

Septi Aprilia, S.Pd, M.Pd
Wijayanti, SST, M.Kes
Heni Purwaningsih, S.Kep, Ns, M.Kep

Buku Kesehatan Reproduksi Remaja Putri



ITS PKU MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2023

BUKU
KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA PUTRI

Oleh:
Septi Aprilia, S.Pd, M.Pd
Wijayanti, SST, M.Kes
Heni Purwaningsih, S.Kep, Ns, M.Kep

ITS PKU MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2023

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunianya sehingga Buku Ajar sebagai luaran dari kegiatan Penelitian Dosen Kinerja Tahunan (PDKT) dengan judul “PENGEMBANGAN FLIP BOOK KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA BERBASIS SCIENTIFIC LITERACY UNTUK MAHASISWA KESEHATAN ITS PKU MUHAMMADIYAH SURAKARTA” telah dapat diselesaikan.

Pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi merupakan bekal untuk berperilaku sehat dan bertanggung jawab, tetapi tidak semua remaja putri memperoleh informasi yang cukup dan benar tentang kesehatan reproduksi. Kesehatan reproduksi sangat penting diketahui untuk pemeliharaan kesehatan reproduksi sejak dini dalam rangka mewujudkan kesehatan bagi calon seorang ibu yang akan melaksanakan kodrat untuk mengandung, melahirkan dan menyusui. Peran tenaga kesehatan sangatlah penting guna meningkatkan pengetahuan sehingga harapannya dapat memotivasi, membentuk sikap dan perilaku remaja putri dalam menjaga organ reproduksi tetap sehat.

Buku Kesehatan remaja putri diharapkan dapat digunakan sebagai bahan ajar untuk meningkatkan pengetahuan, motivasi dan kepedulian terhadap remaja khususnya remaja putri akan pentingnya pemeliharaan kesehatan reproduksi. Buku ini juga dapat menjadi sumber bacaan dalam proses pembelajaran, menjadi bahan

atau materi dalam kegiatan pendidikan kesehatan untuk remaja putri.

Penyusunan buku ajar menjadi salah satu nilai tambah dalam memenuhi laporan akhir sebagai pertanggungjawaban peneliti terhadap Institut Teknologi sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta. Pada kesempatan ini kami menyampaikan Terimakasih kepada Institut Teknologi sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta yang telah mensupport dan mendanai Penelitian Dosen Kinerja Tahunan (PDKT) sehingga tercapai luaran buku ajar ini. Terimakasih juga kami ucapkan kepada Rektor Institut Teknologi sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta, Kepala LPPM Institut Teknologi sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta dan seluruh pihak yang telah berkontribusi dan memberikan dukungan dalam penyelesaian buku ajar ini.

Kami menyadari masih terdapat kekurangan dalam penyusunan buku ajar ini, untuk itu kami mohon kritik dan saran yang membangun untuk penyempurnaan buku ajar ini. Semoga buku ajar ini dapat memberi manfaat bagi mahasiswa, tenaga kesehatan, para remaja putri dan pihak yang membutuhkan.

Surakarta, Mei 2023
Tim Penyusun

PENDAHULUAN

Wanita merupakan makhluk yang dikodratkan oleh Sang Khalik sebagai perantara lahirnya manusia di bumi. Wanita diberikan kelebihan untuk bisa mengandung, melahirkan, memelihara calon manusia dan mendidiknya. Tugas ibu, sungguh suatu tugas yang tidak ringan.

Keberhasilan mewujudkan generasi yang ideal ada di tangan kaum wanita. Tidaklah berlebihan apabila Rasulullah Shallallaahu 'Alaihi Wasallam memberi penghargaan terhadap kaum ibu, sebagaimana dalam Hadits Riwayat Imam Ahmad, bahwa Rasulullah bersabda: "Surga itu berada di bawah telapak kaki para ibu . Untuk itu secara fisik dan rohani memang wanita harus dipersiapkan guna memiliki kesanggupan dalam melaksanakan tugas siklus kehidupan semenjak dari remaja yaitu kesehatan reproduksi

Kesehatan reproduksi tidak hanya berarti terbebas dari penyakit atau gangguan selama proses reproduksi, tetapi kondisi ketika proses reproduksi tercapai dalam situasi kesehatan fisik, mental, dan sosial yang sempurna yaitu meliputi seluruh proses, dan sistem reproduksi pada tahapan kehidupan manusia secara lebih khusus pada masa peralihan ke remaja, studi kesehatan reproduksi mempelajari bagaimana individu dapat terbebas dari berbagai gangguan kesehatan yang disebabkan oleh proses atau bekerjanya fungsi dan sistem reproduksi.

Remaja adalah masa transisi dari periode anak menuju periode dewasa. Pada masa ini terjadi banyak perubahan pesat yang perlu mendapat perhatian dari orangtua. Agar remaja dan orangtua dapat mengatasi transisi ini dengan baik, penting untuk mengerti bagaimana dan apa yang terjadi selama transisi ini secara fisik, kognitif, sosial serta bagaimana peran orangtua dan dewasa lainnya membantu proses ini.

Untuk itu remaja perlu dibekali pengetahuan Kesehatan reproduksi guna meningkatkan pengetahuan, ketrampilan dan sikap dalam kesehatan reproduksi.

DAFTAR ISI

Kata Pengantar | iii

Pendahuluan | v

Daftar Isi | vii

1

KONSEP KESEHATAN REPRODUKSI

A. Pengertian | 1

B. Ruang Lingkup Kesehatan Reproduksi
dalam Siklus Kehidupan | 2

C. Hak-hak Reproduksi | 2

2

KONSEP REMAJA

A. Pengertian | 11

B. Batasan Usia Remaja dan Ciri-ciri
Umum | 13

C. Perkembangan Remaja | 16

3

FISIOLOGI ORGAN REPRODUKSI

A. Menstruasi | 21

B. Menstruasi dalam Islam | 25

4

MASALAH KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA

- A. PMS (Pra Menstrual Syndrome) | 28
- B. Dismenorea | 30
- C. Gangguan Menstruasi | 32
- D. Keputihan | 35
- E. FAM (Fibroadenoma Mammae) | 38
- F. Kanker Payudara | 40
- G. Anemia | 41

5

PERAWATAN ORGAN REPRODUKSI

- D. Kebersihan Organ Genetalia | 43
- E. Manajemen Kebersihan Menstruasi | 44
- F. Tata Cara Bersuci dari Menstruasi | 46
- G. Cara Merawat Organ Reproduksi | 50

Daftar Pustaka | 64