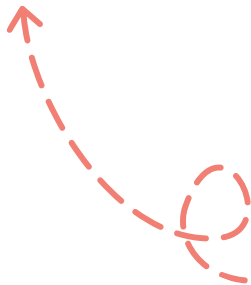


# KONSELING REMAJA

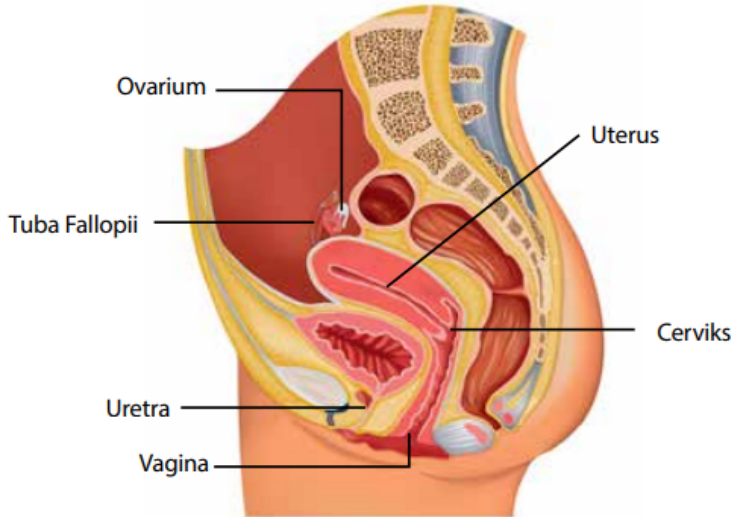
*Kesehatan Reproduksi*



**Kesehatan Reproduksi** adalah:

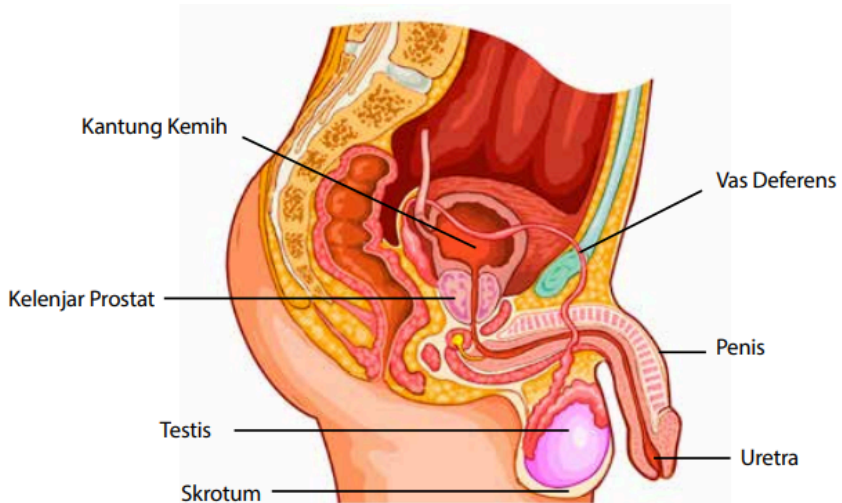
Keadaan sehat secara fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi pada remaja laki-laki dan perempuan.

# Alat Reproduksi Perempuan



	<b>BAGIAN ALAT REPRODUKSI PEREMPUAN</b>	<b>FUNGSI</b>
1	<b>Uretra:</b> sering disebut dengan saluran kemih/kencing	Mengeluarkan air seni/kencing
2	<b>Vagina:</b> saluran ber dinding otot berbentuk silinder bersifat elastis dan berlipat-lipat. Dindingnya dapat robek ketika persalinan	Saluran keluarnya darah menstruasi dan jalan lahirnya bayi. Ketika dewasa dan sudah menikah, maka vagina merupakan bagian untuk melakukan hubungan suami-istri.
3	<b>Leher rahim (serviks):</b> jaringan otot yang tebal, yang terletak di bagian bawah rahim bagian luar yang merupakan batas penis ketika masuk (penetrasi) ke dalam vagina.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Melindungi rahim dari bakteri dan benda asing dari luar</li> <li>b. Saat berhubungan suami-istri, sperma yang dikeluarkan penis akan masuk ke dalam rahim sehingga bertemu sel telur</li> <li>c. Pada saat persalinan tiba, leher rahim membuka sekitar 10 cm sehingga bayi dapat keluar</li> </ul>
4	<b>Uterus (Rahim):</b> organ yang memiliki dinding otot yang sangat tebal. Pada saat tidak hamil, besar rahim kurang lebih seukuran telur ayam	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Sebagai tempat janin tumbuh dan berindung</li> <li>b. Tempat sel telur menempel sebelum menstruasi</li> <li>c. Menyediakan makanan untuk pertumbuhan janin sampai saatnya lahir</li> </ul>
5	<b>Ovarium:</b> organ di kiri dan kanan rahim di ujung saluran fimbria dan terletak di rongga pinggul indung telur. Sebulan sekali, indung telur kiri dan kanan secara bergiliran mengeluarkan sel telur.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Menghasilkan sel telur (ovum)</li> <li>b. Menghasilkan hormon estrogen (mengatur siklus menstruasi), progesterone (mempersiapkan rahim sebagai tempat tumbuhnya janin)</li> </ul>
6	<b>Tuba Fallopi / saluran telur:</b> saluran di kiri dan kanan rahim yang dilalui oleh ovum (sel telur) dari indung telur (ovarium) menuju rahim. Ujungnya berbentuk tonjolan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Tempat berjalannya sel telur setelah keluar dari ovarium</li> <li>b. Tempat pembuahan atau bertemunya sel telur dengan sperma</li> <li>c. Menangkap ovum yang dilepas indung telur</li> </ul>

# Alat Reproduksi Laki-laki



<b>BAGIAN ALAT REPRODUKSI LAKI-LAKI</b>	<b>FUNGSI</b>
1 <b>Testis (buah zakar atau pelir):</b> Terdapat dua buah dan berada di luar rongga panggul karena pertumbuhan sperma membutuhkan suhu yang lebih rendah daripada suhu tubuh	a. Menghasilkan sperma b. Menghasilkan hormon testosteron
2 <b>Uretra (lubang penis)</b>	a. Saluran keluarnya air seni/kencing b. Saluran keluarnya cairan semen yang mengandung sperma
3 <b>Penis:</b> terdiri dari jaringan erektil, dimana dapat membesar ketika mendapat rangsangan	a. Alat untuk melakukan hubungan suami-istri setelah menikah b. Saluran untuk mengeluarkan sperma dan air seni/kencing
4 <b>Vas deferens / saluran sperma</b>	Saluran yang menyalurkan sperma dari testis ke prostat, dari prostat sel sperma akan didorong oleh cairan putih kental (air mani/ semen) agar dapat berenang lebih cepat melalui saluran menuju penis
5 <b>Kelenjar prostat</b>	Menghasilkan air mani (cairan semen)
6 <b>Kantung kemih</b>	Tempat penampungan sementara air yang berasal dari ginjal (air seni)
7 <b>Skrotum/kantung kulit</b>	Kantung kulit yang melindungi testis, berwarna gelap dan berlipat lipat.

## *Cara Menjaga Kesehatan Organ Reproduksi*



- Mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari
- Membersihkan setelah buang air
- Tidak menggunakan air kotor untuk membersihkan
- Dianjurkan untuk mencukur rambut kemaluan secara berkala
- Menghindari celana dalam yang terlalu ketat
- Menjaga agar daerah organ reproduksi tidak terlalu lembab atau basah
- Pakai handuk yang lembut, kering, bersih, dan tidak berbau atau lembab
- Bagi Perempuan: sesudah buang air kecil membersihkan alat kelamin sebaiknya dari arah depan ke belakang agar kuman dan bakteri yang terdapat di anus tidak masuk ke organ reproduksi.
- Mengganti pembalut minimal 2x sehari ketika menstruasi.
- Tidak melakukan hubungan seksual sebelum matang secara reproduksi dan secara mental

# PUBERTAS



Menstruasi adalah tanda terakhir dari pubertas, umumnya terjadi antara 2-3 tahun sejak tanda pubertas yang pertama seperti tumbuhnya payudara (terjadi antara usia 10-16 tahun). Menstruasi adalah luruhnya dinding rahim yang telah menebal karena sel telur yang tidak dibuahi. Siklus menstruasi secara umum adalah antara 21-35 hari sekali dan berlangsung selama 2-7 hari.

Mimpi basah adalah peristiwa keluarnya sperma (spermatozoa) saat tidur, sering terjadi pada saat mimpi tentang seks. Mimpi basah sebetulnya merupakan salah satu cara alami berejakulasi (tubuh mengeluarkan sperma). Namun, mimpi basah TIDAK harus dialami. Jika tidak pernah mengalami mimpi basah bukan berarti tidak mengalami pubertas. Mimpi basah akan menghilang seiring bertambahnya usia.

# **MASALAH KESEHATAN REPRODUKSI**

Infeksi  
Menular  
Seksual (IMS)

Kehamilan  
yang tidak  
diinginkan

HIV AIDS

## ***Infeksi Menular Seks***

IMS adalah infeksi yang menular terutama lewat hubungan seksual dengan pasangan yang sudah tertular. IMS banyak dikenal sebagai penyakit kelamin, namun itu hanya menunjuk pada penyakit yang ada di kelamin. Istilah infeksi menular seksual lebih luas maknanya, karena menunjuk pada cara penularannya. Gejala IMS juga dapat terjadi pada alat penglihatan, mulut, saluran pencernaan, hati, otak dan bagian tubuh lainnya.



**Penyakit Kencing  
Nanah/Gonore  
Wanita**

**Penyakit Kencing  
Nanah/Gonore  
Pria**

# *Gejala*

- Gatal
- Panas
- Keluar nanah kuning
- Nyeri waktu ereksi
- Kadang keluar darah
- Pada wanita jarang menimbulkan gejala



**Herpes genital  
feminino**



**Herpes genital  
masculino**

# *Gejala*

- Rasa terbakar dan gatal
- Rasa nyeri
- Muncul luka-luka
- Timbul demam, nyeri otot
- Infeksi berulang

# Sifilis



# *Gejala*

- Mengalami 5 fase
- Luka di kelamin
- Bercak merah di badan
- Kadang tidak ada gejala

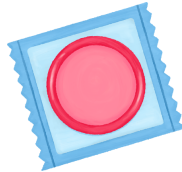
# Kutil Kelamin



## *Gejala*

- Benjolan/tonjolan bentuknya beraturan/tidak beraturan
- Bisa pada vagina luar/dalam, penis
- Tidak bisa sembuh
- Disebabkan oleh virus

# HIV AIDS



HIV atau Human Immunodeficiency Virus adalah virus yang menyerang sel darah putih (limfosit) di dalam tubuh yang mengakibatkan turunnya kekebalan tubuh manusia.

AIDS atau Acquired Immune Deficiency Syndrome adalah sekumpulan gejala penyakit yang timbul karena turunnya kekebalan tubuh.

### Penularan HIV AIDS

1. Berbagi jarum suntik
2. Transfusi darah dengan penyintas HIV AIDS
3. Seks bebas
4. Diturunkan dari ibu ke anak

# *Kehamilan Tidak Diinginkan*



## Risiko kehamilan tidak diinginkan

### Ibu:

- Risiko keguguran, anemia, tekanan darah tinggi (pre-eklamsia) yang dapat berkembang menjadi eklamsia atau kejang-kejang, hingga kematian.
- Gangguan pertumbuhan pada ibu remaja dan komplikasi melahirkan akibat organ tubuh yang belum berkembang optimal, seperti panggul yang kecil.
- Masalah psikologis seperti stres, kecemasan, depresi, hingga risiko bunuh diri.
- Risiko yang dihadapi meliputi putus sekolah, sulit mendapatkan pekerjaan, penelantaran, dikucilkan oleh masyarakat, stigma, perundungan (bullying), kehilangan masa bermain dengan teman sebaya, serta dampak ekonomi akibat terbatasnya kesempatan kerja.

### Bayi:

- Tekanan darah tinggi (pre-eklamsia) pada ibu dapat menyebabkan eklamsia yang berujung pada kematian bayi.
- Risiko lahir dengan berat badan rendah (BBLR), prematur, kekurangan gizi, gangguan pertumbuhan, hingga stunting.
- Risiko penelantaran karena orang tua yang belum siap dan tidak mampu memberikan pengasuhan optimal.

## 12 HAK KESEHATAN REPRODUKSI

Hak untuk hidup.

Hak atas kebebasan dan keamanan

Hak atas kesetaraan dan bebas atas segala bentuk diskriminasi

Hak atas kerahasiaan pribadi

Hak untuk kebebasan berpikir

Hak untuk mendapatkan informasi dan Pendidikan

Hak memilih bentuk keluarga dan hak untuk membangun dan merencanakan keluarga

Hak untuk memutuskan kapan dan akankah mempunyai anak

Hak mendapatkan pelayanan dan perlindungan

Hak mendapatkan hasil dari kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi

Hak atas kebebasan berkumpul

Hak untuk bebas dari penganiayaan dan perlakuan buruk

### **Hak untuk hidup**

Merupakan hak paling mendasar bagi manusia dan berarti juga bahwa setiap individu harus dibebaskan dari risiko kematian.

### **Hak atas kebebasan dan keamanan**

Remaja berhak mengatur kehidupan reproduksi dan seksualnya sehingga tidak seorang pun dapat memaksakan untuk menjalani sunat, hamil, menggunakan KB dan melakukan sterilisasi tanpa persetujuan.

### **Hak atas kesetaraan dan bebas atas segala bentuk diskriminasi**

Remaja berhak bebas dari segala bentuk diskriminasi dalam mengakses layanan kesehatan

### **Hak atas kerahasiaan pribadi**

Remaja berhak untuk menentukan pilihan terhadap layanan kesehatan reproduksi dan dilakukan dengan menghormati kerahasiaan.

### **Hak untuk kebebasan berpikir**

Remaja berhak berpendapat, terbebas dari penafsiran ajaran yang sempit, kepercayaan, tradisi, mitos.

### **Hak untuk mendapatkan informasi dan pendidikan**

Remaja berhak untuk mendapatkan informasi yang menyeluruh mengenai kesehatan reproduksi, seperti tentang pubertas, mengenal tubuh, hubungan dengan orang lain, seksualitas, perilaku seksual, Infeksi Menular Seksual (IMS), dan HIV

### **Hak memilih bentuk keluarga dan hak untuk membangun dan merencanakan keluarga**

Remaja berhak merencanakan, membangun, dan memilih bentuk keluarga. Perkawinan anak juga melanggar ketentuan UU Perlindungan Anak.

### **Hak untuk memutuskan kapan dan akankah mempunyai anak**

Tidak seorang pun boleh memaksa perempuan dan remaja perempuan untuk hamil dan mempunyai anak.

### **Hak mendapatkan pelayanan dan perlindungan**

Remaja berhak mendapatkan pelayanan kesehatan yang menjamin kerahasiaan, terjangkau, dapat diakses, berkualitas dan menghargai klien, baik dalam kondisi sehat, sakit ataupun sebagai korban kekerasan seksual.

### **Hak mendapatkan hasil dari kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi**

Remaja berhak mendapatkan pelayanan kesehatan reproduksi yang terbaru, aman, dan dapat diterima.

### **Hak atas kebebasan berkumpul**

Remaja berhak membentuk organisasi yang khusus memperjuangkan agar semua remaja mendapatkan pendidikan kesehatan reproduksi.

### **Hak untuk bebas dari penganiayaan dan perlakuan buruk**

Remaja mendapatkan perlindungan dari negara untuk terbebas dari eksploitasi, pelecehan, perkosaan, dan kekerasan seksual.

# REFERENSI

---

- Modul Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja, Kemenkes, 2022