

KESEHATAN REPRODUKSI CALON PENGANTIN DAN LAYANAN INFORMASI DAN EDUKASI KESPRO CATIN

LINA ROSLIANA, STr. Keb, M. Keb, Bdn



TENTANG PERNIKAHAN

- **Akad/janji nikah** yang diucapkan atas nama Tuhan Yang Maha Esa merupakan awal dari kesepakatan bagi calon untuk saling **memberi ketenangan (sakinah)** dengan mengembangkan hubungan atas dasar saling cinta dan kasih (**mawaddah wa rahmah**)
- Pernikahan adalah awal terbentuknya sebuah keluarga, sehingga sebelum menikah calon perlu **mempersiapkan kondisi kesehatannya** agar melahirkan generasi penerus yang sehat dan keluarga bahagia.

Apasaja kah yang harus disiapkan untuk MENIKAH....??

1. SIAP USIA
2. SIAP FINANSIAL
3. SIAP EMOSI DAN MENTAL
4. SIAP FISIK
5. SIAP INTELEKTUAL



Pelayanan Kesehatan Reproduksi Calon Pengantin



MENU

Latar Belakang

Conten



PUSKESMAS CIASEM KABUPATEN SUBANG



Terima Kasih

BACK

NEXT

PERNIKAHAN





Selamat Menempuh Hidup Baru

"Cinta di antara kedua insan merupakan wujud yang terbaik, sebab cinta sebagai bagian terindah yang mampu menjadikan iman seseorang menuju jalan yang lebih baik."



Thank you!

Tujuan KIE Kespro Catin



Semua pasangan calon pengantin yang akan menikah

Meningkatkan akses dan kualitas pelayanan kespro & seksual bagi catin

Petugas kesehatan di Puskesmas & jaringannya dapat memberikan KIE kespro bagi catin

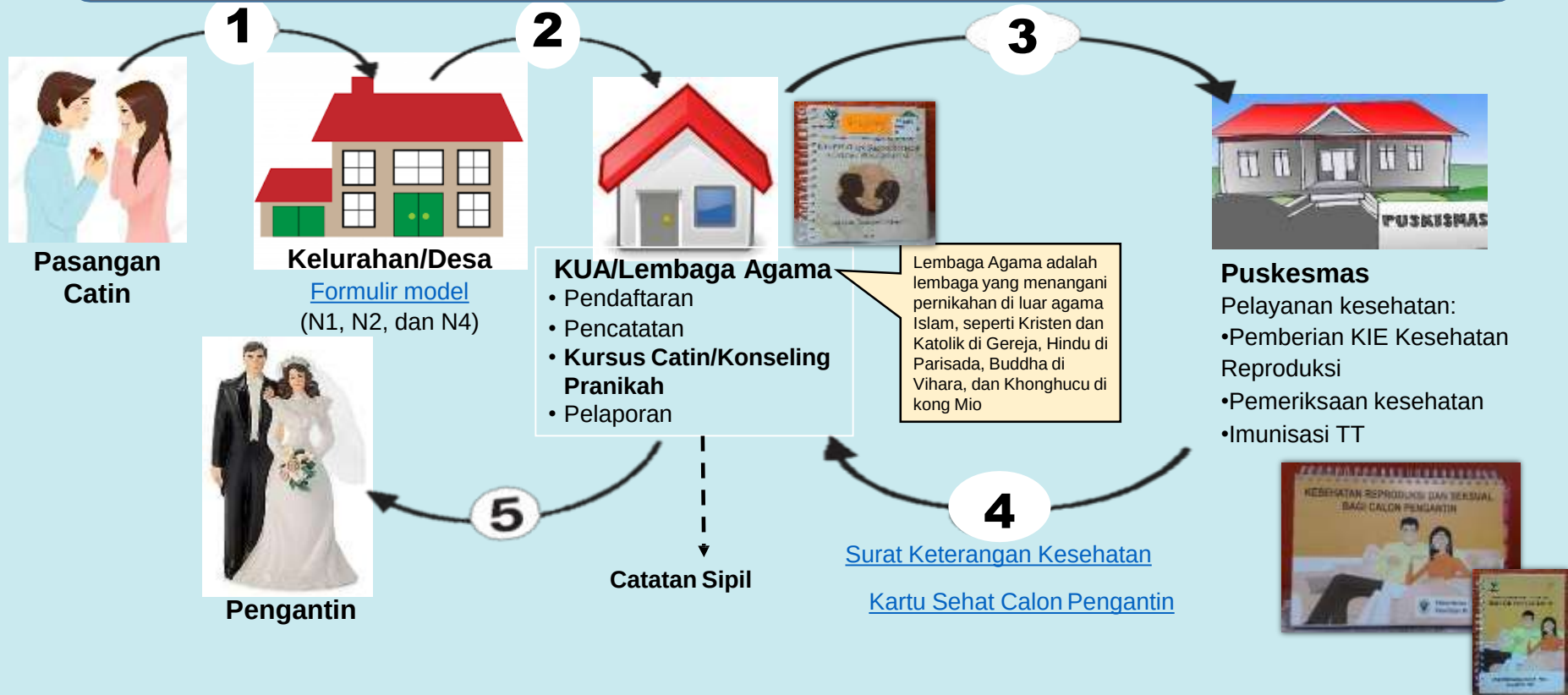
Petugas kesehatan di Puskesmas & jaringannya dapat berkoordinasi dengan lembaga keagamaan dalam pemberian KIE kespro catin

Terlaksananya pemeriksaan kesehatan bagi catin termasuk imunisasi TT

Catin sehat dan siap berumah tangga

AKI
AKB
ASFR
turun

ALUR PELAYANAN KESEHATAN REPRODUKSI BAGI CALON PENGANTIN



Keterangan: - - ➔ Catin di luar agama Islam, pencatatan pernikahan di kantor Catatan Sipil

Yang terhormat,
Kepala ^{*)}
di

SURAT KETERANGAN PEMERIKSAAN KESEHATAN CALON PENGANTIN

Telah datang ke Puskesmas/RS/..... calon pengantin (catin) sebagai berikut:

1. Catin laki-laki

Nama :
Tanggal lahir : (Umur: tahun)
Alamat :

2. Catin perempuan

Nama :
Tanggal lahir : (Umur: tahun)
Alamat :

Terhadap catin tersebut di atas telah kami lakukan pelayanan kesehatan meliputi konseling dan pemeriksaan kesehatan.

Demikian surat keterangan kesehatan ini dibuat dengan sebenarnya dan untuk digunakan semestinya.

.....20....

(Petugas Pemeriksa)



^{*)} KUA/Kantor Catatan Sipil/Lembaga Agama



KARTU CALON PENGANTIN SEHAT

Penyakit yang perlu diwaspadai oleh calon:

• **HIV/AIDS**
Virus HIV menyebar melalui darah dan cairan tubuh, seperti cairan sperma, cairan vagina, dan air susu ibu (ASI). Pasangan dengan HIV dapat memiliki bayi yang sehat dengan mengikuti program Pencegahan Penularan HIV dari Ibu ke Anak (PPIA).

• **Infeksi Menular Seksual (IMS)**
Ditularkan melalui hubungan seksual. IMS dapat menyebabkan masalah keguguran, dan kecacatan pada bayi.

• **Hepatitis B**
Penyakit yang menyerang organ hati dan disebabkan oleh virus Hepatitis B, yang ditularkan melalui darah dan cairan tubuh. Ibu hamil yang terinfeksi Hepatitis B berisiko mengalami keguguran, bayi lahir prematur, dan kematian janin.

• **Diabetes Melitus (DM)**
Penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula dalam darah ≥ 200 mg/dL (pada pemeriksaan gula darah sewaktu). Ibu hamil dengan DM berisiko mempunyai bayi lahir besar, bayi kurang (hipertrofinematik), bayi lahir prematur, dan hipertensi dalam kehamilan.

• **Malaria**
Disebabkan oleh parasit Plasmodium melalui gigitan nyamuk Anopheles betina. Malaria dalam kehamilan dapat menyebabkan anemia, keguguran, risiko persalinan dan bayi lahir prematur.

• **Penyakit Genetik**
Disebabkan oleh kelainan gen yang diturunkan. Jika salah satu calon menderita penyakit genetik (misalnya Taylors, Hordolls, dll), maka anak yang dilahirkan berisiko menderita penyakit tersebut.

Khusus Calon Perempuan

Calon perempuan penting menggunakan Tabлет Tambat Darah (TTD), Selain minum TTD, calon perempuan juga harus konsumsi makanan yang kaya zat besi, seperti hati, daging sapi, sayuran berdaun hijau tua, kacang-kacangan, ikan, dan daging ayam.

Alasan minum TTD yang benar

- Diminum secara teratur 1 tablet setiap pekan
- Setidaknya diminum dengan air putih atau jus buah
- Jangan diminum dengan teh, kopi, atau susu.

Kotak Kontrol Minum TTD pada Calon Perempuan

Bulan	Minggu 1	Minggu 2	Minggu 3	Minggu 4	Minggu 5
JAN					
FEB					
MAR					
APR					
MAY					
JUN					
JUL					
AUG					
SEP					
OCT					
NOV					
DES					

Minum tablet TTD pada hari ke-1 dari siklus menstruasi TTD.



Apakah anda merasa nyaman dengan minum TTD?

"Calon calon suami harus juga minum TTD."



KARTU CALON PENGANTIN SEHAT



CALON PENGANTIN (CATIN)

Nama :	LIP
Umur :	
Alamat : Jl.	
RT/RW :	
Desa/Kel :	
Kecamatan :	
Kab/Kota :	
No. Telp/Hp :	
Nama Pasyarkes :	

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
2017

Hasil Pemeriksaan

Jenis Pemeriksaan	Hasil Pemeriksaan	Tgl & Paraf Petugas
Tanda vital	✓	
BB (kg) / TB (cm)	✓	
BBF (kg/m ²)		
LLA (cm)		
Stenokardi	21/12/18/18	
Tanda awal/	Ya/Tidak	
HB (g/dL)		
Glukosa darah & HbA1c	A/B/C/D/E/H/L	
Lain-lain:		

Tanda vital	Stenokardi	Tgl & Paraf Petugas
BB (kg) / TB (cm)		
BBF (kg/m ²)		
LLA (cm)		
Stenokardi		
HB (g/dL)		
Glukosa darah & HbA1c		
Lain-lain:		

Tanda vital normal

Saran:

1. Setelah menikah, dapat segera merencanakan kehamilan
2. Menunda kehamilan sampai calon perempuan berusia minimal 20 tahun
3. Menunda kehamilan setelah pengobatan terapi sesuai anjuran dokter.

Saran lainnya:

.....

Agar ibu dan bayi sehat, setiap kehamilan harus diinginkan, direncanakan, dan dijaga perkembangannya dengan baik

Pending diketahui

- Calon harus mengetahui tentang kesehatan diri dan pasangan, yaitu:
- 1. Kesehatan reproduksi
- 2. Penyakit menular seksual: HIV/AIDS dan Infeksi Menular Seksual (IMS)
- 3. Pelayanan kontrasepsi KB

Pernikahan yang ideal

Kehidupan berkeluarga harus didasarkan pada rasa kasih sayang, saling menghargai, dan menghormati pasangan.

Selama pernikahan, pasangan harus mengedukasi ego, mengambil keputusan bersama, dan saling menghormati keputusan pasangan.

Pernikahan harus bebas dari:

1. Kekerasan fisik (misal: memukul, menambak, dll)
2. Kekerasan psikis (misal: mengancam, membatasi, dll)
3. Kekerasan seksual (misal: pemaksaan hubungan seksual, dll)
4. Penelantaran rumah tangga (misal: tidak memelihara, dll)

Menjaga kesehatan

1. Melakukan aktivitas fisik teratur
2. Makan makanan yang bergizi seimbang
3. Cek kesehatan secara rutin
4. Hindari rokok, NAPZA, dan minuman beralkohol

Perencanaan kehamilan
Pengaturan waktu serta waktu yang tepat dan ideal untuk hamil, mengatur jarak antar kehamilan, dan jumlah anak

Rencanakan kehamilan

- Selanjut calon harus dalam kondisi sehat dan terhindar dari penyakit ketika mempersiapkan kehamilan. Perlu diperhatikan bahwa:
- Usia calon perempuan < 20 tahun: tunda kehamilan hingga berusia minimal 20 tahun.
- Bila calon perempuan mempunyai gangguan kesehatan, maka harus mendapat pengobatan terlebih dahulu sebelum hamil.

Hindari kehamilan "4 Terlarang"

1. Terlalu muda (< 20 tahun)
2. Terlalu tua (> 35 tahun)
3. Terlalu dekat jarak kehamilan (< 2 tahun)
4. Terlalu banyak anak (> 3 anak)

Dampak hamil terlalu muda/terlalu tua

- **Kehamilan pada usia muda (< 20 tahun)**
Kesulitan dalam persalinan, hipertensi dalam kehamilan (pre-eclampsia), keguguran, persalinan, dan risiko pengidap sembelit.
- **Kehamilan pada usia tua (> 35 tahun)**
Risiko hipertensi dalam kehamilan, Diabetes Mellitus, proktoklermia, Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR), dan bayi lahir prematur.

Rencanakan kehamilan

Kontrasepsi (KB) berguna dalam merencanakan kehamilan dengan mengatur kapan waktu yang tepat untuk hamil, mengatur jarak dan jumlah anak.

Pemeriksaan kesehatan

Fisik, Penunjang (jika diperlukan), Skrining dan Imunisasi Tetanus, KIE, Pelayanan Gizi, serta pengobatan/terapi dan rujukan sesuai indikasi.

Informasi Kesehatan Reproduksi



**Kesehatan, sistem,
fungsi, & proses
reproduksi
Hak
Reproduksi**



**Persiapan Pra
Nikah**

**Perencanaan
kehamilan & KB**



**Pencegah
infertilitas**



**Kondisi kesehatan &
penyakit yang perlu
diwaspadai (termasuk
IMS & HIV)**



**Pencegahan
stunting dan 1000
HPK**



**Pencegahan
Kekerasan dalam
Rumah Tangga**



**Kesehatan,
sistem, fungsi,
& proses
reproduksi**

Kesehatan, Sistem, Fungsi, & Proses Reproduksi



Usia reproduksi: 15 – 49 tahun

Kesehatan Reproduksi

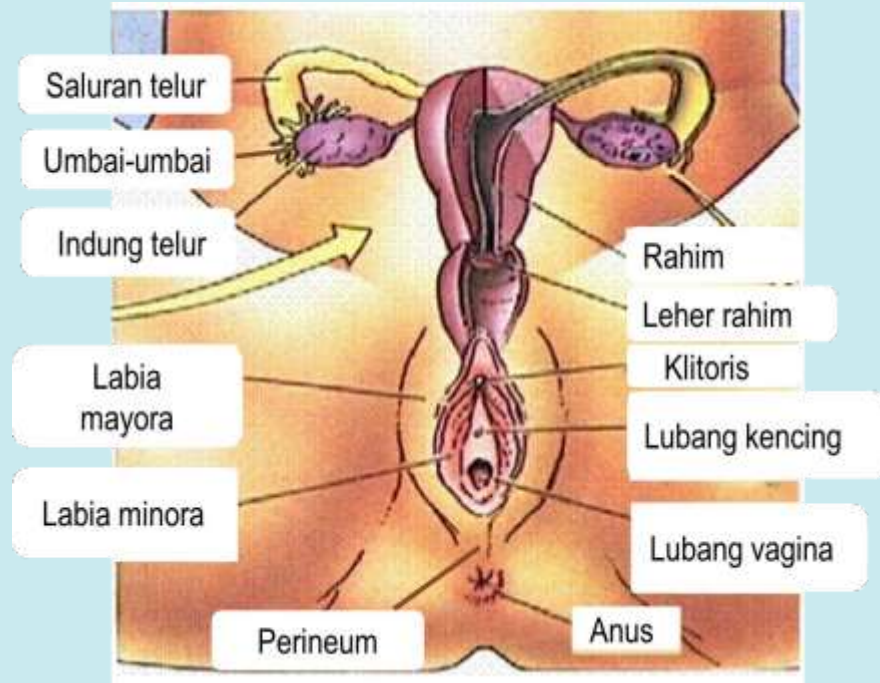
Keadaan sehat secara **fisik, mental** dan **sosial** secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi pada laki-laki dan perempuan

(UU RI No. 36 Tahun 2009 Pasal 71 Ayat 1)

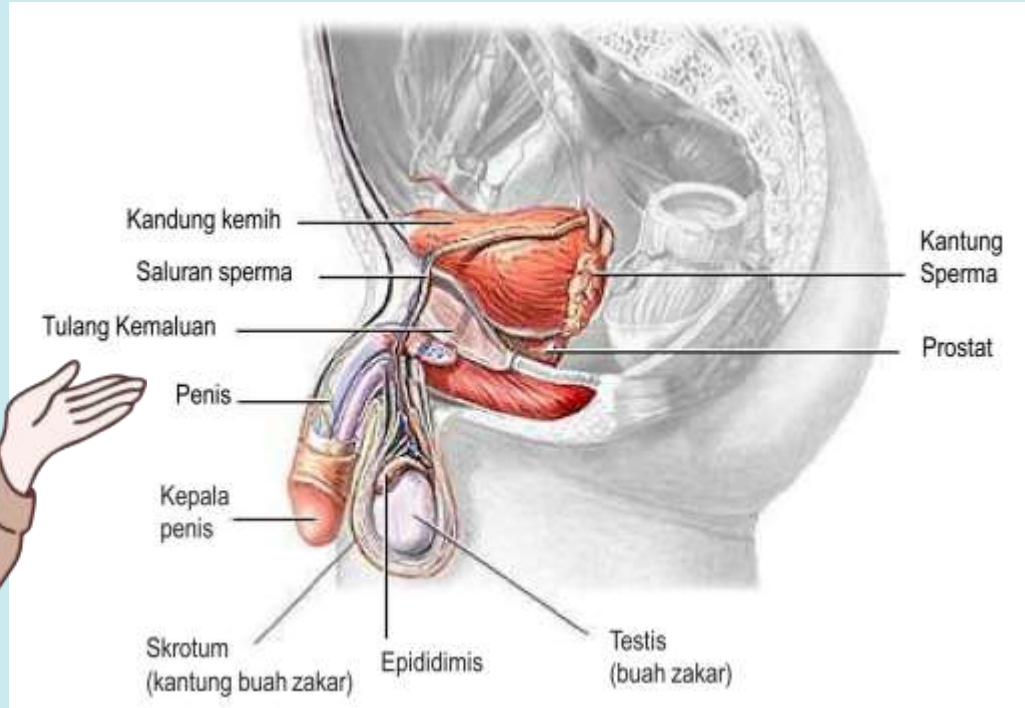
Ruang Lingkup

- Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)
- Keluarga Berencana (KB)
- Pencegahan & penanganan infertilitas
- Pencegahan & penanganan komplikasi keguguran
- Pencegahan & penanganan IMS-HIV
- Kesehatan seksual
- Pencegahan & penanganan Kekerasan terhadap Perempuan dan Anak (KtP/A)
- Deteksi dini kanker payudara & kanker serviks
- Kespro Remaja
- Kespro Lanjut Usia
- Kesehatan reproduksi pada situasi dan kelompok khusus
- Pencegahan praktik berbahaya (sunat perempuan, dll)

ORGAN REPRODUKSI PEREMPUAN



ORGAN REPRODUKSI LAKI-LAKI



Perbedaan Fungsi Reproduksi Laki-laki dan Perempuan



Hubungan seksual



- **Menstruasi**
- **Hubungan seksual**
- **Hamil**
- **Melahirkan**
- **Nifas**
- **Menyusui**



HAK REPRODUKSI

Kedua calon pengantin memiliki hak yang sama dalam:

- memutuskan kapan akan mempunyai anak, berapa jumlah anak, dan jarak kelahiran.
- mendapatkan informasi yang lengkap tentang kesehatan reproduksi, upaya pencegahan dan penularan penyakit seksual.
- memperoleh informasi dan pelayanan KB yang aman, efektif, terjangkau, dapat diterima, sesuai dengan pilihan tanpa paksaan.



Perempuan berhak mendapatkan pelayanan kesehatan reproduksi yang dibutuhkan yang memungkinkannya sehat dan selamat dalam menjalani kehamilan, persalinan, dan nifas, serta memperoleh bayi yang sehat.

Hubungan suami istri harus didasari penghargaan terhadap pasangan masing-masing dan dilakukan dalam kondisi dan waktu yang diinginkan bersama tanpa unsur pemaksaan, ancaman, dan kekerasan.



**PERSIAPAN PRA NIKAH,
PERENCANAAN
KEHAMILAN & KB,
PENCEGAHAN
INFERTILITAS**



Persiapan Pra Nikah



Pemeriksaan kesehatan



Skrining status imunisasi Tetanus



Pengukuran status gizi



Persiapan gizi



Menjaga kesehatan organ reproduksi

Pemeriksaan Kesehatan Pra Nikah

“Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan pada pasangan calon laki-laki dan perempuan sebelum melangsungkan pernikahan”

Apa manfaatnya?

- untuk mengetahui status kesehatan calon pengantin
- bila calon pengantin mempunyai masalah kesehatan dapat diobati/dikontrol
- mencegah penularan penyakit kepada pasangan
- mempersiapkan kehidupan rumah tangga yang sehat
- mempersiapkan kehamilan dan menghasilkan keturunan yang sehat dan berkualitas





PERSIAPAN PRANIKAH



Pemeriksaan Kesehatan: Penting dilakukan untuk mempersiapkan calon orang tua yang dapat melahirkan generasi penerus yang sehat

Skrining Status

Imunisasi Tetanus

Imunisasi Tetanus penting untuk mencegah dan melindungi dari penyakit Tetanus baik bagi diri sendiri maupun bayi yang akan dilahirkan kelak



Tiap WUS (15-49 tahun) diharapkan sudah mendapat 5 kali imunisasi Tetanus lengkap (T5).

Jika status T belum lengkap, maka catin perempuan harus melengkapi status imunisasi Tetanusnya di Puskesmas.

Status Imunisasi Tetanus pada Catin

Status Imunisasi	Interval Minimal Pemberian	Masa Perlindungan
T1	-	-
T2	4 minggu setelah T1	3 tahun
T3	6 bulan setelah T2	5 tahun
T4	1 tahun setelah T3	10 tahun
T5	1 tahun setelah T4	Lebih dari 25 tahun

- - **Pemeriksaan laboratorium :**

- 1. *Pemeriksaan darah*

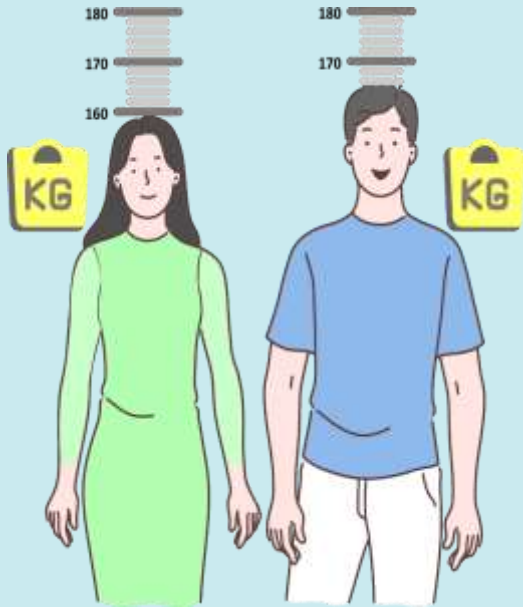
- ✓ Hb: mengetahui anemia
 - ✓ Golongan darah dan rhesus
 - ✓ Gambaran darah tepi (MCV, MCH, dan MCHC):
deteksi dini carier Thalassemia

- 2. *Pemeriksaan urin*

3. Pemeriksaan lain atas indikasi

- ✓ Gula darah: mengetahui DM
- ✓ Tes IMS: mengetahui Sifilis, Gonorrhea, dll.
- ✓ Tes HIV,
- ✓ Tes Hepatitis B
- ✓ Tes Malaria
- ✓ Tes Thalassemia,
- ✓ Tes TORCH : mengetahui toksoplasmosis, rubella, citomegalovirus dan herpes simpleks
- ✓ dsb

Pengukuran Status Gizi



Status Gizi	Kategori	IMT
Sangat kurus	Kekurangan BB tingkat berat	< 17,0
Kurus	Kekurangan BB tingkat ringan	17 - < 18,5
Normal		18,5 – 25,0
Gemuk	Kelebihan BB tingkat ringan	> 25,0 – 27,0
Obesitas	Kelebihan BB tingkat berat	> 27,0

- ✓ deteksi dini masalah gizi
- ✓ menyiapkan calon ibu agar dapat menjalani kehamilan yang sehat

Cara menghitung IMT:

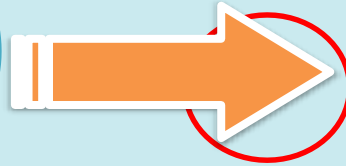
$$IMT = \frac{BB \text{ (kg)}}{TB \text{ (m)}^2}$$

Keterangan:

BB = Berat Badan (kg)

TB = Tinggi Badan (m)

3 bulan
sebelum
melangsungkan
pernikahan



Kenapa 3 bulan sebelum pernikahan?



1 Masalah yang ditemukan dapat diobati
dikontrol sebelum catin menikah

2 Catin punya cukup waktu untuk
mempersiapkan fisik & mental dalam
menempuh kehidupan berumah tangga

Persiapan Gizi



Setiap catin perempuan dianjurkan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) yang mengandung zat besi dan asam folat seminggu sekali

Setiap pasangan catin dianjurkan:

Mengonsumsi pangan beraneka ragam sesuai dengan gizi seimbang

Membiasakan perilaku hidup bersih

Melakukan aktivitas fisik

Mempertahankan dan memantau berat badan normal

- Biasakan minum air putih 8 gelas per hari
- Hindari minum teh atau kopi setelah makan
- Batasi mengonsumsi garam, gula, dan lemak/minyak

Menjaga Kesehatan Organ Reproduksi

- Mengganti pakaian dalam minimal 2 kali sehari.
- Gunakan pakaian dalam berbahan sintetis (katun) yang dapat menyerap keringat dan tidak terlalu ketat.
- Membersihkan organ reproduksi luar dari depan ke belakang dengan menggunakan air bersih dan dikeringkan menggunakan handuk atau tisu.
- Pakailah handuk yang bersih, kering, tidak lembab / bau.



- Khusus untuk perempuan:
 - Tidak boleh terlalu sering menggunakan cairan pembilas vagina.
 - Jangan memakai pembalut tipis dalam waktu lama.
 - Pergunakan pembalut ketika menstruasi dan diganti paling lama setiap 4 jam sekali atau setelah buang air.
 - Bagi perempuan yang sering keputihan, berbau dan berwarna harap memeriksakan diri ke petugas kesehatan.
- Bagi laki-laki dianjurkan untuk disunat.

GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT (GERMAS)



Melakukan
Aktivitas Fisik



Konsumsi Buah
dan Sayur



Tidak Merokok



Tidak Konsumsi
Alkohol



Membersihkan
Lingkungan



Menggunakan
Jamban Sehat



Memeriksa Kesehatan
secara Berkala

4. Menerapkan perilaku hidup sehat melalui GERMAS

GERMAS adalah suatu tindakan yang sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup.

GERMAS bertujuan agar masyarakat berperilaku sehat sehingga berdampak pada :

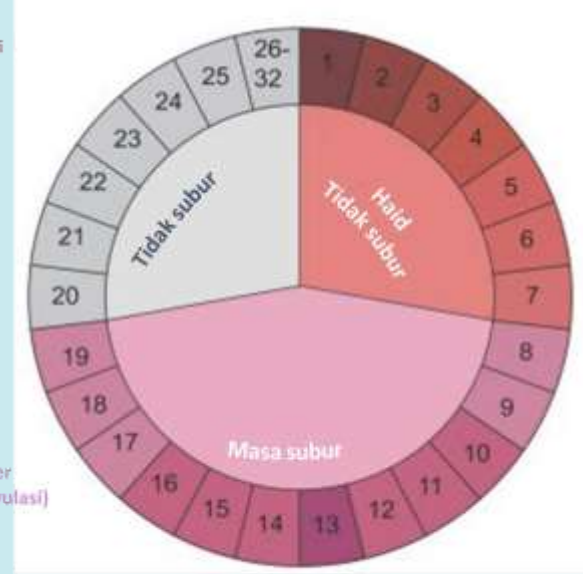
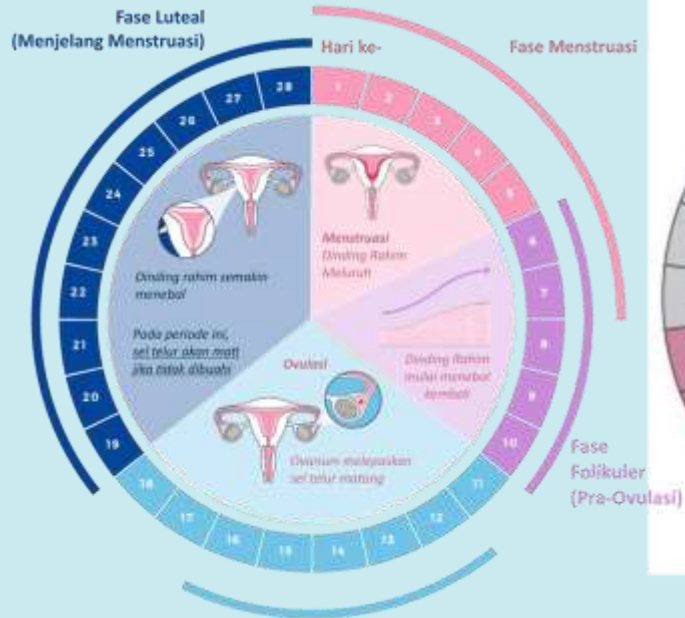
- Kesehatan terjaga
- Produktif
- Lingkungan bersih
- Biaya untuk obat berkurang

Catin perlu mulai menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat untuk mewujudkan keluarga sehat berkualitas

Pelaksanaan GERMAS melalui:

1. Melakukan aktivitas fisik
2. Konsumsi sayur dan buah
3. Tidak merokok
4. Tidak Mengonsumsi alkohol
5. Memeriksa kesehatan secara berkala
6. Membersihkan lingkungan
7. Menggunakan jamban sehat

Masa Subur



Perubahan lendir serviks

Dorongan seksual meningkat

Temperatur tubuh meningkat dan payudara lebih lunak

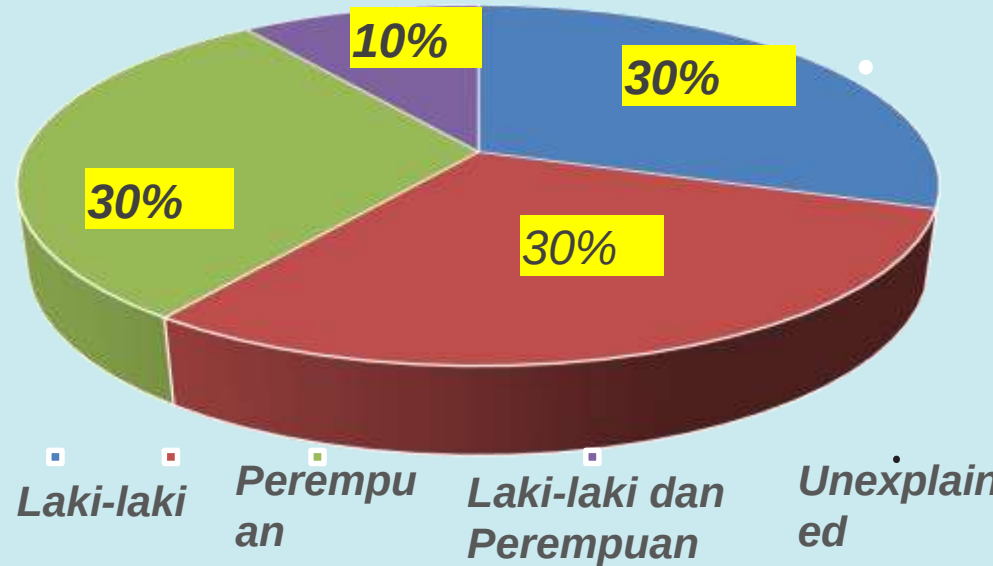
Puncak masa subur biasanya terjadi pada **13 hari setelah hari pertama haid**

Infertilitas

Penyebab Infertilitas

Faktor Risiko:

- Usia
- Gaya hidup tidak sehat, stress dan olahraga berat
- Konsumsi obat-obatan tertentu
- Faktor medis
- Faktor biologis
- Lingkungan



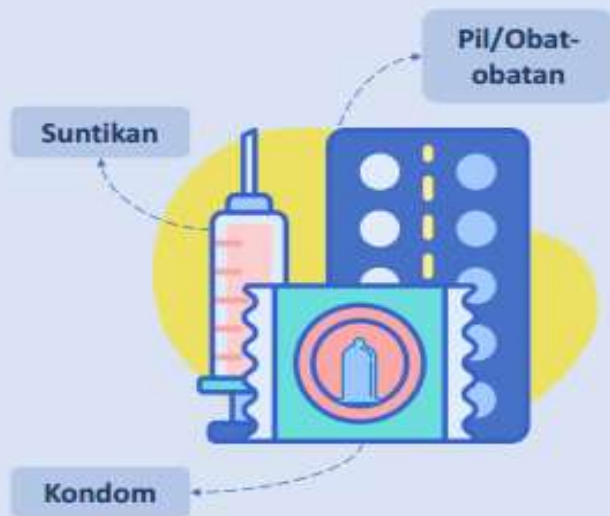
Pencegahan Infertilitas

- Perencanaan kehamilan
- Perilaku hidup sehat
- Mengurangi paparan terhadap lingkungan, pekerjaan, agen infeksi dan iatrogenik
- Menjaga kehamilan yang sehat untuk menghindari Infertilitas pada generasi berikutnya
- Berperilaku seks aman
- Segera mencari pertolongan medis jika ditemukan masalah kesuburan

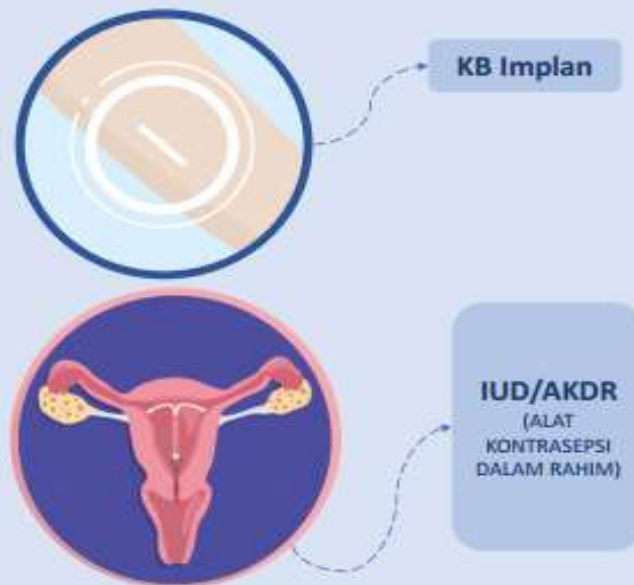


MERENCANAKAN KEHAMILAN

Pilihan Metode Kontrasepsi Bagi Pasangan Baru yang Ingin Menunda Kehamilan



METODE MODERN JANGKA PENDEK



METODE MODERN JANGKA PANJANG

PEREMPUAN LAYAK HAMIL

Memenuhi syarat sebagai berikut:



UMUR
Ideal : 20-34 tahun



JUMLAH ANAK
Ideal : < 3 orang



JARAK KEHAMILAN
2 TAHUN



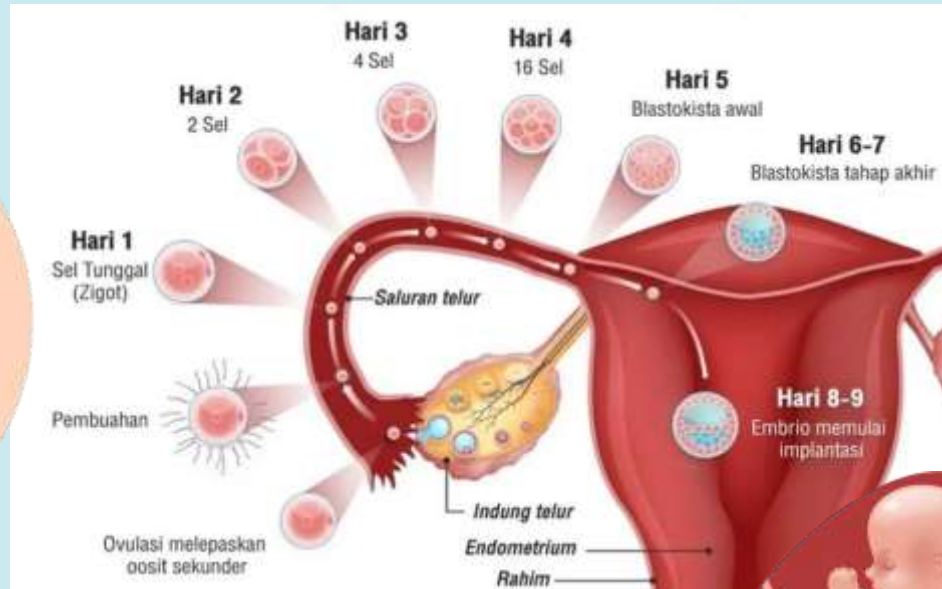
INDEKS MASSA TUBUH (IMT)
Ideal : 18,5 – 25,0 (normal)



KONDISI KESEHATAN
Ideal : Tidak mempunyai
masalah kesehatan



PROSES REPRODUKSI



1 Minggu
(7 Hari)



4 Minggu
(28 Hari)



8 Minggu
(56 Hari)



12 Minggu
(84 Hari)



24 Minggu
(168 Hari)



40 Minggu
(280 Hari)



PROSES KEHAMILAN



Pembuahan

Sel telur yang matang dibuahi oleh sperma dalam saluran telur (tuba fallopi)

1

Perkembangan Embrio

Dalam 120 hari pertama, embrio berkembang mengikuti tahapan kehidupan sel (hayati)

3

2

Embrio

Sel telur yang telah dibuahi sperma (embrio) menempel di lapisan dalam dinding rahim

4

Janin

Memasuki usia kehamilan lebih lanjut, embrio berkembang mengikuti tahapan kehidupan insani menjadi janin/ bayi

5

Usia Kehamilan

Kehamilan umumnya berakhir dengan persalinan setelah 280 hari (9 bulan 10 hari)



Perencanaan Kehamilan & KB

KEHAMILAN IDEAL



Kehamilan ideal adalah kehamilan yang direncanakan, diinginkan, dan dijaga perkembangannya secara baik

KEHAMILAN TIDAK DIRENCANAKAN



- Pada *unmet need* ber-KB (wanita usia subur yang ingin menunda atau tidak ingin punya anak tetapi tidak menggunakan kontrasepsi)
- Akibat gagal KB
- Akibat hubungan seks pranikah

KEHAMILAN IDEAL

Kehamilan yang ideal adalah kehamilan yang direncanakan, diinginkan, dan dijaga perkembangannya secara baik

KEHAMILAN TIDAK DIINGINKAN

Dapat terjadi pada:

- Tidak menggunakan kontrasepsi padahal tidak ingin hamil
- Telah menggunakan kontrasepsi namun mengalami kegagalan
- Akibat hubungan seks pranikah

Kehamilan yang tidak diinginkan dapat berdampak negatif pada kondisi ibu dan anak karena dapat terjadi pengabaian kesehatan ibu dan anak saat proses kehamilan, persalinan dan nifas; potensi pengguguran kandungan yang tidak aman, melahirkan anak yang tidak sehat hingga pengabaian terhadap hak-hak anak.

MERENCANAKAN KEHAMILAN SEHAT

A. MENGAPA KEHAMILAN HARUS DIRENCANAKAN?

- Anak merupakan titipan Tuhan yang harus dijaga dan dipenuhi hak dan kebutuhannya, sehingga sangat dibutuhkan kesiapan orang tua
- Agar ibu dapat menjalani kehamilan dan persalinan yang aman, sehingga ibu sehat, dan melahirkan bayi yang sehat dan dapat tumbuh berkembang menjadi anak yang berkualitas
- Untuk mendeteksi risiko atau masalah kesehatan yang mungkin terjadi pada ibu dan janin sedini mungkin



HAL-HAL YANG HARUS DIPERHATIKAN SEBELUM MERENCANAKAN KEHAMILAN

MERENCANAKAN KEHAMILAN

- | | |
|---|--|
| 1. Kesehatan fisik dan mental dalam kondisi layak untuk hami | <ul style="list-style-type: none">• umur (20-35 tahun), jarak kehamilan 2 tahun, jumlah anak kurang dari 3• tanpa penyakit penyerta• status gizi baik• kesiapan mental menjadi orang tua yang bertanggung jawab agar keluarga terhindar dari tindak kekerasan dalam rumah tangga) |
| 2. Mudah mencapai fasilitas pelayanan kesehatan dan mendapatkan pelayanan kesehatan yang berkualitas | |
| 3. Kesiapan keuangan (terpenuhinya kebutuhan dasar, memiliki jaminan kesehatan, dan kebutuhan transportasi ke fasilitas pelayanan kesehatan) | |
| 4. Dukungan suami, keluarga dan lingkungan masyarakat | |

KONDISI EMOSIONAL IBU HAMIL

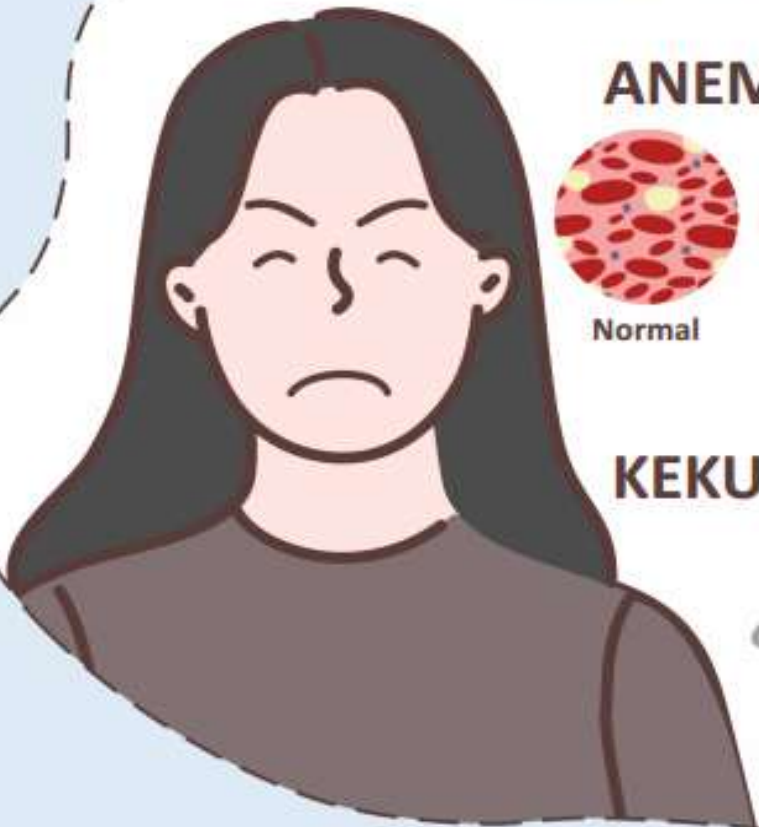


Saat hamil kondisi emosional ibu mengalami perubahan, oleh sebab itu **dukungan Suami sangat diperlukan** dalam menjalani kehamilan





Kondisi Kesehatan & Penyakit Yang Perlu Diwaspadai



ANEMIA



Normal



Anemia

Jika catin perempuan mengalami **gizi kurang** dan atau **anemia**, sebaiknya menunda kehamilan dengan ber-KB dan mendapatkan penanganan kesehatan sampai status gizinya baik dan Hb normal (≥ 12 mg/dL)

KEKURANGAN GIZI



Tanda dan gejala anemia antara lain:

- Lesu, Letih, Lemah, Lelah, Lunglai (5L)
- Sering pusing dan mata berkunang-kunang
- Pucat
- Kadar Hb < 12 g/dL

Dampak anemia pada ibu hamil, yaitu:

- Pertumbuhan janin terhambat
- Bayi berat lahir rendah (BBLR)
- Bayi lahir sebelum waktunya
- Bayi mengalami kelainan bawaan
- Anemia pada bayi yang dilahirkan
- Risiko perdarahan saat melahirkan

Anemia dapat dicegah dan diatasi dengan:

- Mengonsumsi makanan bergizi seimbang
- Minum tablet tambah darah (TTD) 1 tablet per minggu sebelum hamil
- Jika ada penyakit yang menyertai, segera ke fasilitas pelayanan kesehatan



Hepatitis B

Cara Penularan

- Vertikal (95%) dari ibu pengidap Hepatitis B ke bayi yang dikandung/dilahirkan
- Horizontal (3-5%) melalui hubungan seksual

Hepatitis B dapat menular melalui hubungan seksual maupun dari ibu hamil ke bayinya

HORIZONTAL (3-5%)



Hubungan seksual **tidak aman** dengan pengidap Hepatitis B



Transfusi darah **terkontaminasi** virus Hepatitis B



Penggunaan jarum suntik **bergantian** yang terkontaminasi virus Hepatitis B

Diabetes Melitus



Penglihatan kabur



Nafsu makan meningkat



Sering buang air kecil

GEJALA



Mudah lelah



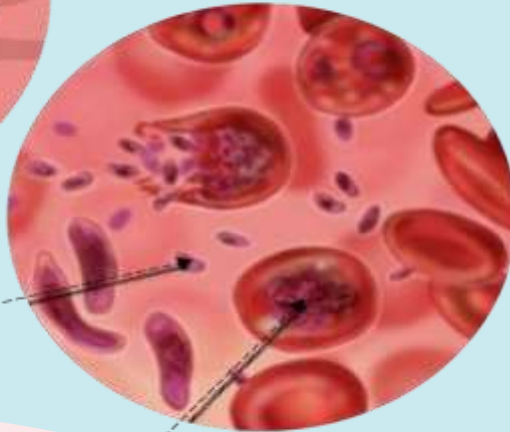
Berat badan menurun

Malaria dan TORCH

MALARIA



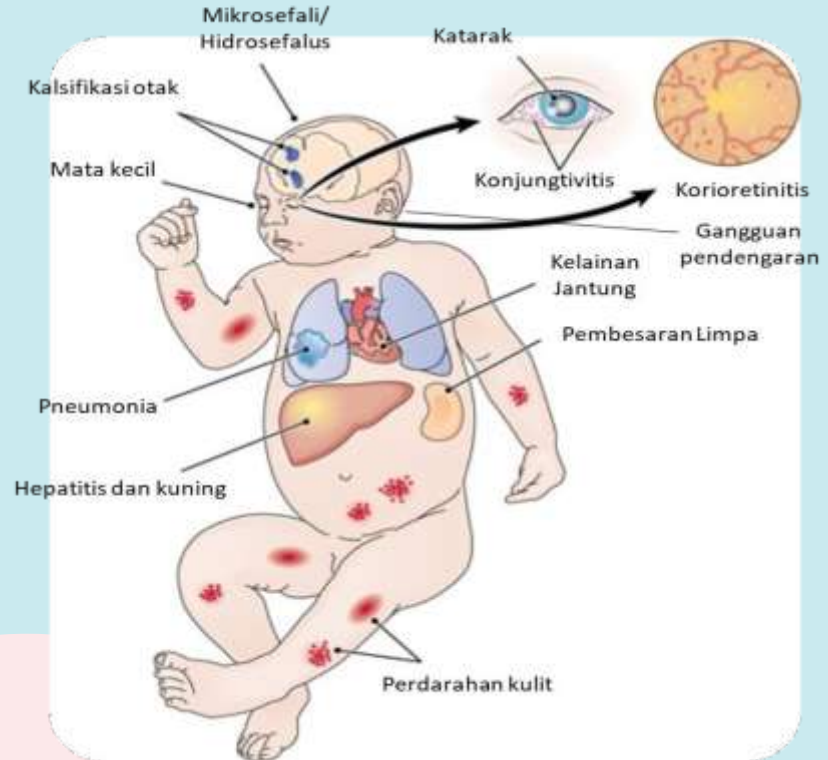
Parasit
plasmodium



Sel darah
terinfeksi

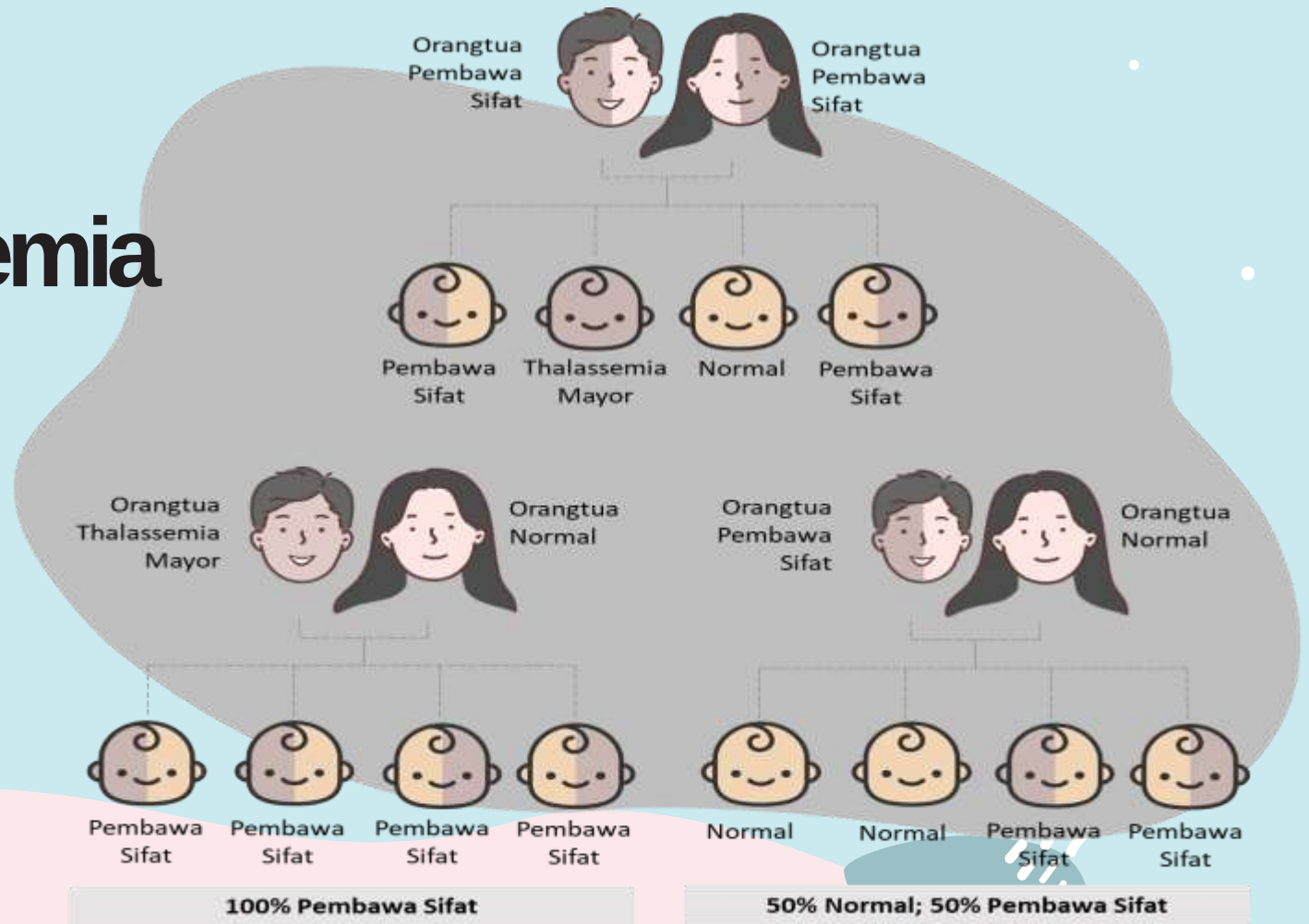
TORCH

*TOXOPLASMA, RUBELLA,
CYTOMEGALOVIRUS, HERPES*





Thalassemia





Hemofilia



Sel darah
normal

Perdarahan

Darah
membeku

SEHAT



Sel darah
normal

Perdarahan

Darah tidak
bisa membeku

HEMOFILIA

Stunting

1 dari 3 Anak Indonesia mengalami stunting/kerdil

kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak lebih pendek untuk usianya



Dampak



MUDAH SAKIT



KEMAMPUAN KOGNITIF
BERKURANG



SAAT TUA BERISIKO
TERKENA PENYAKIT
BERHUBUNGAN DENGAN
POLA MAKAN



FUNGSI-FUNGSI
TUBUH TIDAK
SEIMBANG



MENGAKIBATKAN
KERUGIAN EKONOMI



POSTUR TUBUH
TAK MAKSIMAL
SAAT DEWASA

Pencegahan



CALON IBU
YANG SEHAT DENGAN
STATUS GIZI BAIK



PEMEMUHAN KEBUTUHAN
GIZI BAGI IBU HAMIL



AKSES AIR
BERSIH DAN
FASILITAS SANITASI



BERIKAN
ASI DAN MPASI



LENGKAPI
KEBUTUHAN
IMUNISASI ANAK



MEMANTAU
PERTUMBUHAN
BALITA DI POSYANDU



1000HPK

Hari Pertama Kehidupan



sejak dalam kandungan
(270 hari) - anak berusia 2
tahun (730 hari)

Periode Emas



- Calon ibu sehat & status gizi baik
- Pemeriksaan kehamilan secara teratur dan gizi seimbang
- Bayi mendapatkan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) & ASI eksklusif
- Bayi mendapatkan makanan pendamping ASI mulai usia 6 bulan
- Bayi dipantau pertumbuhan & Perkembangannya
- Bayi mendapatkan imunisasi dasar lengkap & kapsul vitamin A

INFEKSI MENULAR SEKSUAL (IMS)



8 GEJALA DAN
TANDA-TANDA
MENDERITA
IMS

KONJUNCTIVIS
NEONATORUM

DUH TUBUH
VAGINA

DUH TUBUH
URETRA

ULCUS
GENITAL

VEGETASI
GENITAL

BUBO
INGUINAL

NYERI
PERUT
BAWAH

PEMBENKAKAN
SKROTUM



8

INFEKSI

MENULAR SEKSUAL (IMS)

IMS adalah penyakit infeksi yang ditularkan melalui hubungan seksual.

Klasifikasi IMS berdasarkan 8 gejala/tanda:

1. **Duh Tubuh Uretra:** GO, Chlamydia
2. **Duh Tubuh Vagina:** GO, Trikomoniasis, Candidosis Vaginalis, Vaginosis Bakteri
3. **Ulkus Genital:** Sifilis, Ulkus Mole (*Chancroid*), dengan vesikel: Herpes Genitalis
4. **Vegetasi Genital:** Kondilomata Akuminata
5. **Bubo Inguinal:** Limfogranuloma Venereum, *Chancroid*
6. **Nyeri perut bawah:** merupakan manifestasi dari penyakit-penyakit IMS
7. **Pembengkakan skrotum**
8. **Konjungtivitis Neonatorum**

INFEKSI MENULAR SEKSUAL (IMS)



1



2



3



4



5



6

Jenis IMS

1. **Gonore**
(Kencing Nanah)
2. **Sifilis**
(Raja Singa)
3. **Herpes Genitalis**
4. **Konjungtivis Gonore**
5. **Kondiloma Akuminata**
(Jengger Ayam)
6. **Konjungtivis Klamidiosis**

INFEKSI SALURAN REPRODUKSI (ISR)



Kandidiasis vaginalis



Vaginosis bakterial



Trikomoniasis



8

INFEKSI

SALURAN REPRODUKSI (ISR)



JENIS ISR

MASA INKUBASI

GEJALA

KOMPLIKASI

PENCEGAHAN

Kandidiasis vaginalis

Pruritus vulva, inflamasi pada introitus pada introitus dan labia, disertai edema atau fisura, duh tubuh vagina bergumpal, putih, kadang-kadang dapat kental, atau kekuningan pH vagina <4,5

Kulit sekitar vulva lecet

Jaga kebersihan alat kelamin

Vaginosis bacterial

Beberapa hari sampai 4 minggu

Vagina berbau amis terutama setelah hubungan seksual, duh tubuh vagina tidak terlalu banyak, homogen, putih keabu-abuan, melekat pada dinding vagina, tidak ada tanda inflamasi, pH vagina > 4,7, tes amin (+)

Pada perempuan hamil dapat menyebabkan ketuban pecah dini, kelahiran prematur, bayi berat badan lahir rendah

Trikomoniasis

Beberapa hari sampai 4 minggu

Duh tubuh vagina homogen, banyak, purulen, kadang-kadang berbusa, mukosa vagina eritema, berbau seperti ikan busuk, dapat disertai pruritus vulva, pH vagina > 5,0

Pada perempuan hamil dapat menyebabkan partus prematur, bayi berat badan lahir rendah

HIV AIDS



Hubungan Seks
Tidak Aman

Transfusi Darah
mengandung HIV



**PENULARAN
HIV**



Penggunaan
Narkoba Suntik
bergantian



Ibu ke Bayi saat
kehamilan, persalinan
dan menyusui

Makan/minum Bersama,
memakai peralatan
makan/minum bersama

Bersentuhan. Berjabat
tangan, berpelukan, hidup
serumah bersama



**HIV TIDAK
MENULAR
MELALUI**



Berenang
Bersama



Gigitan
Serangga

CEGAH HIV AIDS



**SALING SETIA
DENGAN PASANGAN**



**GUNAKAN
KONDOM**



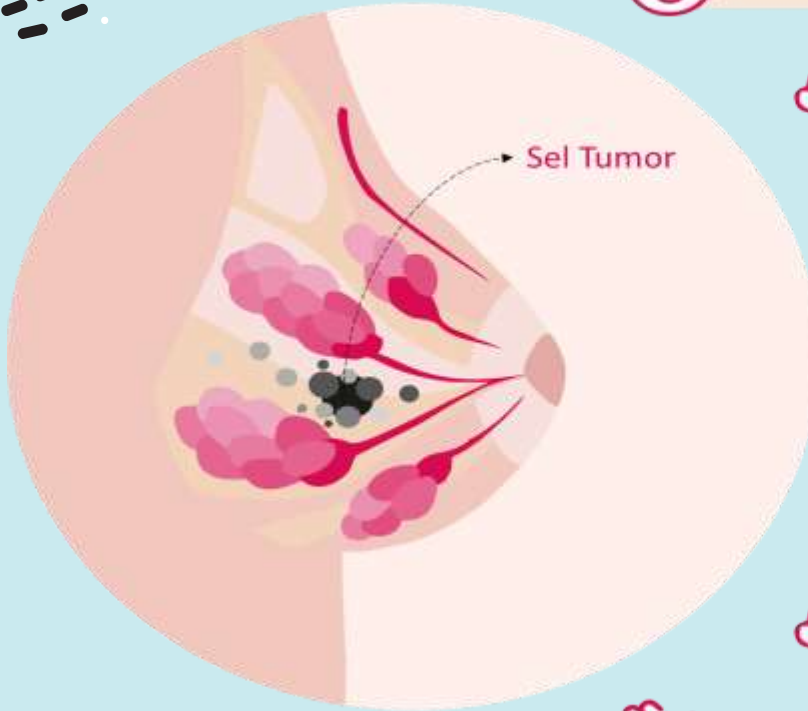
**TIDAK MENGGUNAKAN
NARKOBA SUNTIK**



**PENCEGAHAN
PENULARAN HIV DARI
IBU KE ANAK (PPIA)**

*Namun,
apapun bentuknya
HINDARI NARKOBA
Karena merugikan
diri sendiri*

Kanker Payudara



35+

Riwayat kehamilan pertama pada usia lebih dari 35 tahun



40+

Perempuan usia lebih dari 40 tahun lebih sering terkena kanker payudara



50+

Perempuan yang menopause pada usia lebih dari 50 tahun



Perempuan yang riwayat haid pertama kurang dari usia 12 tahun



Perempuan yang belum pernah melahirkan atau yang tidak pernah menyusui



Perempuan yang memiliki riwayat tumor jinak

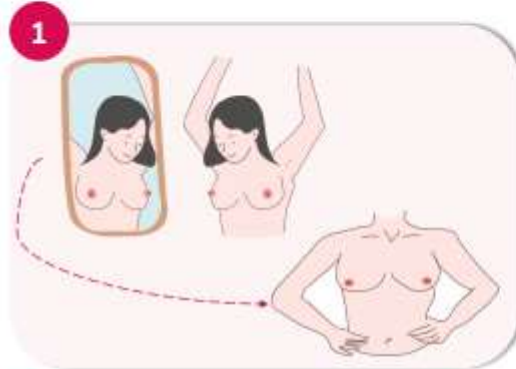


Riwayat Keluarga

Lakukan "**PERIKSA PAYUDARA SENDIRI (SADARI)**" secara rutin pada hari ke 7-10 dari hari pertama haid.

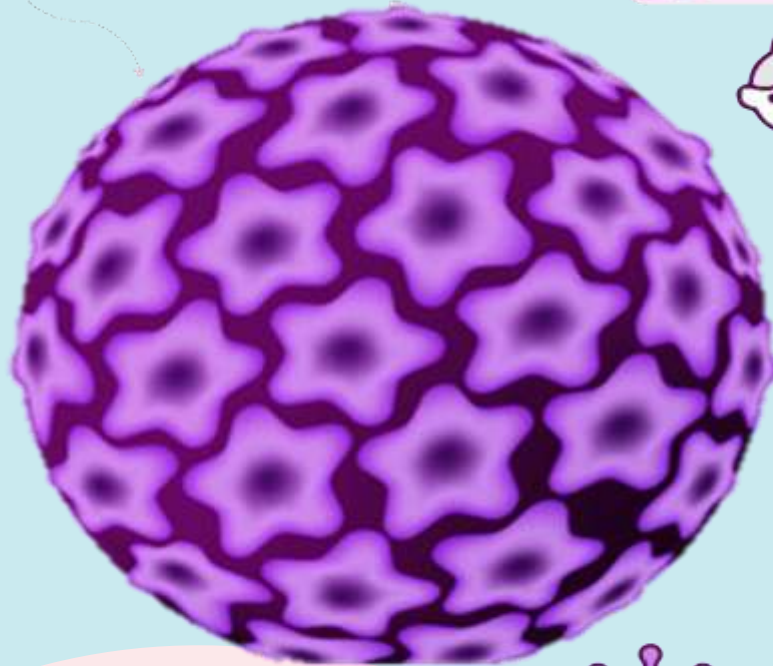
DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA

SADARI (PERIKSA PAYUDARA SENDIRI)



Kanker Leher Rahim (Serviks)

Human Papillomavirus (HPV)
Penyebab Kanker Leher Rahim



Berganti-ganti pasangan seksual atau berhubungan dengan pria yang sering berganti pasangan



Ibu atau kakak yang menderita kanker leher rahim



Perokok Aktif maupun Pasif



Penurunan daya tahan tubuh



Menikah atau melakukan hubungan seksual sebelum usia 17 tahun



Perempuan yang melahirkan banyak anak



Terpapar Infeksi Menular Seksual (IMS)

KEHIDUPAN SEKSUAL SUAMI ISTRI





KEHIDUPAN SEKSUAL SUAMI ISTRI



Faktor Fisik

- Ada atau tidaknya penyakit
- Pola hidup
- Pengobatan tertentu

Faktor Psikis

- Ada atau tidaknya stress
- Kejenuhan
- Suasana harmonis

Gangguan kehidupan seksual dapat terjadi pada suami (laki-laki) ataupun istri (perempuan).

Komunikasikan apa yang menjadi kebutuhan seksual dari masing-masing pasangan agar suami istri dapat menikmati kehidupan seksual yang sehat dan berkualitas.

GANGGUAN SEKSUAL PADA PEREMPUAN DAN LAKI-LAKI





GANGGUAN SEKSUAL PADA PEREMPUAN DAN LAKI-LAKI



PEREMPUAN

Gangguan dorongan seksual, misalnya dorongan seksual hipoaktif (frigid) atau hiperaktif (ninfomania).

Gangguan bangkitan seksual, yaitu vagina yang kurang mengeluarkan cairan meskipun sudah dalam keadaan cukup terangsang.

Rasa sakit atau tidak nyaman di kelamin dan sekitarnya setiap kali berhubungan seksual.

Tidak bisa atau sulit untuk mencapai orgasme saat berhubungan seksual.

LAKI-LAKI

Gangguan dorongan seksual, misalnya dorongan seksual hipoaktif (frigid) atau hiperaktif (ninfomania).

Disfungsi ereksi (impotensi), hal ini dapat disebabkan oleh faktor fisik misalnya karena menderita diabetes melitus atau faktor psikis misalnya karena stres.

Gangguan ejakulasi, yaitu ejakulasi dini atau justru ejakulasi yang terhambat.

Gangguan orgasme, yaitu tidak bisa merasakan orgasme.

MENCEGAH GANGGUAN SEKSUAL



KOMUNIKASI
adalah hal yang sangat penting

Tidak mengonsumsi obat kuat atau ramuan yang kandungan dan indikasinya tidak dapat dipertanggung jawabkan



Gaya Hidup Sehat
Makan bergizi seimbang, aktivitas fisik dan olahraga, serta tidak merokok



MENCEGAH GANGGUAN SEKSUAL



Selalu ingat bahwa kehidupan seksual adalah milik bersama dan dibina bersama pasangan.

Bersikap dan bicaralah secara terbuka apa adanya. Masing-masing pasangan berhak tahu mana hal yang mereka suka dan mana hal yang tidak mereka suka.



Jaga kesehatan tubuh dan jiwa dengan gaya hidup yang sehat, misalnya tidak merokok, kelola stres, tidur cukup, pola makan gizi seimbang, dan berolahraga secara teratur.

Jangan tergoda untuk menggunakan obat/ramuan yang tidak jelas isi dan indikasinya. Meminum obat yang tidak jelas hanya akan membahayakan fungsi organ tubuh lain seperti hati dan ginjal. Bahkan konsumsi obat yang kandungannya tidak jelas dapat memberikan efek jangka panjang terjangkit berbagai penyakit.



Jagalah keseimbangan antara kesibukan dan rekreasi. Selalu usahakan untuk memiliki waktu khusus hanya berdua bersama pasangan.

Jangan melakukan hubungan seksual hanya sebagai hal yang rutin untuk menghindari kejenuhan. Komunikasikan dengan pasangan masing-masing sesuai kebutuhan.

MENJAGA KESEHATAN JIWA DAN HARMONISASI PASANGAN SUAMI ISTRI



Saling mengenali dan memahami karakter pasangan penting untuk mewujudkan keluarga yang sehat, bahagia dan sejahtera



Pencegahan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)



Ke **Fasyankes** untuk mendapatkan pengobatan atau rujukan



Melapor ke **polisi** atau **P2TP2A/UPTD PPA**



1

Kekerasan Fisik

2

Kekerasan Psikis

3

Kekerasan Seksual

4

Penelantaran

5

Eksplorasi



Konsultasi
Psikologis/Hukum



Cerita dengan
teman

Pernikahan yang ideal adalah tanpa KDRT. Dapat diwujudkan ketika suami dan istri saling menghormati dan menghargai satu sama lain



TINDAK KEKERASAN YANG MENGANGGU PERNIKAHAN



Hal-hal yang harus dihindari dalam pernikahan adalah

1. Kekerasan secara fisik

Misal: memukul, menendang, menampar, menjambak rambut, menyundut dengan rokok, melukai)

2. Kekerasan secara psikis

Misal: menghina, mengeluarkan komentar yang merendahkan, melarang pasangan mengunjungi saudara atau teman, mengancam)

3. Kekerasan seksual

Misal: memaksa dan menuntut berhubungan seksual, melakukan hubungan seksual yang tidak aman)

4. Penelantaran

Misal: tidak memberi nafkah lahir/batin)

5. Eksploitasi

Misal: memanfaatkan, memperdagangkan dan memperbudak pasangan)

SOLUSI MENGATASI TINDAK KEKERASAN



Ke **Fasyankes** untuk
mendapatkan
pengobatan atau
rujukan



Melapor ke **polisi** atau
P2TP2A/UPTD PPA



Konsultasi
Psikologis/Hukum



Cerita dengan
teman

PESAN PENTING



1. Semua kehamilan harus direncanakan
2. Sebelum hamil periksa kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan, dan dinyatakan layak hamil
3. Hamil harus dalam kondisi sehat baik fisik, mental, dan sosial
4. Bila belum sehat dan belum layak hamil, tunda kehamilan menggunakan kontrasepsi
5. Bila hamil kontrol ke fasilitas Kesehatan

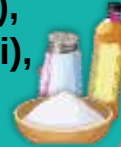


Pesan untuk Catin !



Konsumsi makanan bergizi seimbang

Batasi konsumsi Gula (4 sdm/hari), Garam (1 sdt/hari), & lemak (5 sdm/hari)



Hindari makanan instan, mengandung pewarna buatan/ pengawet



Cek kesehatan secara rutin & patuhi saran dari petugas kesehatan

Jaga kebersihan & kesehatan organ reproduksi



Perbanyak aktivitas fisik



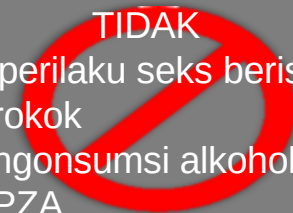
Hindari stres



Menerapkan perilaku hidup bersih & sehat

TIDAK

- Berperilaku seks berisiko
- Merokok
- Mengonsumsi alkohol/ NAPZA





Terima kasih

