal (melalui anus) maupun oral (melalui mulut), bahkan walau hanya sekali berhubungan seks.

- Dapat menyebabkan kemandulan
- Gangguan pada kehamilan :

- Berat badan lahir rendah (BBLR)
- Kematian janin
- Kelahiran prematur,
- Infeksi kongenital/bawaan lahir,
- Infeksi perinatal/seminggu sebelum dan sesudah kelahiran,
- Gangguan perkembangan bayi,

IMS ?


Risiko
Penyakit
Sifilis
HIV/AIDS
Gonore
(kencing nanah)
Keputihan
akibat infeksi
Kanker
mulut rahim

Jenis-Jenis IMS

IMS dapat dibagi menjadi 3 golongan besar:

1. Menimbulkan keputihan atau keluarnya cairan tidak normal dari saluran kencing

Contohnya :

- Gonore (kencing nanah)
- Klamidia
- Trikomonas
- Jamur
- Infeksi

2. Menimbulkan luka atau koreng

Contohnya :

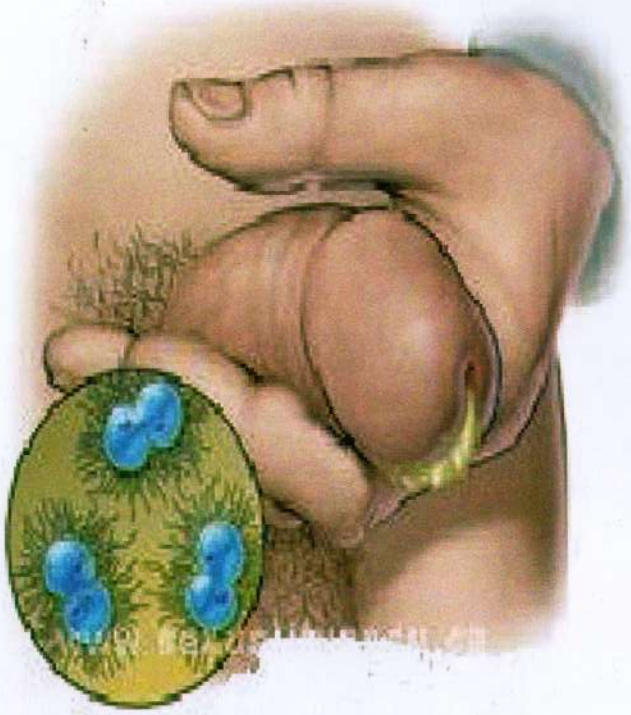
- Jengger atau kondiloma
- Limfogranuloma venereum
- Granuloma inguinale

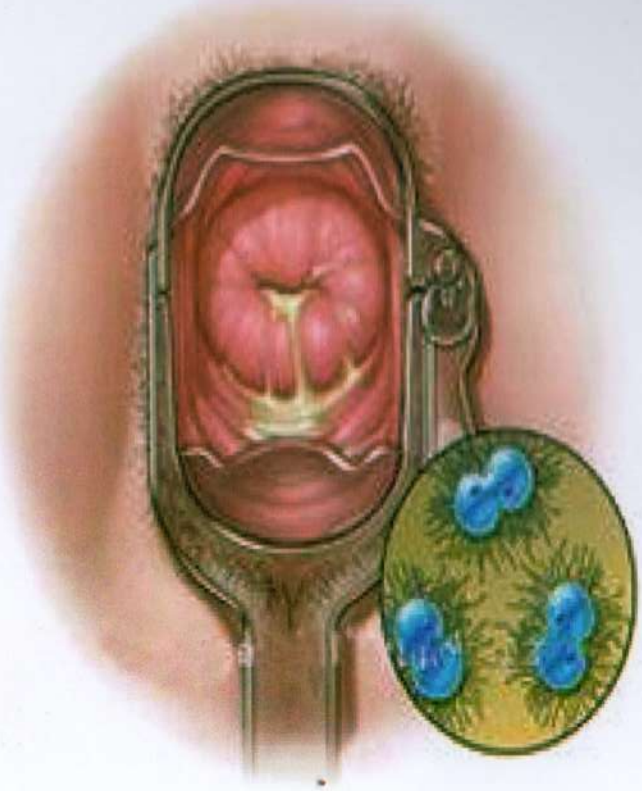
3. Berupa benjolan pada alat kelamin

Contohnya :

- Jengger atau kondiloma
- Limfogranuloma venereum
- Granuloma inguinale
- Kutil

Gonore / Kencing Nanah

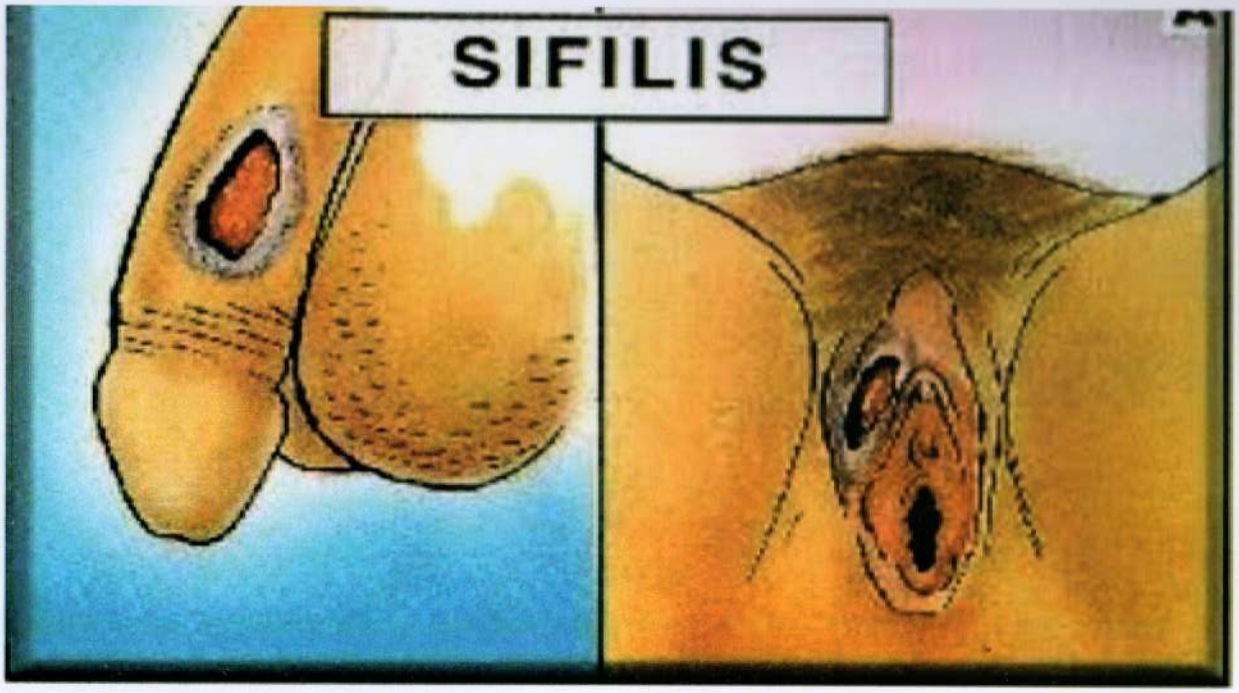




Gonore / kencing nanah

- Disebabkan bakteri *Neisseria gonorrheae*,
- **Gejala dan tanda-tandanya pada pria :**
  - Nyeri dan terasa panas saat buang air kecil
  - Keluarnya nanah dari ujung penis
  - Nyeri atau bengkak pada satu testis.
- **Gejala dan tanda-tandanya pada wanita :**
  - Terdapat keputihan (cairan vagina) kental, berwarna kekuningan
  - Rasa nyeri di rongga panggul
  - Dapat juga tanpa gejala

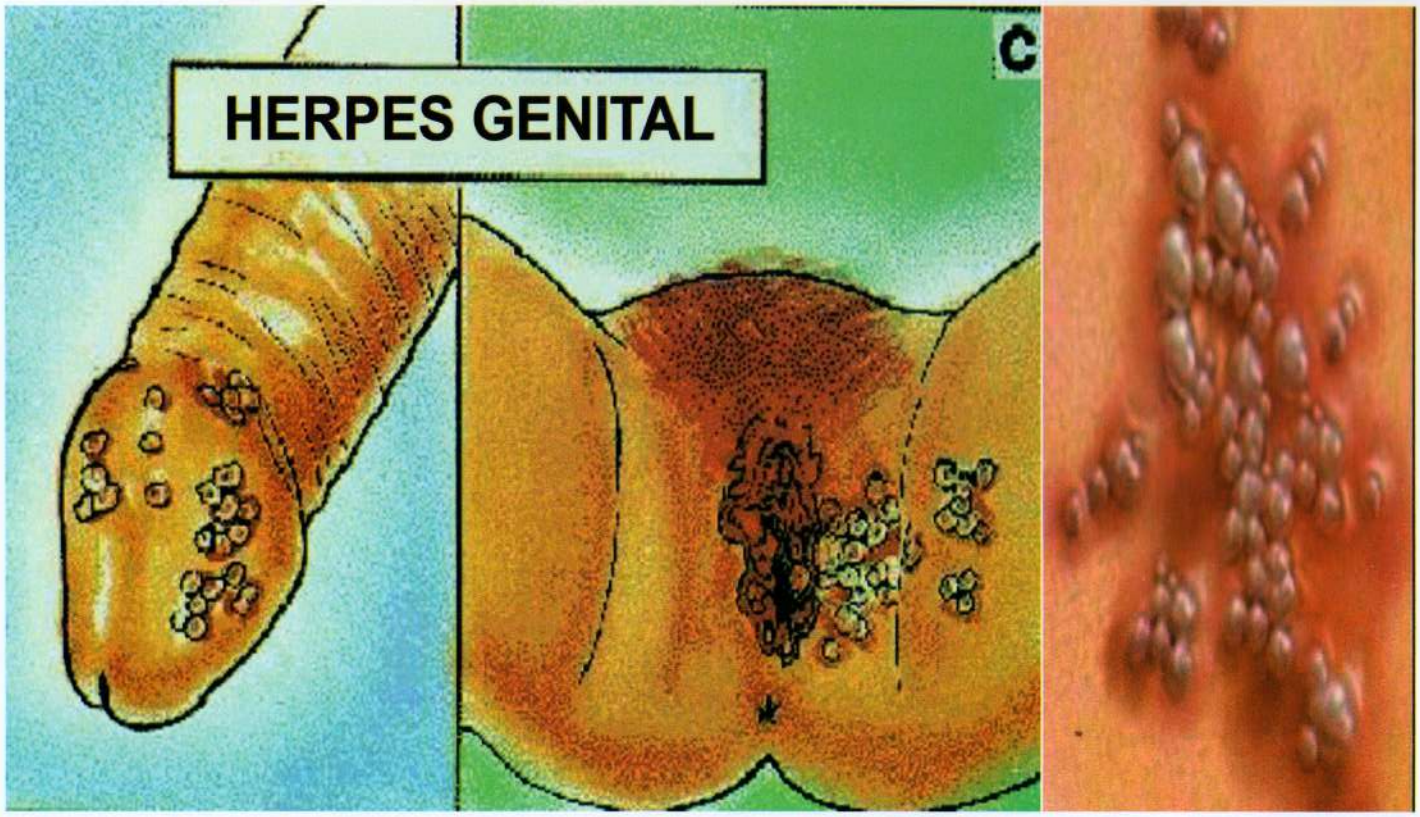
Sifilis



Sifilis

- Disebabkan kuman *Treponema pallidum*
- Gejala berupa infeksi kronis dan sistemik dengan tiga tahap :
  - Primer : Luka pada kemaluan tanpa rasa nyeri, biasanya tunggal.
  - Sekunder : Bintil/bercak merah di tubuh, masa laten tanpa gejala klinis yang jelas.
  - Tersier : Kelainan saraf, jantung, pembuluh darah dan kulit

Herpes Genitalis



Herpes Genitalis

- Disebabkan virus *Herpes simplex*
- Gejala dan tanda-tanda berupa infeksi tahap awal:
  - Bintil-bintil berkelompok seperti anggur yang sangat nyeri pada kemaluan.
  - Kemudian pecah dan meninggalkan luka yang kering mengerak, lalu hilang sendiri.
  - Gejala kambuh lagi seperti di atas namun tidak lebih nyeri pada tahap awal, bila ada faktor pencetus (stress, haid, makanan/minuman beralkohol, hubungan seks berlebihan, dan biasanya hilang timbul, dan menetap seumur hidup.

Chancroid

Chancroid pada laki – laki

Chancroid pada wanita

Chancroid

Penyebabnya adalah bakteri *Haemophilus ducreyi*

Gejala dan tanda-tandanya adalah:

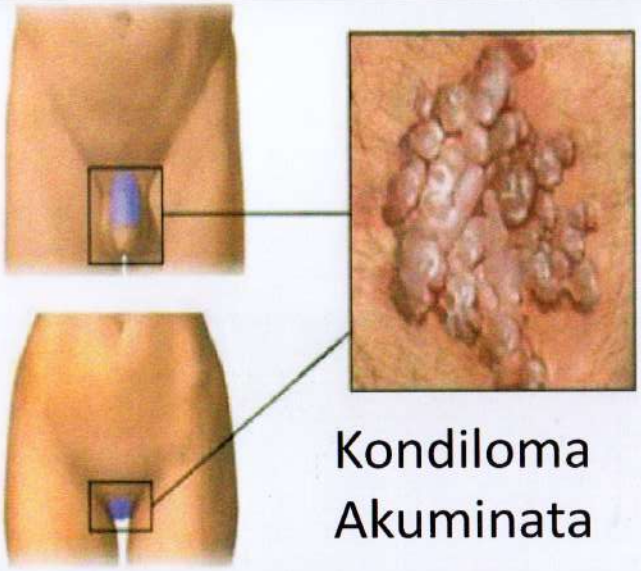
- Luka dari satu yang sangat nyeri, tanpa radang jelas.
- Benjolan di lipatan paha yang sangat sakit dan mudah pecah.

Klamidia

Klamidia

- Penyakit ini disebabkan oleh *Chlamidia trachomatis*
- Gejala keluar cairan dari vagina atau keputihan encer berwarna putih kekuningan, terasa nyeri di rongga panggul, dan perdarahan setelah hubungan seksual

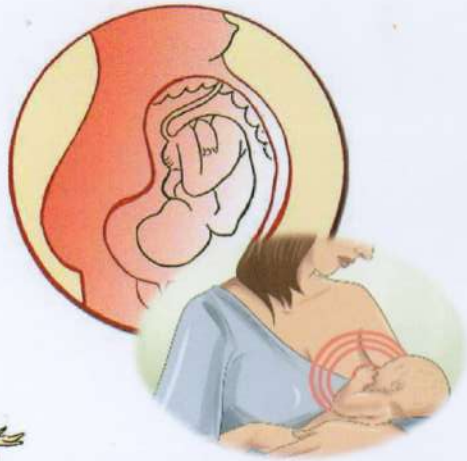
Kondiloma Akuminata (Jengger Ayam)



HIV & AIDS

- HIV (*Human Immuno deficiency Virus*) merupakan kuman / virus penyebab AIDS.
- AIDS (*Acquired Immuno Deficiency Syndrome*) adalah kumpulan gejala / penyakit akibat menurunnya kekebalan tubuh yang didapat dari infeksi HIV.

PENULARAN HIV DAN AIDS



PENULARAN HIV DAN AIDS

- Lewat cairan darah:
  - melalui transfusi darah dari orang yang HIV
  - Menggunakan secara bergantian jarum suntik/peralatan tajam yang tercemar virus HIV, misalnya alat tindik, tato atau facial muka
- Lewat cairan sperma:

  Melalui hubungan seks penetratif (penis masuk ke dalam vagina/anus) tanpa menggunakan kondom.
- Penularan dari ibu ke janin saat kehamilan :

  Penularan dapat dikurangi selama ibu mendapat terapi ARV
- Lewat Air Susu Ibu (ASI):

  Ibu dengan HIV positif dapat menyusui bayinya dengan syarat yaitu ibu mendapatkan terapi ARV, tidak ada luka di puting ibu, ASI tidak boleh digabung dengan susu formula. Konsultasikan lebih lanjut ke tenaga medis.

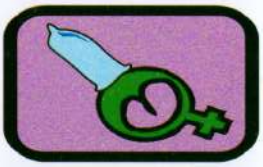
PENCEGAHAN HIV DAN AIDS

A = Abstinence

(tidak melakukan hubungan seksual sebelum menikah)

B = Be faithful

(Saling Setia pada pasangan yang sah)



C = Condom

(Gunakan kondom apabila salah satu pasangan berisiko terkena IMS atau HIV/AIDS)

D = Don't Inject !

(Hindari Pemakaian Narkoba suntik)

E = Save Equipment

(Mintalah peralatan kesehatan yang steril)

PENCEGAHAN HIV AIDS

Tidak Melakukan Hubungan Seksual

Tidak melakukan hubungan seksual sebelum menikah

Saling Setia

Masing-masing setia pada pasangan dan tidak melakukan hubungan seks dengan orang lain

Kondom

Jika ternyata tidak bisa setia, gunakan kondom secara benar setiap kali berhubungan seks dengan siapapun

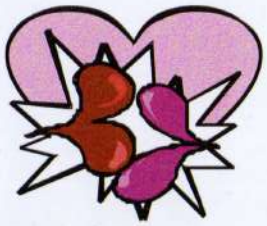
Hindari penggunaan narkoba suntik

Bergantian jarum suntik dapat menularkan HIV melalui jarum yang tercemar darah. Namun hindari NARKOBA karena hanya akan merugikan diri sendiri.

Penggunaan alat-alat yang steril

Jangan gunakan jarum, alat suntik, atau alat tindik atau tato secara bergantian.

HIV DAN AIDS TIDAK MENULAR LEWAT :



Ciuman

Pelukan

Sentuhan

WC

Nyamuk

Alat makan

Tinggal serumah

HIV DAN AIDS TIDAK MENULAR LEWAT

- melalui gigitan nyamuk
- penggunaan WC umum bersama karena HIV tidak ada di tinja maupun air seni.
- ciuman, penggunaan perlengkapan mandi secara bersama, perlengkapan makan dan air kolam renang karena HIV tidak ada di dahak dan lendir manusia
- pelukan dan bersalaman karena HIV tidak ada di keringat manusia dan air mata