

MODUL EDUKASI KESIAPAN BERKELUARGA



KELUARGA SEHAT DAN BAHAGIA BERAWAL DARI KESEHATAN REPRODUKSI



SERI EDUKASI KESIAPAN BERKELUARGA MODUL 4

KELUARGA SEHAT DAN BAHAGIA BERAWAL DARI KESEHATAN REPRODUKSI

Pelindung :

Dr. Ir. Dwi Listyawardani, M.Sc, Dip. Com

Penanggung Jawab :

Ir. Hj. Mila Rahmawati, M.S

Penulis :

Tin Herawati

Fika Hardini Lestari

Editor :

Sofyan Zakaria

Rose Amalia

Ade Isyanah

Meta Arfasari

Miptah Abdurrojak Romli

Sri Mardaleni

Layout & Desain :

Fika Hardini Lestari

Freepik.com

NO ISBN : 978-602-316-266-6

Cetakan Pertama Tahun 2020

Modul dapat diperbanyak oleh pihak lain dengan seizin penerbit, Direktorat Kerjasama Pendidikan Kependudukan – BKKBN

Diterbitkan oleh :

Direktorat Kerjasama Pendidikan Kependudukan – BKKBN

Jl. Permata No.1, Halim Perdanakusumah, Jakarta Timur 13650

Telp. 021-8009029 / 8009045 ext.711,

Email : ditpenduk@bkkbn.go.id atau ditpenduk711@gmail.com

DAFTAR ISI

Apa Itu Kesehatan Reproduksi ?	1
Kesehatan Reproduksi Remaja.....	6
Memperkenalkan Anak Pada Pendidikan Seks	8
Mengapa Penting Menjaga Kesehatan Reproduksi ?	20
Cara Menjaga Kesehatan Reproduksi ?	22
Bagaimana Jika Tidak Menjaga Kesehatan Reproduksi ?..	24
Mengapa Menjaga Kesehatan Reproduksi Bisa Mewujudkan Keluarga Sehat Dan Bahagia ?.....	27

APA ITU KESEHATAN REPRODUKSI ?



TAHUKAH KAMU ?

Kesehatan reproduksi tidak hanya tentang hubungan seksual saja, tetapi juga kesehatan fisik, mental, dan sosial saja.

✓ **International Conference on Population and Development (ICPD) di Kairo pada tahun 1994 :**

Kesehatan Reproduksi adalah keadaan sempurna fisik, mental, dan tidak ada penyakit atau kelemahan dalam segala hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi.

✓ **PP No. 61 Tahun 2014:**

Kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata – mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan fungsi dan proses reproduksi.

Ruang Lingkup Kesehatan Reproduksi:

- ✓ Kesehatan Ibu dan Anak
- ✓ Keluarga Berencana
- ✓ Kesehatan Reproduksi Remaja
- ✓ Kesehatan Reproduksi Lansia
- ✓ Infeksi Menular Seksual (IMS)
- ✓ Penyakit yang berhubungan dengan organ reproduksi
- ✓ Kekerasan terhadap anak dan perempuan

Menurut PP No. 61 tahun 2014 :

Tujuan pengaturan kesehatan reproduksi adalah menjamin pemenuhan hak kesehatan reproduksi setiap orang yang diperoleh melalui pelayanan kesehatan yang bermutu, aman, dan dapat dipertanggungjawabkan dan menjamin kesehatan ibu dalam usia reproduksi agar mampu melahirkan generasi yang sehat dan berkualitas serta mengurangi angka kematian ibu.



12 HAK REPRODUKSI (ICPD, 1994)

1. **Hak untuk hidup**
Hak untuk bebas dari risiko kematian karena kehamilan, infeksi menular seksual (IMS) dan HIV & AIDS
2. **Hak atas kemerdekaan dan keamanan**
Individu berhak untuk menikmati dan mengatur kehidupan seksual dan reproduksi. Kita juga punya hak untuk tidak dipaksa sama siapapun untuk hamil, sterilisasi dan aborsi.
3. **Hak atas kesetaraan dan bebas dari segala bentuk diskriminasi**
Hak untuk bebas dari segala bentuk perbedaan, termasuk dalam kehidupan seksual dan reproduksi.
4. **Hak atas kerahasiaan pribadi**
Kita punya hak untuk dapat pelayanan kesehatan seksual dan reproduksi. Serta, pemberi layanan harus menghormati kerahasiaan pribadi kita.
5. **Hak atas kebebasan berfikir**
Bebas dari penafsiran ajaran agama yang sempit, kepercayaan dan tradisi yang ngebatasin kemerdekaan kita untuk berfikir yentang kesehatan seksual dan reproduksi.
6. **Hak mendapat informasi dan pendidikan**
Hak untuk mendapatkan informasi yang lengkap tentang kesehatan seksual dan reproduksi. Informasinya harus mudah dimengerti dan membuat kita merasa nyaman akan diri kita, tubuh kita dan seksualitas kita. Informasi

yang kita terima harus bisa menjamin untuk membuat keputusan sendiri dan tidak membuat kita merasa di hakimi.

7. **Hak untuk menikah atau tidak menikah serta membentuk dan merencanakan keluarga**

Memiliki kebebasan untuk memilih tanpa paksaan apalagi ancaman dari siapapun untuk menikah dengan pasangan kita atau memilih untuk tidak menikah.

8. **Hak untuk memutuskan mempunyai atau tidak dan kapan waktu memiliki anak**

Kebebasan untuk memilih dan memutuskan ingin mempunyai anak atau tidak dan kapan waktunya. Tidak boleh ada yang memaksa perempuan untuk punya anak atau menggugurkan kandungannya.

9. **Hak atas pelayanan dan perlindungan kesehatan**

Hak untuk mendapatkan pelayanan kesehatan reproduksi dan seksual yang tersedia termasuk alat kontrasepsi. Pusat pelayanan harus membuat kita merasa aman dan nyaman.

10. **Hak untuk mendapat manfaat dari kemajuan ilmu pengetahuan**

Kita punya hak untuk dapat pelayanan kesehatan reproduksi dengan teknologi mutakhir yang aman dan dapat diterima.

11. **Hak atas kebebasan berkumpul dan berpartisipasi dalam politik**

Hak untuk membuat dan mengemukakan pandangan kita sendiri tentang isu kesehatan reproduksi dan seksual. Pandangan kita itu harus dipertimbangkan

secara serius oleh pemerintah dan pihak-pihak terkait. Kita juga punya hak untuk mengadakan acara pertemuan atau diskusi tentang isu-isu kesehatan reproduksi dan seksual.

12. Hak untuk bebas dari penganiayaan dan perlakuan buruk

Hak untuk bilang tidak saat diminta melakukan hubungan seksual atau kegiatan apapun yang tidak kita inginkan, seperti disentuh atau dipaksa menyentuh orang lain. Termasuk hak-hak perlindungan anak dari perdagangan, eksploitasi dan penganiayaan seksual. Kita juga punya hak untuk melindungi dari perkosaan, kekerasan, penyiksaan dan pelecehan seksual.

Mengenal dan memahami hak reproduksi sangatlah penting agar kita dapat **melindungi, memperjuangkan dan membela hak seksual dan reproduksi** diri sendiri maupun orang lain dari berbagai tindak kekerasan dan serangan terhadap hak reproduksi kita.



KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA



Kesehatan reproduksi remaja itu apa sih ?

Kesehatan reproduksi remaja adalah **kondisi sehat yang menyangkut sistem, fungsi, dan proses reproduksi.**

Sehat yang dimaksud tidak hanya **bebas penyakit saja tetapi juga sehat secara fisik, mental maupun sosial.**

Memiliki pengetahuan yang tepat terhadap proses reproduksi, serta cara menjaga kesehatannya, diharapkan mampu membuat remaja lebih bertanggung jawab. Terutama mengenai proses reproduksi, dan dapat berpikir ulang sebelum melakukan hal yang dapat merugikan dirinya.

Dalam kesehatan reproduksi remaja juga wajib mengetahui perilaku beresiko seperti seks pranikah, pernikahan dini, penyakit seksual serta menghindari kekerasan seksual yang mungkin terjadi.



FAKTA REMAJA DAN KESEHATAN REPRODUKSI



Banyak remaja yang takut membicarakan masalah kesehatan reproduksi dengan orangtua karena malu, takut dimarahi, atau dihukum.



50,3 % remaja mengakses materi pornografi bersama dengan teman sebaya



7 % wanita umur 15 – 19 tahun sudah pernah melahirkan.



65% remaja di Indonesia mengalami keputihan akibat kurang menjaga kesehatan organ reproduksi

MENGENALKAN PENDIDIKAN SEKS DALAM KELUARGA

Membahas tentang pendidikan kesehatan reproduksi atau dikenal dengan pendidikan seks bagi sebagian orang tua adalah hal yang tidak wajar karena membicarakan seputar seks yang seakan – akan mengajak anak untuk melakukan aktivitas seksual. Padahal seks dan aktivitas seksual adalah hal yang berbeda.

Pendidikan seks yang efektif dan maksimal dapat mewujudkan kesehatan mental pada remaja.

Pemahaman yang baik tentang pendidikan seks sejak dini akan memberikan peluang remaja tidak melakukan perilaku penyimpangan seksual (Homoseksual, lesbianisme). Penyimpangan seksual merupakan salah satu bentuk dari kesehatan mental yang tidak baik.

Prilaku seksual menyimpang inilah yang dikhawatirkan apabila remaja tidak mendapatkan pemahaman tentang pendidikan seks sejak dini. Homoseksual, lesbianisme, mesochisme, sadisme, exhibitio.

Pendidikan kesehatan reproduksi atau pendidikan seks dalam keluarga dapat diberikan dalam bentuk pemberlakuan aturan-aturan tertentu dalam keluarga dan harus disertai bimbingan orangtua melalui pembekalan pengetahuan agama, kesusilaan dan tatakrama agar tidak terjadi penyalahgunaan organ reproduksi.

Pengetahuan agama dibekali untuk menghindari kemungkinan-kemungkinan ke arah penyelewengan seksualitas. Pendidikan agama yang diberikan antara lain berupa **melaksanakan ibadah dan ketentuan-ketentuan ajaran agama masing-masing**. Semua agama melarang terhadap seks bebas dan perilaku penyimpangan seksual.

Pendidikan kesusilaan diberikan melalui **cara berpakaian yang sopan, menutup aurat atau tidak menonjolkan lekuk-lekuk tubuh** yang dapat memancing birahi laki-laki, tidak menggunakan pakain yang tipis atau transparan.

Dalam hal **tata krama**, anak-anak diajarkan berperilaku sesuai dengan tuntutan sosial seperti **sopan-santun dan tidak mengucapkan kata-kata yang berkonotasi negatif**.

Keluarga menetapkan aturan-aturan tertentu yang harus dilaksanakan oleh anak-anaknya, seperti **menentukan jam-jam keluar rumah, mengawasi dengan siapa-siapa saja anak-anak mereka bergaul**, tempat-tempat mana saja yang biasa anak-anak kunjungi untuk bergaul atau mencari hiburan.

Pendidikan seks harus disampaikan secara benar tetapi mudah dimengerti oleh anak **sesuai dengan tingkat umurnya**.

Nah, Sebelum membahas lebih jauh mengenai pendidikan seks, yuk kenali dan pahami terlebih dahulu perbedaan antara seks dan seksualitas serta apa itu pendidikan seks.

Seks : Perbedaan jenis kelamin (**laki – laki dan perempuan**) yang bersifat biologis, pemberian Tuhan (kodrat) serta bersifat kaku dan tidak dapat dipertukarkan.

Seksualitas : berkaitan dengan aktivitas yang meliputi **seks, identitas dan peran gender, orientasi seksual, keintiman, dan reproduksi**. Seksualitas di ekspresikan dalam **pikiran, fantasi, sikap, perilaku dan hubungan**. Cara seseorang mengekspresikan seksualitas dipengaruhi oleh **keluarga, budaya, masyarakat, agama, dan kepercayaan yang dianut**.



Lalu, pendidikan seks itu sebenarnya apa sih ?

Pendidikan seks adalah upaya pengajaran, penyadaran, dan pemberian informasi tentang masalah seksual untuk menghindari anak mendapatkan informasi yang keliru tentang seks, aktivitas seksual, serta kesehatan reproduksi yang menjadi tanggung jawabnya.



Siapa yang wajib memberikan pendidikan seks ?

Di zaman yang serba canggih ini internet banyak di jadikan sumber informasi bagi siapapun, namun untuk urusan pendidikan seks **Orangtua lah yang memiliki peran penting dalam memberikan pendidikan seks** kepada anak. Jangan sampai anak mencari informasi tanpa di dampingi orang tua yang malah mengakibatkan terpapar pornografi



Kapan waktu yang tepat untuk mengajarkan anak pendidikan seks ?

Pendidikan seks harus **diajarkan sejak dini** serta materi dan metode yang diberikan harus sesuai dengan usia anak. Simak tips berikut ya !



Anak Usia 1-2 Tahun

Kenalkan Anggota Tubuh



- Menyebutkan dan mengenalkan anggota tubuh pada anak usia ini merupakan langkah awal pendidikan seks
- Mulai tunjukkan perbedaan anak laki-laki dan perempuan. Anak laki-laki memiliki penis, anak perempuan memiliki vagina
- Mulai membicarakan tentang fungsi bagian tubuh, misalnya urine keluar melalui penis atau vagina, kotoran keluar melalui anus

Gunakan Bahasa Sebenarnya



- Sebutkan anggota tubuh dengan kata yang benar seperti vagina untuk alat kelamin perempuan dan penis untuk alat kelamin laki-laki.

Ajarkan Cara Menjaga Diri



- Orangtua harus menegaskan bahwa bagian leher sampai ke lutut merupakan area vital yang hanya boleh di pegang oleh anak, ibu, atau ayah. Ajarkan dan latih anak menutup pintu saat berada di dalam kamar mandi ataupun jika sedang mengganti pakaian.



- Jika anak suka telanjang, mulai dikenalkan batasan-batasan tentang ketelanjangan, jelaskan bahwa ada waktu dan tempat untuk telanjang dan telanjang tidak diperbolehkan di taman umum.

Meskipun masih bayi - balita mengajarkan pendidikan seks pada anak akan membuat mereka **paham, ingat dan mengerti tentang anggota tubuhnya** meski belum bisa berbicara



Anak Usia 6- 9 Tahun

Mengetahui Batas Privasi



- Pada usia ini anak harus diajarkan hal – hal mendasar tentang privasi dan batasan penggunaan pakaian di tempat umum
- Tidak boleh memeluk atau menyentuh orang lain tanpa izin, terutama apabila orang tersebut tidak menginginkannya.



- Menjelaskan beberapa bagian tubuh bersifat pribadi dan tidak untuk diperlihatkan kepada banyak orang
- Mulai diajarkan untuk menutup pintu kamar mandi jika sedang mandi, buang air besar dan kecil, dan biasakan mengetuk pintu kamar mandi jika posisi pintu tertutup
- Anak mulai diajari untuk bisa melakukan penolakan jika bagian tubuhnya di sentuh oleh sembarang orang

Batasan Penggunaan Media Sosial



- Beri pemahaman dan aturan seputar resiko bahaya mengunggah foto pribadi dan berkenalan dengan orang asing di media sosial.

Pengenalan Fase Pubertas

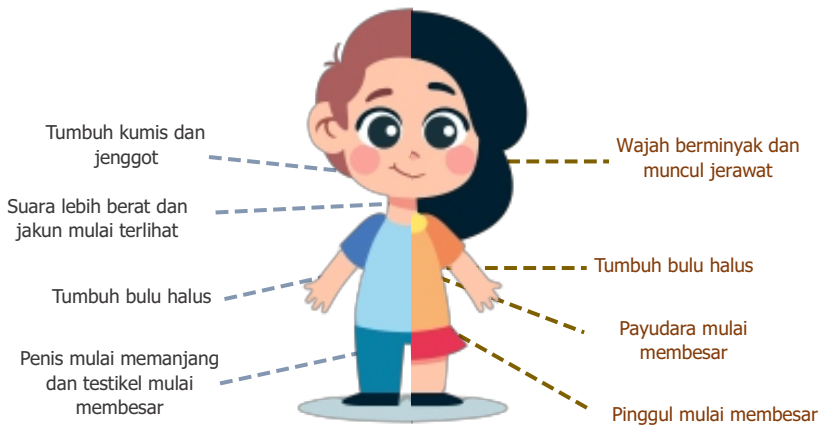


- Beberapa anak pada fase usia ini sudah mengalami tanda – tanda pubertas, mulai bekal anak tentang perubahan yang akan mereka alami menjelang pubertas. Ceritakan juga pengalaman yang pernah kita lalui

PUBERTAS

Pubertas : masa transisi dari masa anak – anak ke masa dewasa yang ditandai dengan munculnya perubahan hormon, fisik, psikologis, dan sosial.

Tanda – tanda pubertas :



Tips saat menghadapi tanda pubertas :

- ☑ Istirahat yang cukup (6-8 jam/hari)
- ☑ Konsumsi air mineral (laki – laki 3,3 L/hari ; perempuan 2,3 L/hari)
- ☑ Rajin mencuci muka
- ☑ Olahraga 20 – 60 menit/hari
- ☒ Hindari minuman berenergi, soda, dan yang memiliki kadar gula tinggi
- ☒ Hindari makan – makanan berlemak tinggi dan *junk food*
- ☒ Hindari merokok dan minum alkohol

Anak Usia 10 - 12 Tahun

Perubahan Bentuk Tubuh Saat Pubertas



- Jelaskan kepada anak tentang perubahan tubuh yang terjadi fase pubertas seperti perubahan suara, perkembangan alat kelamin, tumbuhnya bulu – bulu halus, dan lain – lain.

Menstruasi dan Mimpi Basah



- Pada usia ini anak perempuan bersiap-siap untuk menghadapi menstruasi pertama dan anak laki-laki mengalami mimpi basah
- Orangtua harus membekali anak-anak pengertian tentang menstruasi (pada perempuan) dan mimpi basah (pada laki - laki) yang menandai kesuburan seseorang
- Orangtua mulai memberikan informasi tentang kehamilan dan cara mencegah kehamilan
- Orangtua mulai memberikan informasi tentang alat-alat kontrasepsi, cara dan waktu penggunaanya
- Anak perlu di bekali pemahaman pentingnya menjaga dirinya ketika bermain ataupun bergaul dengan teman - temannya.

Hargai Diri Sendiri



- Pada usia ini **anak mulai memiliki dunianya sendiri** dan menganggap **teman adalah sumber kebahagiaan dan untuk menjadi keren** harus mengikuti saran teman dibandingkan saran orang tua. Sehingga sangat penting bagi orang tua **membekali anak dengan konsep menghargai diri sendiri**
- Anak mulai tertarik pada lawan jenis maka orang tua mulai memberikan penjelasan tentang cinta, pacaran dan dampak melakukan aktivitas seksual

Anak Usia 13 - 21 Tahun

Orangtua = Teman Diskusi



- Jadilah teman diskusi dan sumber informasi anak dalam berbagai hal termasuk tentang ketertarikan anak pada lawan jenis ataupun aktivitas seksual

Berdiskusi ≠ menggurui



- hindari gaya komunikasi seperti guru ke murid saat membahas pendidikan seksual dengan anak. Carilah pembicaraan yang mengalir seperti saat menonton tv, atau sedang memasak.

Topik yang dapat didiskusikan dengan anak



- kerugian hubungan seksual pranikah, termasuk potensi penyakit organ reproduksi seperti penyakit kelamin dan kanker serviks, resiko melahirkan pada usia remaja, tekanan sosial dari masyarakat, masalah ketidaksiapan mental dan finansial dalam memulai kehidupan rumah tangga akibat kehamilan tidak terencana.

Dalam mengajarkan pendidikan kesehatan reproduksi atau pendidikan seks orangtua merupakan tokoh utamanya, hal ini karena rumah dan keluarga merupakan institusi pertama pendidikan anak. Jadikan pembicaraan mengenai seksualitas sebagai pembahasan yang wajar untuk di bicarakan namun tetap tekankan kepada anak bahwa pembahasan tersebut hanya boleh dibicarakan dengan orang tertentu saja.



MENGAPA PENTING MENJAGA KESEHATAN REPRODUKSI ?

Bagi Remaja :

- ☑ Mempersiapkan diri untuk masa depan yang sehat dan bahagia.
- ☑ Terhindar dari bahaya penyakit seksual menular.
- ☑ Terhindar dari kehamilan usia dini akibat kurangnya edukasi seks.
- ☑ Terhindar dari gangguan psikologis

Bagi Orang dengan Usia Subur :

- ☑ Menghindari kejadian hamil di usia muda, karena wanita yang hamil di usia muda dari segi kesehatan belum siap mengandung sehingga meningkatkan resiko tekanan darah tinggi, bayi berat lahir rendah (BBLR)
- ☑ Menghindari gangguan psikis pada wanita akibat kejadian hamil tidak diinginkan.
- ☑ Sebagai acuan untuk menentukan jarak kelahiran dan jumlah anak sebagai cara menjaga kesehatan reproduksi

- ☑ Terhindar dari penyakit menular seksual

Bagi Lansia :

- ☑ Membantu lansia sudah menghadapi masa menopause (berakhirnya masa subur) dan andropouse (menurunnya fungsi seksual dan kesuburan).

Menjaga kesehatan reproduksi sejak dini sangatlah penting, terutama **untuk membangun kebiasaan baik menjaga kebersihan tubuh dan alat reproduksi yang merupakan aset jangka panjang kita.**



CARA MENJAGA KESEHATAN REPRODUKSI ?

REMAJA

- ✓ Mengganti pakaian dalam minimal 2 kali sehari
- ✓ Menggunakan celana dalam yang menyerap keringat agar tidak lembab dan menimbulkan infeksi
- ✓ Hindari penggunaan pakaian yang ketat
- ✓ Menerapkan gaya hidup sehat hindari merokok dan mengonsumsi alkohol

Perempuan

- ✓ Setelah buang air besar/kecil, bersihkan bokong satu arah dari depan ke belakang serta keringkan menggunakan handuk atau tisu agar kuman – kuman dari bokong tidak mencemari bagian kewanitaan.
- ✓ Ganti pembalut setiap 3 jam sekali untuk mencegah terpapar kuman yang mengendap dalam pembalut
- ✓ Gunakan celana dalam berbahan katun dan ganti secara berkala terutama saat sedang keputihan.
- ✓ Jika mengalami keputihan yang berbau dan berwarna segera periksakan diri ke fasilitas kesehatan
- ✗ Tidak boleh terlalu sering menggunakan cairan/sabun pembersih vagina
- ✗ Jangan menggunakan pembalut tipis dalam waktu lama

Laki - Laki

- ✓ Dianjurkan untuk melakukan sunat (memotong atau menghilangkan sebagian atau seluruh kulit penutup depan dari penis) untuk mencegah masuknya kuman yang akan mengakibatkan infeksi
- ✓ Biasakan membasuh penis setelah buang air kecil

PASANGAN USIA SUBUR / MENIKAH

- ✓ Rutin melakukan kontrol dan konsultasi mengenai kesehatan organ reproduksi ke tenaga medis terpercaya
- ✓ Membangun komunikasi yang baik dan terbuka dengan pasangan dalam membicarakan kesehatan reproduksi, pemilihan alat kontrasepsi, serta riwayat seksual kepada pasangan
- ✓ Melakukan vaksin tetanus (suntik TT) secara berkala
- ✓ Jaga kebersihan organ intim sesudah dan sebelum melakukan hubungan seksual.

Pastikan **memilih pasangan yang dapat menghargai kita** untuk selalu menjaga kesehatan reproduksi serta tidak memaksa melakukan seks bebas, karena salah satu pilar hubungan yang sehat adalah rasa saling menghargai.



BAGAIMANA JIKA TIDAK MENJAGA KESEHATAN REPRODUKSI ?



Tahukah kamu, kurangnya edukasi terhadap hal yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi nyatanya dapat memicu hal-hal yang tak diinginkan. Mau tahu apa saja kerugiannya ? simak penjelasan di bawah ya !

Resiko Infeksi Menular Seksual (IMS)

PENYEBAB IMS :

#1

IMS yang ditularkan melalui **hubungan seksual**, biasanya bibit/virus penyakit terdapat di cairan sperma, cairan vagina dan darah.

#2

IMS yang disebabkan **gaya hidup yang tidak sehat**, seperti :

- ☒ Menggunakan handuk atau pakaian dalam bersama – sama termasuk keluarga.
- ☒ Jarang mengganti pakaian dalam,
- ☒ Masturbasi menggunakan alat atau cara yang bisa menyebabkan luka atau lecet di alat reproduksi
- ☒ Membersihkan kemaluan dengan air yang tidak bersih

Macam – Macam Penyakit Menular Seksual :

#1

Raja Singa atau Sifilis

Penyakit menular seksual yang disebabkan oleh **bakteri**. Gejala diawali dengan munculnya **luka yang tidak terasa sakit di area kelamin, mulut, atau dubur**. Gejala sifilis (sipilis) sering kali tidak terlihat dan tidak terasa sakit, sehingga tidak disadari oleh penderitanya.

#2

Gonoroee

Penyakit menular seksual yang disebabkan oleh **bakteri**. Penyakit ini menyebabkan **keluarnya cairan dari penis atau vagina dan rasa nyeri ketika buang air kecil**. Bakteri penyebab gonore juga dapat menimbulkan infeksi di bagian tubuh lain, jika terjadi kontak dengan sperma atau cairan vagina.

#3

Human papillomavirus (HPV)

Penyakit menular seksual yang disebabkan oleh **virus HPV**. Virus HPV ini menyebabkan **kutil kelamin hingga kanker serviks** pada perempuan. Penularan HPV terjadi **melalui kontak langsung atau melakukan hubungan seksual dengan penderita**.

#4

Human immunodeficiency virus (HIV)

Penyakit menular seksual yang disebabkan oleh **virus HIV**. Penyebaran virus ini dapat terjadi melalui **hubungan seks tanpa kondom**, berbagi **penggunaan alat suntik, transfusi darah, atau saat persalinan**

#5

Hepatitis B dan hepatitis C

Penyakit ini disebabkan oleh **virus hepatitis**. Selain melalui **hubungan seksual, virus ini bisa menular melalui jarum suntik yang dipakai bersama dan transplantasi organ**.

Macam – Macam Penyakit Menular Seksual :

#6

Kutu Kemaluan

Kutu kelamin dapat menular dari orang yang terinfeksi ke orang yang sehat melalui kontak tubuh. Kutu dapat merayap dari rambut ke rambut, meski tidak dapat melompat atau terbang. Untuk bertahan hidup, kutu kelamin akan mengisap darah dari kulit manusia. **Kutu kelamin dapat menyebar akibat menggunakan pakaian, seprai, atau handuk secara bersama.**

Kehamilan Tidak di Inginkan (KTD)

Penyebab :

- ❌ Kegagalan alat kontrasepsi
- ❌ Kurangnya pengetahuan akan pencegahan kehamilan
- ❌ Pada Remaja, disebabkan karena remaja mendapat informasi yang tidak benar (masih banyak mitos seksual yang beredar di kalangan remaja, informasi yang disebarkan media cenderung permisif, kurang proporsional dalam menjelaskan seksualitas).
- ❌ Tidak diberikannya hak informasi dan pendidikan kesehatan seksual dan reproduksi kepada remaja sehingga mereka tidak memiliki ketrampilan dalam pengambilan keputusan yang tepat dan aman dari risiko seksual dan reproduksi.



Bila IMS atau KTD terjadi dilingkungan mu (anggota keluarga ataupun teman) beri dukungan dan jangan di kucilkan ya !

MENGAPA MENJAGA KESEHATAN REPRODUKSI BISA MEWUJUDKAN KELUARGA SEHAT DAN BAHAGIA ?

25

- ✓ Kesehatan merupakan syarat mendasar untuk mendapatkan kebahagiaan. Salah satu kesehatan yang perlu diperhatikan adalah kesehatan reproduksi yang sangat berkaitan dengan kehidupan keluarga yang sehat, dan bahagia.
- ✓ Individu yang memiliki kualitas kesehatan reproduksi baik dapat hidup tenang dengan pasangannya, menikmati kehidupan seksual, mampu menjalankan fungsi dan proses reproduksi secara sehat, aman dan mampu menghasilkan keturunan yang sehat yang kelak menjadi harapan bangsa.
- ✓ Individu yang tidak memiliki kesehatan reprofuksi yang baik akan membawa masalah dalam kehidupan keluarga. Penyakit reproduksi membuat hidup tidak nyaman, menjadi beban keluarga karena dianggap memalukan, memerlukan waktu dan uang untuk mengobatinya. Pada kondisi tertentu, penyakit reproduksi dapat membuat pengidapnya tidak memiliki keturunan bahkan kematian. Kondisi-kondisi tersebut membuat keluarga menjadi tidak bahagia.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, B.A. 2005. Reproductive Health Women and Men's Shared Responsibility. Canada : Jones and Bartlett Publishers
- Anonim. 2018. Pentingnya Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi [Internet]. Tersedia pada : <http://promkes.kemkes.go.id/pentingnya-menjaga-kebersihan-alat-reproduksi> (di akses pada 2 Agustus 2020)
- Anonim. 2018. Pentingnya Pengetahuan Kesehatan Reproduksi bagi Remaja [Internet]. Tersedia pada : <https://www.halodoc.com/artikel/pentingnya-pengetahuan-kesehatan-reproduksi-bagi-remaja> (di akses pada 2 Agustus 2020)
- Anonim. 2019. Suntik TT Sebelum Menikah, Seberapa Penting ? [Internet]. Tersedia pada : <https://doktersehat.com/suntik-tt-sebelum-menikah/> (di akses pada 2 Agustus 2020)
- Anonim. 2020. 8 Tips Menjaga Kesehatan Organ Seksual dan Reproduksi Pria Wanita [Internet].²⁶ Tersedia pada : <https://www.k24klik.com/blog/8->

[tips-menjaga-kesehatan-organ-seksual-dan-reproduksi-pria-wanita/](#) (di akses pada 2 Agustus 2020)

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. 2018. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017. Jakarta : Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana

Harismi, A. 2019. Penting, Ini 4 Cara Menjaga Kesehatan Reproduksi bagi Remaja [Internet]. Tersedia pada : <https://www.sehatq.com/artikel/cara-menjaga-kesehatan-reproduksi-bagi-remaja> (di akses pada 2 Agustus 2020)

Kementerian Kesehatan RI. 2015. Kesehatan Reproduksi dan Seksual bagi Calon Pengantin [Internet]. Tersedia pada : <http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/LEMBAR%20BALIK%20KESPRO%20DAN%20SEKSUAL%20BAGI%20CATIN.pdf> (di akses pada 23 Maret 2020)

Kementrian Kesehatan RI. 2015. Pedoman Pelayanan Kesehatan Reproduksi Terpadu di Tingkat Pelayanan Kesehatan Dasar. Jakarta : Kementrian Kesehatan

Kendang, S. 2020. Panduan Mengenalkan Pendidikan Seks bagi Anak dari Usia ke Usia [Internet] . Tersedia pada : <https://parenting.orami.co.id/magazine/panduan-mengenalkan-pendidikan-seks-bagi-anak-dari-usia-ke-usia/> (di akses pada 3 Juni 2020)

28

Pemerintah Indonesia. 2014. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 61 Tentang Kesehatan Reproduksi. Lembaran RI Tahun 2014 Nomor 169. Jakarta : Sekretaris Negara



ISBN 978-602-316-266-6

