

Kode Puslitbang : 5-KM

LAPORAN
KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
KONSELOR
GAMBARAN UMUM KONSELING REMAJA



OLEH :

Hanik Atum Muzayanah, S.Psi., M.Psi

KERJASAMA
FAKULTAS PSIKOLOGI UNTAG 1945 SAMARINDA
BKKBN PROVINSI KALIMANTAN TIMUR
SAMARINDA
2017


HALAMAN PENGESAHAN

Judul Kegiatan : Gambaran Umum Konseling Remaja
Kode>Nama Rumpun Ilmu : 5-KM
Nama : Hanik Atum Muzayanah, M.Psi (Narasumber)
NIDN : 1112038302
Jabatan Fungsional : Dosen Fakultas Psikologi
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Tempat : Ruang Belajar BKKBN Provinsi Kaltim
Waktu Pelaksanaan : 22 April 2017
Sumber Pembiayaan : BKKBN Provinsi Kaltim

Samarinda, 27 April 2017

Menyetujui
Dekan Fakultas Psikologi

Nuraida Wahyu S., M.Psi., Psikolog
NIDN : 1129107101

Narasumber

Hanik Atum M., S.Psi., M.Psi
NIDN : 1112038302

Mengetahui
Ketua LP3M

Prof. Dr. H. Eddy Soegiarto, M.M
NIP. 19542010 198503 1 001

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kepedulian pemerintah terhadap masalah kesehatan reproduksi remaja cenderung semakin tinggi. Hal ini disebabkan berbagai masalah yang dihadapi remaja semakin kompleks. Masa remaja sangat erat kaitannya dengan perkembangan psikis pada periode yang dikenal sebagai pubertas serta diiringi dengan perkembangan seksual. Kondisi ini menyebabkan remaja menjadi rentan terhadap masalah-masalah perilaku berisiko, seperti melakukan hubungan seks sebelum menikah dan penyalahgunaan napza, yang keduanya dapat membawa risiko terhadap penularan HIV dan AIDS. Kompleksitas permasalahan remaja tersebut perlu mendapat perhatian secara terus menerus baik dari pihak pemerintah, LSM, masyarakat, maupun keluarga, guna menjamin kualitas generasi mendatang.

Dalam upaya meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi, menjadikan remaja tegar dalam menghadapi masalah dan mampu mengambil keputusan terbaik bagi dirinya, maka pelayanan konseling sangat diperlukan remaja. Meskipun kepedulian pemerintah, masyarakat maupun LSM dalam memperluas penyediaan informasi dan pelayanan kesehatan reproduksi sudah semakin meningkat, namun dalam akses pemberian pelayanan konseling masih terbatas. Hal ini antara lain disebabkan keterbatasan jumlah fasilitas pelayanan konseling bagi remaja yang terbatas. Disamping itu, kemampuan tenaga konselor dalam memberikan konseling kepada remaja di pusat-pusat pelayanan informasi dan konsultasi kesehatan reproduksi remaja juga masih terbatas.

Atas dasar itulah maka guna mendukung kemampuan SDM dalam melakukan konseling kesehatan reproduksi remaja perlu disiapkan tenaga yang terlatih melalui pelatihan konseling kesehatan reproduksi remaja. BKKBN Provinsi Kaltim bekerjasama dengan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda melaksanakan pelatihan konseling sebaya mengenai kesehatan reproduksi remaja pada

tanggal 12 April 2017 di ruang belajar BKKBN provinsi kaltim. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta tentang seksualitas, meningkatkan sikap dan keterampilan mikro dalam melakukan konseling, dan meningkatkan pengetahuan tentang penanggulangan masalah remaja.

B. Tujuan Kegiatan

1. Mensosialisasikan tentang Gambaran Umum Konseling Remaja
2. Diharapkan dalam kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan peserta tentang seksualitas, meningkatkan sikap dan keterampilan mikro dalam melakukan konseling, dan meningkatkan pengetahuan tentang penanggulangan masalah remaja.

II. METODE PENDEKATAN

A. Waktu dan Tempat

Kegiatan sosialisasi mengenai : Kesehatan Reproduksi Remaja Bagi Konselor Sebaya Di Provinsi “Gambaran Umum Konseling Remaja”.22April 2017. Pelaksanaan Ruang Belajar BKKBN Provinsi Kaltim.

B. Peserta

Kegiatan sosialisasi diikuti oleh 80 peserta, BKKBN Provinsi Kaltim.

C. Media

Media yang digunakan dalam kegiatan pelatihan terdiri atas : form konseling, bio data client, dan alat tulis.

D. Metode Pelaksanaan

Kegiatan pelatihan yang dilaksanakan meliputi yaitu : (1) menyediakan ruang konseling (2) mempersiapkan form konseling dan biodata client (3) melakukan konseling, dan (4) memberikan feedback dan saran pengembangan

III. MATERI

A. File Power Point Gambaran Umum Konseling Remaja

KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA

Hanik Atum Muzayanah, S.Psi, M.Psi

CURRICULUM VITAE

Hanik Atum Muzayanah, S.Psi, M.Psi

Mobile phone : 081234561783

e-mail : hanikhamzah79@gmail.com

AKTIFITAS

Dosen di Fakultas Psikologi UNTAG

Guru Bimbingan Konseling SMP N 1 Samarinda

Aktif sebagai nara sumber ilmu Psikologi sosial

PRE TESTS

- ▶ **Apa kamu pernah mendengar istilah kesehatan reproduksi remaja?**
- ▶ **Apa yang kamu ketahui tentang kesehatan reproduksi remaja?**
- ▶ **Sebutkan karakter seksual primer pada remaja putra & putri!**
- ▶ **Sebutkan organ reproduksi remaja putri?**
- ▶ **Sebutkan organ reproduksi remaja putra?**
- ▶ **Apakah kamu tahu proses terjadinya menstruasi?**
- ▶ **Apakah kamu tahu proses terjadinya mimpi basah?**
- ▶ **Apakah perempuan bisa hamil hanya dengan 1 kali berhubungan seks?**
- ▶ **Apa kamu pernah mendengar istilah PMS?**
- ▶ **Apa yang kamu ketahui tentang HIV?**

**Kenapa sih kita
Harus ikut pelatihan
ini ??**



Karena kalian adalah R-
E-M-A-J-A!!

Ada apa sih dengan remaja?



Pengin eksis!



Hura-hura



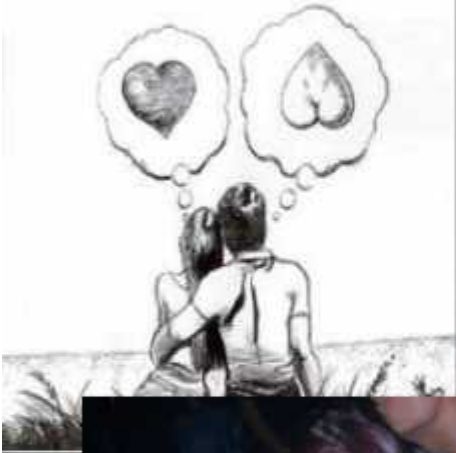
by : nandaep



Sasaran empuk virus merah jambu



Hingga akhirnya



Ini adalah jalan yg mereka pilih

Pengin nyoba sesuatu yg baru ...



Dan inilah yg mereka tempuh

PADAHAL

**mereka sering tak
sadar,**

**beginilah semua
berujung**

.....

MERDEKA

MATAHATI

MATI

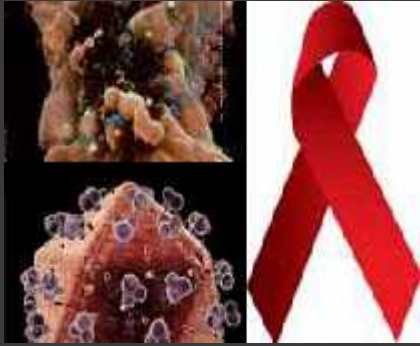


BARU KEMERDEKAAN ITU BELAKI BUKU SETIAP HARI BARU DAN OLEH SEBAB ITU HANYA PERALIHAN BARU. HANYA BUKU HANYA AKAN MENYINGKAPKAN DAN HEBAT MALU DEPAN BARU INDONESIA.



1st trimester (11 week) aborted fetus. abortionNO.org





STOP AIDS: SAVE FUTURE

Pakar seksologi dr Boyke Dian Nugraha SpOg, mengaku terkejut dengan sebuah penelitian yang menyuguhkan data **6 – 20%** anak SMU dan mahasiswa di Jakarta pernah melakukan hubungan seks pranikah. Lebih mengagetkan lagi, survei yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran di sebuah universitas swasta menyatakan, **35%** dari mereka **sepakat** adanya seks pranikah.

Klinik yang membuka praktek aborsi ilegal di Jakarta dan sekitarnya menjamur, seiring dengan maraknya seks bebas. Jumlah wanita yang menggugurkan kandungan meningkat tajam. Dalam setahun angka aborsi mencapai 2 hingga 3 juta sebanyak 50 persen di antaranya dilakukan oleh remaja. Umumnya pengguguran dilakukan dengan sengaja (induce).

(sumber : BKKBN)

Dr Boyke Dian Nugraha,
seksolog, memperkirakan angka
aborsi di Indonesia terus
meningkat, dimana 50%
dilakukan oleh remaja baik itu
pelajar, mahasiswa ataupun
karyawati.

Badan Narkotika Nasional (BNN)

mencatat, 30 persen dari
total pengguna narkoba
adalah pelajar dan
mahasiswa.

Seperti diketahui, angka HIV/AIDS di Indonesia terus melejit. Mulai 1999 hingga 2008 terus terjadi kenaikan. Pada 1999, jumlah kasus AIDS sekitar 352, namun pada akhir 2008 mencapai 16.110 orang. Menurut perkiraan Badan Kesehatan Dunia (WHO), jumlah kasus HIV/AIDS di Indonesia sudah sekitar 169.000-216.000.



KOMUNIKASI INFORMASI & EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA

FINAL FANTASY X-2 SQUARE CO., LTD. CHARACTER DESIGN: TETSUYA NOMURA

WA REMAJA INDONESIA



REPRODUKSI



APA ITU REPRODUKSI?

Reproduksi berasal dari kata:

re = kembali dan

produksi = membuat atau menghasilkan,

JADI reproduksi adalah suatu proses kehidupan manusia dalam menghasilkan keturunan demi kelestarian hidup.



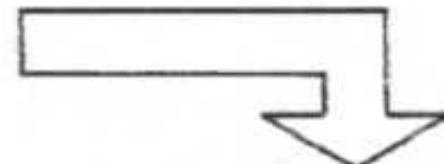
ANAK

- PERTUMBUHAN FISIK
- PERKEMBANGAN FISIK



REMAJA

- PERTUMBUHAN SEKS PRIMER DAN SEKUNDER
- MENSTRUASI
- HORMON ESTROGEN LEBIH DOMINAN
- PERUBAHAN EMOSIONAL
- PERKEMBANGAN BIOSIKOSOSIAL

HAMIL

- PEMBESARAN RAHIM
- PERKEMBANGAN PAYUDARA
- PERTUMBUHAN JANIN
- PERTUMBUHAN PLASENTA
- PERKEMBANGAN JANIN
- PERKEMBANGAN PLASENTA
- PERTUMBUHAN SEL DARAH MERAH FETUS
- KEBUTUHAN F_b MENINGKAT SETELAH BULAN KE 3 KEHAMILAN
- BASAL METABOLIC RATE MENINGKAT SESUDAH BULAN KE 4 KEHAMILAN




INTERVAL

- PEMULIHAN ORGAN-ORGAN REPRODUKSI
- PERSIAPAN UNTUK KEHAMILAN SELANJUTNYA
- UPAYA PENJARANGAN KEHAMILAN



BAYI

- PERKEMBANGAN OTAK
- PERTUMBUHAN FISIK
- PERKEMBANGAN FISIK



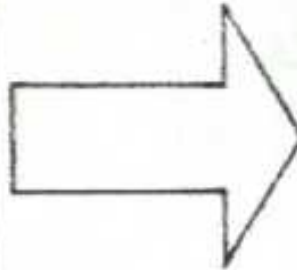

MELAHIRKAN

- PERLU PERSIAPAN FISIK DAN MENTAL
- KEBUTUHAN NUTRISI MENINGKAT KARENA KEBUTUHAN ENERGI MENINGKAT
- PERDARAHAN




MENYUSUI

- MEMPRODUKSI ASI
- KEBUTUHAN MAKAN MENINGKAT

APA SICH KESEHATAN REPRODUKSI ITU?



KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA

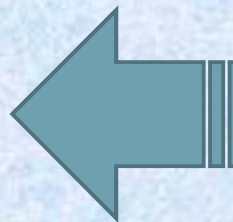
SEHAT SECARA SOSIAL, FISIK, & MENTAL
YANG BERKAITAN DENGAN SISTEM,
FUNGSI & PROSES REPRODUKSI YANG
DIMILIKI OLEH REMAJA



Agar memiliki informasi yang benar mengenai fungsi, peran & proses reproduksi.

Memiliki sikap serta tingkah laku yang bertanggung jawab mengenai proses reproduksi.

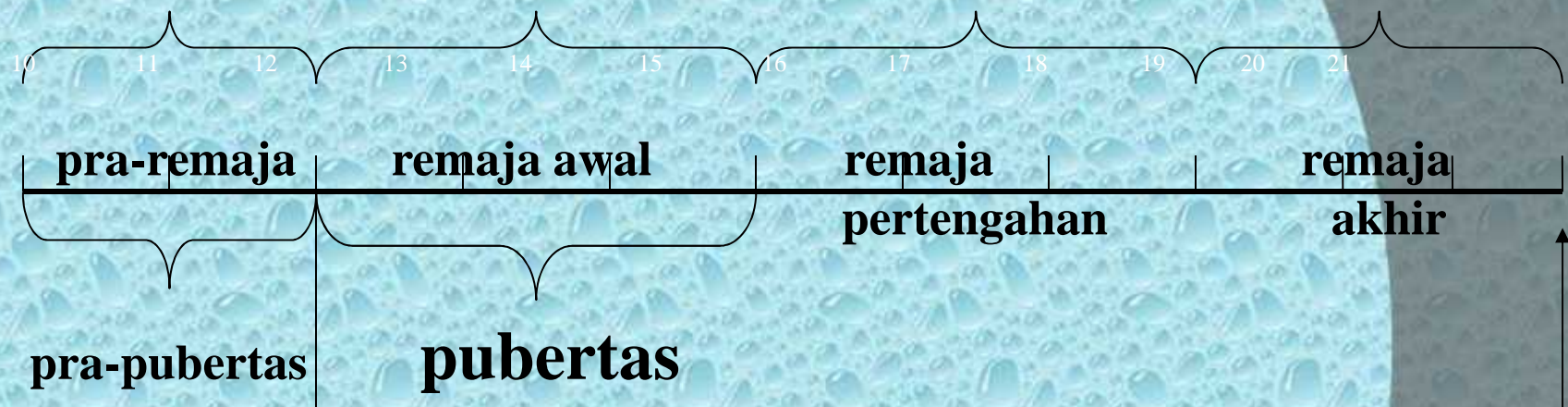
MENGAPA REMAJA
PERLU
MEMPELAJARI
KESPRO?



REMAJA:
SIAPA ITU
REMAJA?



BATASAN USIA REMAJA



Adolesen

Sumber: F.J. Monks, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta:Gadjah Mada Press, 2002), hal. 262

MASA REMAJA ADALAH

MASA PERALIHAN



MASA YANG PENUH GONCANGAN

MASA MENCARI IDENTITAS DIRI



DISKUSIKAN
DENGAN
ORANG
TUAMU

TANYAKAN
PADA
GURUMU

APA YANG
MESTI
DILAKUKAN
JIKA ADA
MASALAH



HATI-HATI JIKA BERTANYA
KEPADA TEMAN



PERTUMBUHAN FISIK REMAJA



Children Are The Future

- Pertumbuhan tubuh dan otot-otot.
- Perkembangan dari dalam, meliputi, perkembangan organ dan kelenjar Seks, Merasakan dorongan seksual yang selama ini belum pernah mereka rasakan.

SEKS = JENIS KELAMIN

KARAKTER SEKSUAL PRIMER

- ▶ Pada remaja pria :
 - Mengalami Wet Dream (Mimpi Basah) dan pengeluaran sperma.
 - Menegangnya alat kelamin pada saat-saat tertentu.
- ▶ Pada remaja putri :
 - Mengalami Menstruasi.

KARAKTER SEKSUAL SKUNDER



- ▶ Pada remaja pria :
 - * Tubuh menjadi lebih jantan.
 - * Suara menjadi besar dan pecah
 - * Tumbuhnya bulu-bulu rambut pada bagian tertentu.
 - * Jerawatan.

- ▶ Pada remaja putri :
 - * Buah dada mulai berkembang.
 - * Bagian tubuh tertentu menjadi berisi dan montok.
 - * Jerawatan.

APA ITU MIMPI BASAH?

Remaja laki-laki memproduksi sperma setiap harinya.

Sperma tidak harus selalu dikeluarkan, ia akan diserap oleh tubuh dan dikeluarkan melalui cairan keringat, kotoran cair dan kotoran padat.

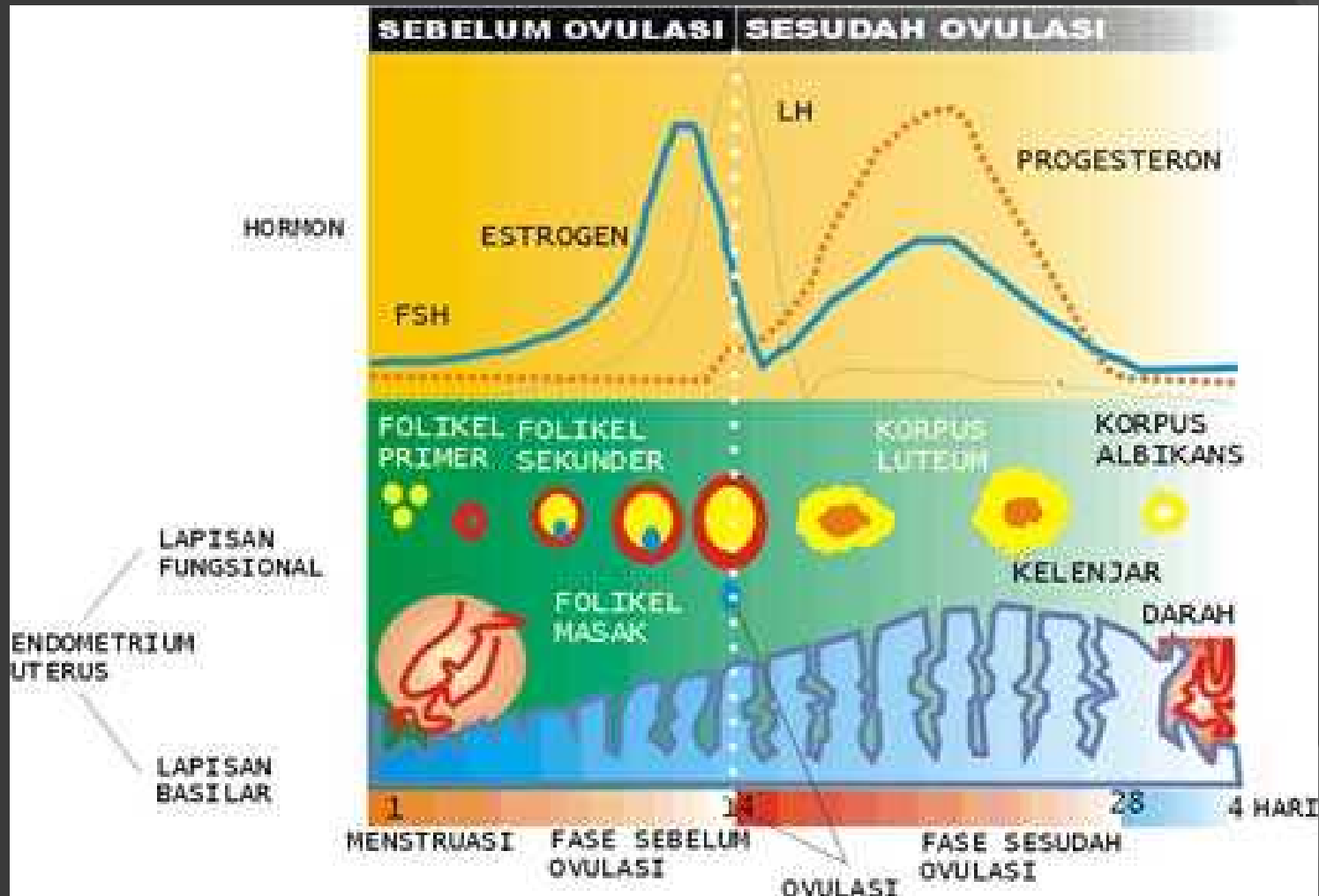
Sperma bisa keluar secara alami (tidak disadari oleh remaja laki-laki) melalui mimpi basah.



Bagaimana proses terjadinya menstruasi?

Menstruasi terjadi karena sel telur yang diproduksi ovarium tidak dibuahi oleh sel sperma dalam rahim. Sel telur tersebut menempel pada dinding rahim dan membentuk lapisan yang banyak mengandung pembuluh darah, kemudian menipis dan luruh keluar melalui mulut rahim dan vagina dalam bentuk darah, yang biasanya terjadi antara 3-7 hari. Jarak antara satu haid dengan haid berikutnya tidak sama pada setiap orang. Adakalanya 21 hari atau bisa juga 35 hari.

Siklus Menstruasi





**APA YANG MESTI
DILAKUKAN**

JAGA HASRAT SEKSUALMU!!!

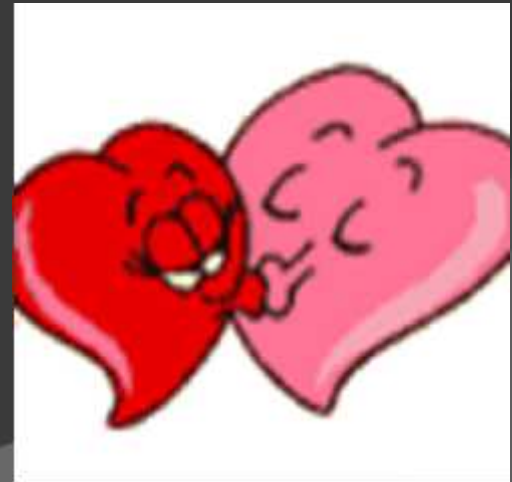
**KATAKAN TIDAK UNTUK
BERHUBUNGAN SEKS SEBELUM
MENIKAH!!!**

**LEBIH BAIK TIDAK BERPACARAN
DULU SEBELUM DEWASA.**

ANGAT!!!!

PACARAN YANG TIDAK JELAS HANYA
AKAN MEMBUAT KAMU:

- ❑ TERJAJAH SECARA SEKSUAL.
- ❑ LUPA DENGAN MASA DEPAN.
- ❑ GAGAL DI SEKOLAH.



INGAT!!!!

HASIL PENELITIAN MENUNJUKKAN
GAYA PACARAN ANAK MUDA
SEKARANG SUDAH TIDAK ISLAMI &
TIDAK SEHAT LAGI.

HASIL PENELITIAN MENUNJUKKAN
BANYAK PEREMPUAN YANG
DINODAI LAKI-LAKI ATAS NAMA
CINTA.

PACARAN SEHAT

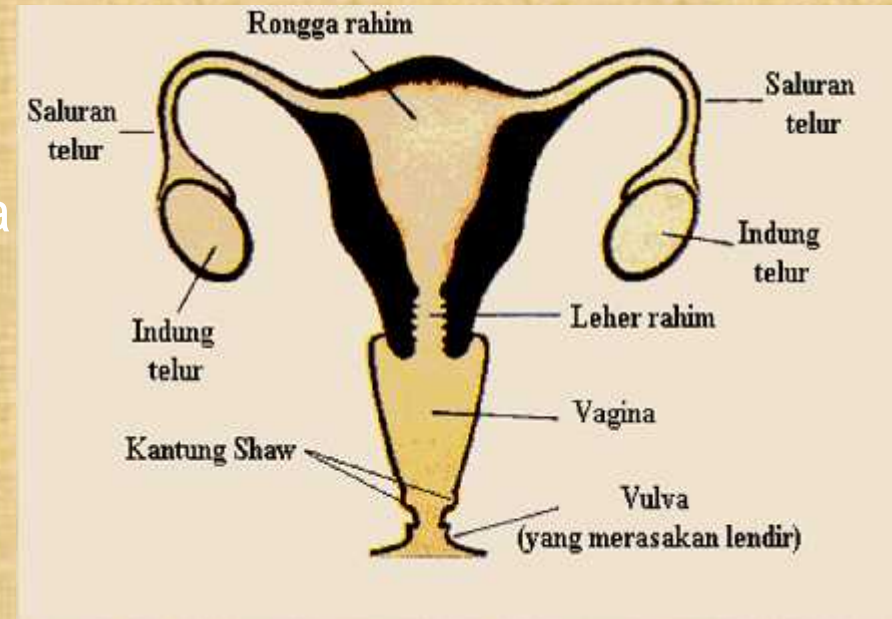


- ❑ SEHAT FISIK
TIDAK ADA KEKERASAN, TIDAK ADA
PEMAKSAAN.
- ❑ SEHAT SOSIAL
TIDAK MELANGGAR NORMA-NORMA SOSIAL,
TETAP BERHUBUNGAN BAIK DENGAN TEMAN
YANG LAIN.
- ❑ SEHAT EMOSIONAL
SALING MENGETI, TERBUKA,
MENGUNGKAPKAN & MENGENDALIKAN EMOSI
DENGAN BAIK.
- ❑ SEHAT SEKSUAL
TIDAK MELAKUKAN PERBUATAN-PERBUATAN
YANG DILARANG OLEH AGAMA.



ORGAN REPRODUKSI PEREMPUAN

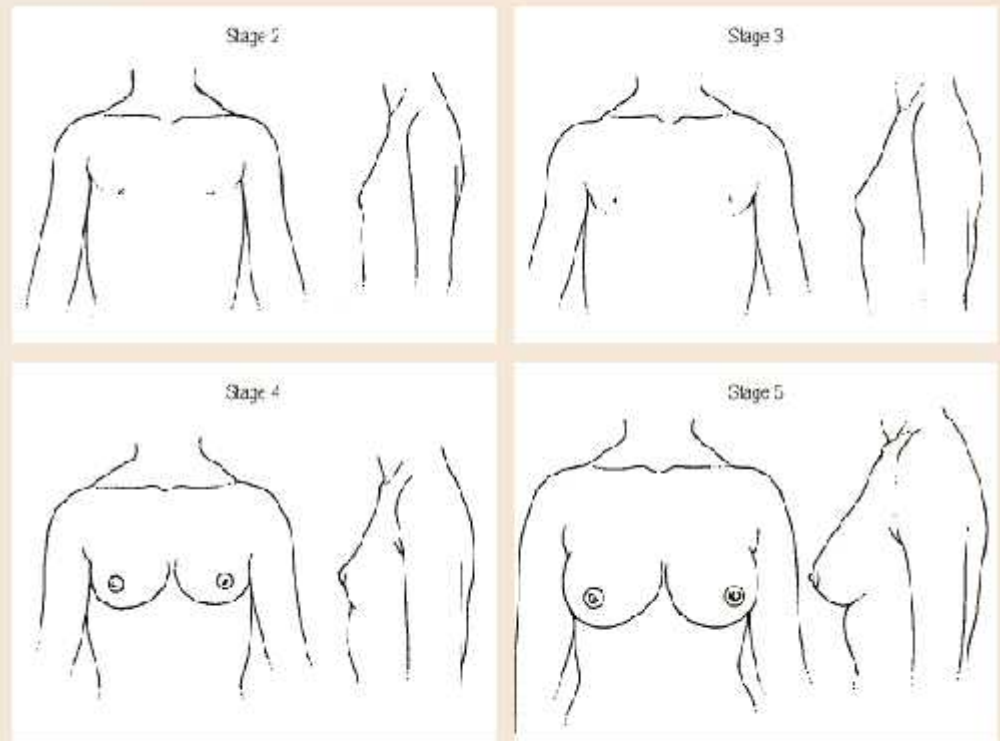
- ▶ Bagian luar::
 - Bibir luar/*labia majora*
 - Bibir dalam/*labia minora*
 - Kelentit (*clitoris*)
 - Lubang kemaluan (lubang vagina) terletak antara lubang kencing dan anus (dubur)
 - Rambut kemaluan yang tumbuhnya saat perempuan memasuki usia pubertas
- ▶ Bagian dalam:
 - Vagina (liang kemaluan/liang senggama)
 - Mulut rahim (*cervix*)
 - Rahim (*uterus*)
 - Dua buah saluran telur (*tuba fallopi*)
 - Dua buah indung telur (*ovarium*) kanan dan kiri.



Klasifikasi Tingkat Maturitas Kelamin (P) Payudara

- ▶ M 1: Prapubertas
- ▶ M 2: Menonjol seperti bukit kecil, areola melebar
- ▶ M 3: Payudara dan areola membesar tanpa dapat dipisahkan bentuknya masing-masing
- ▶ M 4: Areola dan papila membentuk bukit kedua
- ▶ M 5: matang, papila menonjol, areola sebagai bagian dari bentuk payudara

FIGURE 2



Female breast development, by Tanner stage. Stage 1: Prepubertal (no. shown); Stage 2: Breast bud beneath the areola, areola enlargement; Stage 3: Enlargement of the entire breast with no protrusion of papilla or or secondary mound; Stage 4: Enlargement of the areola and papilla as a secondary mound; Stage 5: Adult configuration of the breast with protrusion of the nipple.

Source: Carle WA, Paustook S: A physician's guide to sexual maturity. *Advent Care* 1975;33(10):122. Drawings courtesy of Berneise L. Paustook, MD. Adapted from Tanner JM: *Growth at Adolescence*, ed 2. Oxford, England: Blackwell Scientific; 1962.

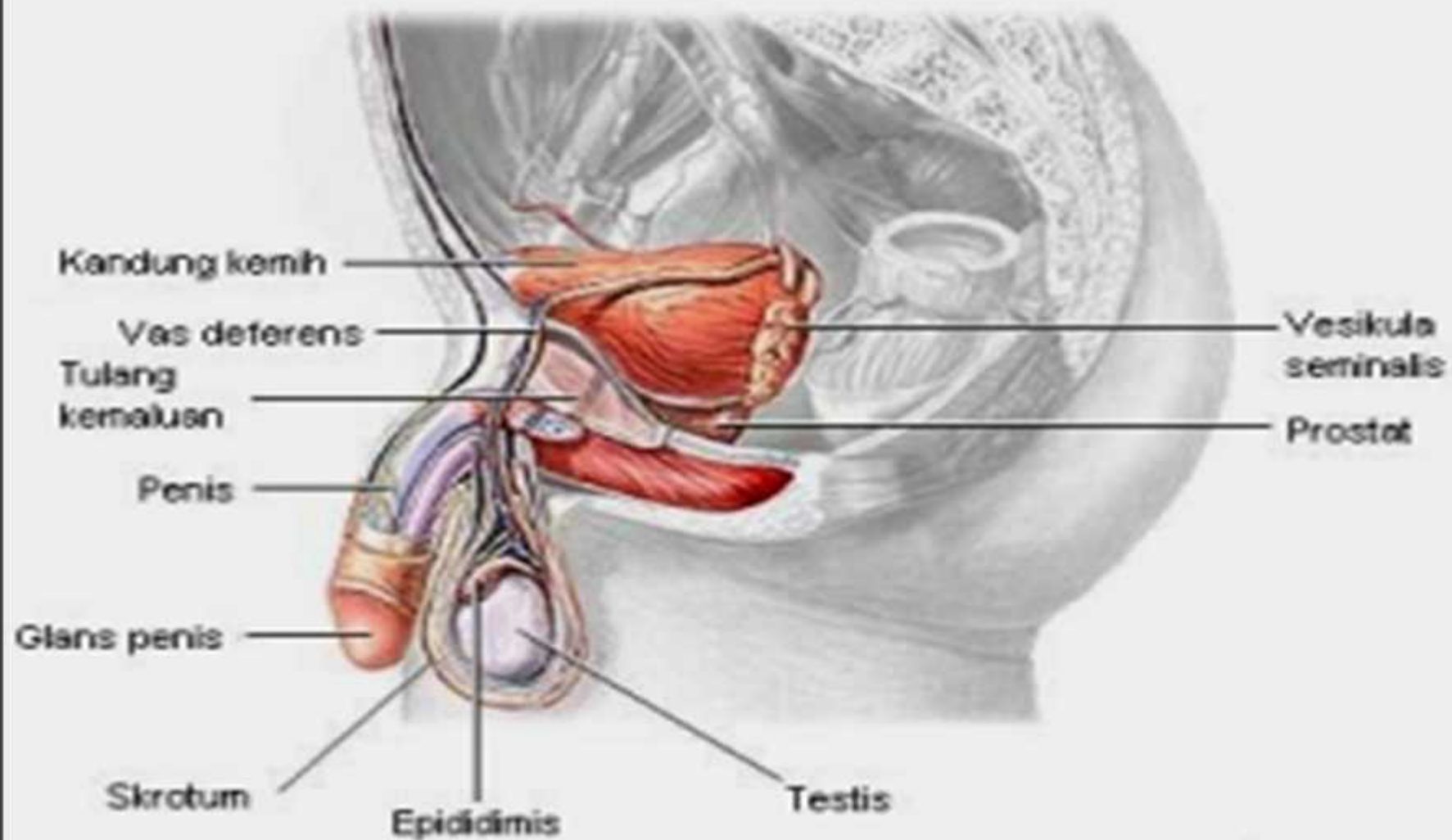
Kapan Masa Subur Terjadi?

Masa subur adalah masa dimana terjadinya pelepasan sel telur pada perempuan. Titik puncak kesuburan terjadi pada hari ke 14 sebelum masa menstruasi berikutnya. Tetapi tanggal menstruasi berikutnya sering kali tidak pasti pada remaja. Biasanya diambil perkiraan masa subur 3-5 hari sebelum dan sesudah hari ke 14 tersebut. Pada masa remaja pencegahan kehamilan dengan tidak melakukan hubungan seksual pada masa subur (sistem kalender), tidak dapat diandalkan. Ini disebabkan siklus menstruasi pada remaja perempuan biasanya tidak teratur.



ORGAN REPRODUKSI LAKI-LAKI

- Zakar atau penis.
- Buah zakar atau *testis*.
- Saluran zakar atau *uretra*. Berfungsi untuk mengeluarkan air mani dan air seni.
- Kantong pelir atau *skrotum*.
- *Epididimis*, yaitu tempat pematangan sperma sesudah dibentuk dalam testis
- Saluran sperma atau *vas deferens*. Saluran sperma dari testis menuju *seminal vesicle*.
- *Seminal Vesicle*, yang berguna untuk memproduksi semacam gula. Ini berguna sebagai sumber kekuatan untuk sperma agar dapat bertahan hidup dan berenang mencari telur di dalam alat reproduksi perempuan. Pada saat ejakulasi *seminal vesicle* mengalirkan gula tersebut ke *vas deferens*.
- Kelenjar prostat, yang menghasilkan cairan yang berisi zat makanan untuk menghidupi sperma.
- *Bladder* (kandung kencing), tempat terkumpulnya air seni yang nantinya disalurkan ke uretra ketika buang air kecil.



APA YANG MESTI DILAKUKAN?

BILA ORGAN REPRODUKSI TIDAK DIJAGA KBERSIHANNYA. MAKA ORGAN REPRODUKSI DALAM TUBUH KITA BISA RUSAK OLEH PENYAKIT MENULAR SEKSUAL (PMS) DAN DAPAT MENYEBABKAN KEMANDULAN.

JAGA KEBERSIHAN ORGAN REPRODUKSI & KATAKAN TIDAK UNTUK BERHUBUNGAN SEKS SEBELUM MENIKAH. SELAIN DAPAT MENYEBABKAN TERKENA PMS JUGA DIHARAMKAN OLEH AGAMA.

TIPS MERAWAT ORGAN REPRODUKSI PEREMPUAN

- ❑Mandi dengan teratur dengan membasuh alat kelamin dengan air hangat dan sabun yang lembut.
- ❑Cuci tangan sebelum menyentuh alat kelamin.
- ❑Kalau habis buang air besar dan kencing, selalu “cebok” dengan arah dari depan ke belakang (ke arah anus). Jangan arah sebaliknya, karena hal ini akan membawa bakteri dari anus ke alat kelamin.
- ❑Selalu gunakan celana dalam yang bersih dan terbuat dari bahan katun (100%). Bahan lain misalnya nylon dan polyester akan membuat gerah dan panas dan membuat alat kelamin menjadi lembab. Kondisi ini sangat disukai bakteri dan jamur untuk berkembang biak.

TIPS BERSIHKAN ORGAN PEREMPUAN

- ❑ Hindari penggunaan bahan dodoran, cairan pembasuh (douches), sabun yang keras, serta tissue yang berwarna dan berparfum.
- ❑ Hindari juga menggunakan handuk atau washlap milik orang lain untuk mengeringkan kemaluan kita.
- ❑ Mencukur sebagian dari rambut kemaluan untuk menghindari kelembaban yang berlebihan di daerah alat kelamin.

Usia ideal untuk hamil dan melahirkan

Kesiapan seorang perempuan untuk hamil dan melahirkan atau mempunyai anak ditentukan oleh kesiapan dalam tiga hal, yaitu kesiapan fisik, kesiapan mental/ emosi/psikologis dan kesiapan sosial/ekonomi. Secara umum, seorang perempuan dikatakan siap secara fisik jika telah menyelesaikan pertumbuhan tubuhnya (ketika tubuhnya berhenti tumbuh), yaitu sekitar usia 20 tahun. Sehingga usia 20 tahun bisa dijadikan pedoman kesiapan fisik.

Apa yang Terjadi jika Remaja Menikah/hamil pada Usia Sangat Muda (di bawah 20 tahun)?

Remaja dimungkinkan untuk menikah pada usia dibawah 20 tahun sesuai dengan Undang-undang Perkawinan No. 1 tahun 1979 bahwa usia minimal menikah bagi perempuan adalah 16 tahun dan bagi laki-laki 18 tahun. Tetapi perlu diingat beberapa hal sebagai berikut:

- ▶ Ibu muda pada waktu hamil kurang memperhatikan kehamilannya termasuk kontrol kehamilan. Ini berdampak pada meningkatnya berbagai resiko kehamilan.
- ▶ Ibu muda pada waktu hamil sering mengalami ketidakteraturan tekanan darah yang dapat berdampak pada keracunan kehamilan serta kekejangan yang berakibat pada kematian
- ▶ Penelitian juga memperlihatkan bahwa kehamilan usia muda (dibawah 20 tahun) sering kali berkaitan dengan munculnya kanker rahim. Ini erat kaitanya dengan belum sempurnanya perkembangan dinding rahim.

Apa yang Dimaksud dengan Penyakit Menular Seksual (PMS)?

PMS adalah penyakit yang dapat ditularkan dari seseorang kepada orang lain melalui hubungan seksual. Seseorang berisiko tinggi terkena PMS bila melakukan hubungan seksual dengan berganti-ganti pasangan baik melalui vagina, oral maupun anal. Bila tidak diobati dengan benar, penyakit ini dapat berakibat serius bagi kesehatan reproduksi, seperti terjadinya kemandulan, kebutaan pada bayi yang baru lahir bahkan kematian.

CIRI-CIRI PMS PADA LAKI-LAKI

- ▶ berupa bintil-bintil berisi cairan,
- ▶ lecet atau borok pada alat kelamin,
- ▶ luka tidak sakit;
- ▶ keras dan berwarna merah pada alat kelamin,
- ▶ adanya kutil atau tumbuh daging seperti jengger ayam,
- ▶ rasa gatal yang hebat sepanjang alat kelamin,
- ▶ rasa sakit yang hebat pada saat kencing,
- ▶ kencing nanah atau darah yang berbau busuk,
- ▶ bengkak panas dan nyeri pada pangkal paha yang kemudian berubah menjadi borok.

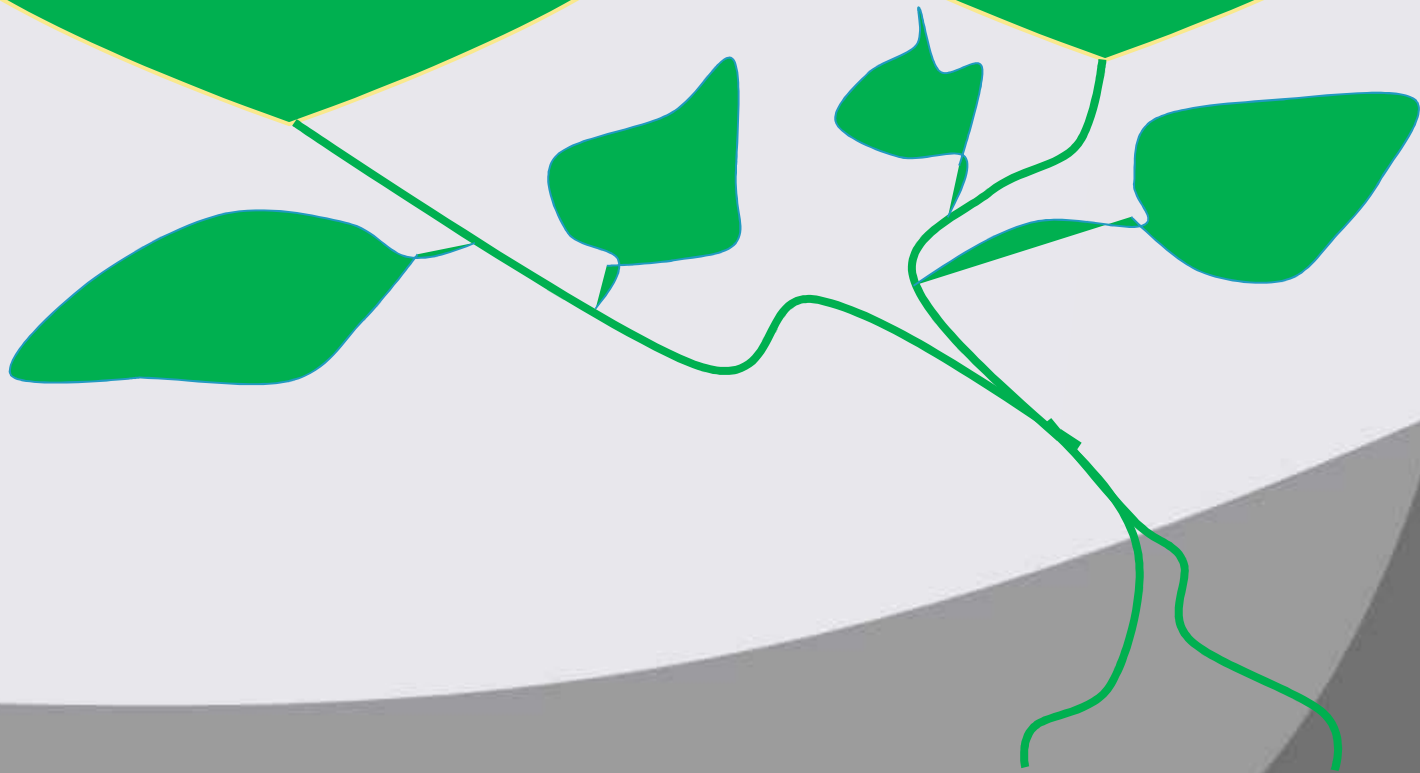
CIRI-CIRI PMS PADA PEREMPUAN

- rasa sakit atau nyeri pada saat kencing,
- rasa nyeri pada perut bagian bawah,
- pengeluaran lendir pada alat kelamin,
- keputihan berwarna putih susu, bergumpal dan disertai rasa gatal dan kemerahan pada alat kelamin atau sekitarnya,
- keputihan yang berbusa, kehijauan, berbau busuk, dan gatal,
- bintil-bintil berisi cairan,
- lecet atau borok pada alat kelamin.

*Bagaimana Remaja Bisa
Terhindar dari PMS?*

**TIDAK
BERHUBUNGAN
SEKSUAL SEBELUM
MENIKAH.**

**SELALU MENJAGA
KEBERSIHAN
ALAT KELAMIN.**



Apakah PMS dapat Diobati?

Kebanyakan PMS dapat diobati, namun ada beberapa yang tidak bisa diobati secara tuntas seperti HIV/AIDS dan herpes kelamin. Jika kita terkena PMS, satu-satunya cara adalah berobat ke dokter atau tenaga kesehatan., jangan mengobati diri sendiri.

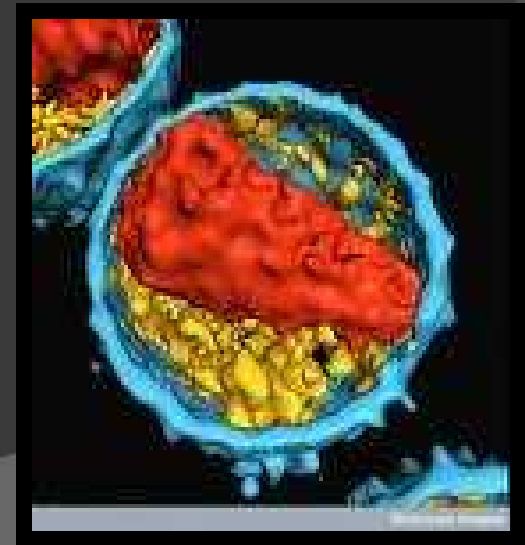
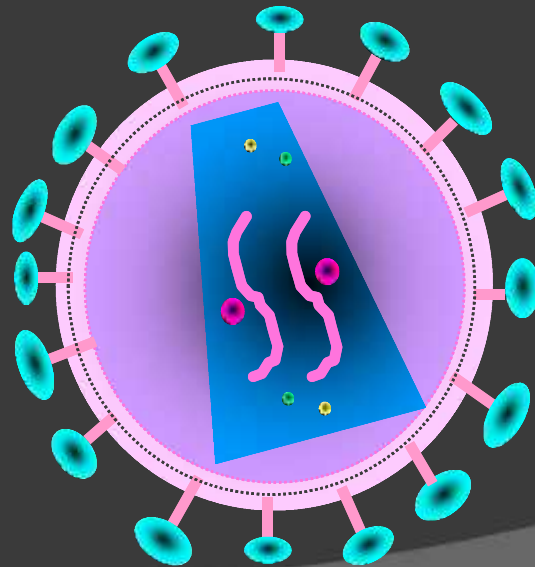
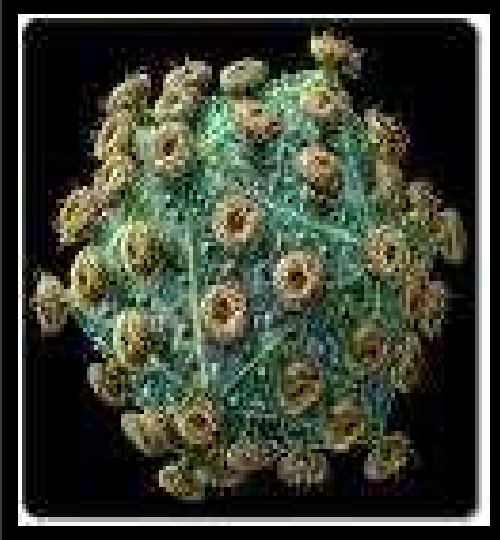


Apakah HIV/AIDS itu?

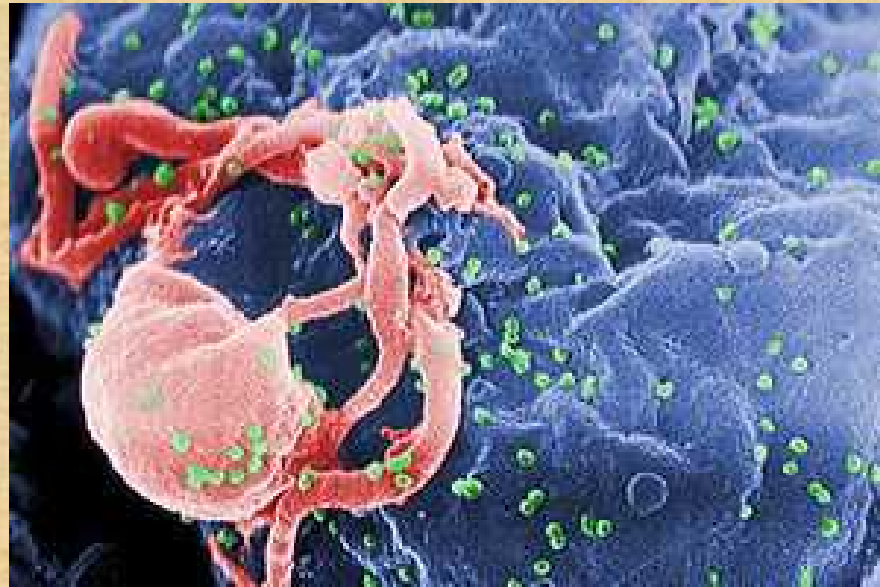
AIDS singkatan dari *Aquired Immuno Deficiency Syndrome*. Penyakit ini adalah kumpulan gejala penyakit akibat menurunnya system kekebalan tubuh. Penyebabnya adalah virus HIV. HIV sendiri adalah singkatan dari Human Immunodeficiency Virus.



Gambar virus HIV



Penularan oleh HIV



HIV yang baru memperbanyak diri tampak bermunculan sebagai bulatan-bulatan kecil (diwarnai hijau) pada permukaan limfosit setelah menyerang sel tersebut; dilihat dengan mikroskop elektron.

Tanda-tanda dan Gejala HIV/AIDS

Sesudah terjadi infeksi virus HIV, awalnya tidak memperlihatkan gejala-gejala khusus. Baru beberapa minggu sesudah itu orang yang terinfeksi sering menderita penyakit ringan sehari-hari seperti flu atau diare. Pada periode 3-4 tahun kemudian penderita tidak memperlihatkan gejala khas atau disebut sebagai periode tanpa gejala, pada saat ini penderita merasa sehat dan dari luar juga tampak sehat. Sesudahnya, tahun ke 5 atau 6 mulai timbul diare berulang, penurunan berat badan secara mendadak, sering sariawan dimulut, dan terjadi pembengkakan di kelenjar getah bening dan pada akhirnya bisa terjadi berbagai macam penyakit infeksi, kanker dan bahkan kematian.

Bagaimana Cara Penularan HIV/AIDS?

- Hubungan seks (penis-vagina, penis-lubang pantat, mulut-lubang pantat, mulut-vagina, mulut-penis)
- Pemakaian jarum suntik secara bersama-sama dari orang yang terinfeksi ke orang lainnya (obat suntik terlarang, transfusi darah yang tidak steril, jarum tato dan lainnya)
- Plasenta (dari ibu kepada anak yang dikandungnya)

INGAT!!!!

**SAMPAI DENGAN SAAT INI BELUM DITEMUKAN OBAT
UNTUK PENYAKIT HIV AIDS**



Apa saja yang bukan media penularan HIV & AIDS?

HIV tidak menular melalui sentuhan, berjabat tangan, berpelukan, batuk, bersin, menggunakan peralatan makan/minuman yang sama, memakai WC, wastafel atau kamar mandi bersama, menggunakan kolam renang bersama, gigitan nyamuk atau serangga lain. HIV tidak menular melalui udara. Virus ini juga cepat mati jika berada di luar tubuh. Karena itu, hidup bersama orang HIV (**ODHA= Orang dengan HIV & AIDS**) bukanlah hal yang perlu ditakuti.

Bagaimana mencegah penularan HIV & AIDS?

- ▶ Menghindari hubungan seks di luar nikah.
- ▶ Bersikap saling setia dengan pasangan.
- ▶ Menggunakan kondom untuk kelompok resiko tinggi atau bagi mereka yang mempunyai pasangan HIV positif
- ▶ Menghindari pemakaian narkoba suntik.
- ▶ Eduksi, pendidikan dan penyuluhan tentang HIV & AIDS.

Apa tanda-tanda seseorang tertular HIV & AIDS?

- ▶ Secara umum tanda-tanda terlihat pada seseorang pengidap HIV tidak terlihat, ia tampak sehat. Namun, manakala orang tersebut telah sampai pada tahap AIDS, tanda-tanda utamanya adalah:
 1. Berat badan menurun lebih dari 10% dalam waktu singkat.
 2. Demam tinggi berkepanjangan (lebih dari satu bulan)
 3. Diare berkepanjangan (lebih dari satu bulan).



Sedangkan gejala-gejala tambahan berupa:

1. Batuk berkepanjangan (lebih dari satu bulan).
2. Kelainan kulit dan iritasi (gatal).
3. Infeksi jamur pada mulut dan kerongkongan.
4. Pembengkakan kelenjar getah bening di seluruh tubuh, seperti di bawah telinga, leher, dan lipatan paha.

Apakah ada tes untuk mengetahui status HIV seseorang?

- ▶ Ada yaitu tes HIV. Tes HIV adalah untuk mengetahui adanya antibodi HIV dalam tubuh dengan pemeriksaan darah. Bila ada antibodi HIV dalam tubuh kita, berarti terinfeksi HIV (Antibodi adalah reaksi terhadap virus, kuman, bakteri yang masuk ke dalam tubuh, termasuk reaksi terhadap virus HIV)
- ▶ Adakalanya hasil pemeriksaan negatif walaupun sebenarnya ia telah terinfeksi dan dapat menularkan penyakit. Hal ini dapat terjadi apabila pemeriksaan dilakukan pada stadium awal seseorang terinfeksi HIV (3 bulan pertama)

Siapa saja yang perlu untuk memeriksakan diri?

- ▶ Setiap orang punya resiko terinfeksi HIV. Hanya setiap orang punya status resiko yang berbeda. Ada yang beresiko tinggi, sedang dan rendah. Saat ini yang terinfeksi sebagian kelompok perilaku resiko tinggi HIV adalah:
 1. Pengguna Napza (Penasun/IDU).
 2. Wanita Penjaja seks.
 3. Pelanggan Wanita Penjaja Seks.
 4. Pasangan Pelanggan Wanita Penjaja Seks
 5. Waria Penjaja Seks.
 6. Pelanggan Waria Penjaja Seks.
 7. Pasangan Pelanggan Waria.
 8. Lelaki Penjaja Seks/Gay/Lelaki Suka Lelaki.
 9. Narapidana.
 10. Pasangan Pengguna Napza Suntik, bukan IDU.

Pentingnya Deteksi Dini

- ▶ Bagi anda yang rentan/mudah terinfeksi HIV (diantaranya seperti yang tersebut di atas) sebaiknya memeriksakan diri sedini mungkin.
- ▶ Deteksi dini akan memungkinkan orang tersebut mengubah cara hidup yang tidak sehat dan tidak seimbang. Cara hidup yang baik dan seimbang akan memperpanjang masa tanpa gejala pada orang yang terinfeksi HIV. Caranya dengan makan yang bergizi, kerja dan istirahat seimbang, olahraga yang teratur tetapi tidak berlebihan, tidur yang cukup, tidak merokok, dan tidak menggunakan narkoba, jauhkan diri dari stress dan berpikir positif.
- ▶ Melalui konsultasi dan pemeriksaan rutin dengan dokter maka akan membantu mencegah dan segera mengobati infeksi oportunistik yang sering muncul pada ODHA (orang dengan HIV & AIDS) yang kekebalan tubuhnya telah menurun

Apa yang dimaksud dengan VCT?

- ▶ **VCT** singkatan dari *Voluntary Counseling Testing* atau konseling tes HIV secara sukarela, adalah gabungan 2 kegiatan yaitu konseling dan tes HIV ke dalam satu jaringan pelayanan agar lebih menguntungkan, baik bagi klien maupun bagi pemberi pelayanan.

Sistem tahapan WHO untuk infeksi dan penyakit HIV

- ▶ Stadium I: infeksi HIV asimtomatik dan tidak dikategorikan sebagai AIDS
- ▶ Stadium II: termasuk manifestasi membran mukosa kecil dan radang saluran pernafasan atas yang berulang
- ▶ Stadium III: termasuk diare kronik yang tidak dapat dijelaskan selama lebih dari sebulan, infeksi bakteri parah, dan tuberkulosis.
- ▶ Stadium IV: termasuk toksoplasmosis otak, kandidiasis esofagus, trakea, bronkus atau paru-paru, dan sarkoma kaposi. Semua penyakit ini adalah indikator AIDS.

Tes HIV

imunoasai enzim HIV dan pengujian Western blot mendeteksi antibodi HIV pada serum, plasma, cairan mulut, darah kering, atau urin pasien. Namun demikian, window period (periode antara infeksi dan perkembangan antibodi yang dapat dideteksi melawan infeksi) dapat bervariasi. Hal ini menjelaskan mengapa dapat membutuhkan waktu 3-6 bulan untuk serokonversi dan tes positif. Ada pula tes komersial untuk mendeteksi antigen HIV lainnya, HIV-RNA, dan HIV-DNA agar dapat mendeteksi infeksi HIV sebelum perkembangan antibodi yang dapat dideteksi. Metode-metode penetapan tersebut tidak secara spesifik disetujui untuk diagnosis infeksi HIV, tetapi telah digunakan secara rutin di negara-negara maju.

PENYAKIT-PENYAKIT



Sarkoma Kaposi adalah tumor yang paling umum menyerang pasien yang terinfeksi HIV. Kemunculan tumor ini pada sejumlah pemuda homoseksual tahun 1981 adalah salah satu pertanda pertama wabah AIDS. Penyakit ini disebabkan oleh virus dari subfamili gammaherpesvirinae, yaitu virus herpes manusia-8 yang juga disebut virus herpes sarkoma Kaposi (KSHV). Penyakit ini sering muncul di kulit dalam bentuk bintik keungu-unguan, tetapi dapat menyerang organ lain, terutama mulut, saluran pencernaan, dan paru-paru.



UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SAMARINDA
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN PADA MASYARAKAT

Alamat : Jl. Ir. H. Juanda Kotak Pos No. 1052 Samarinda Telp. (0541) 743390 Fax. (0541) 743390
Email : lp2m@untag-smd.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor : **77** /UN.177LPPM/PkM/2017

Yang bertandatangan di bawah ini Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda menugaskan kepada :

Nama : Hanik Atum Muzayanah, S.Psi., M.Psi
NIDN : 1112038302
Fakultas / Prodi : Psikologi/Psikologi
Jabatan Fungsional : Dosen Fakultas Psikologi
Judul ABDIMAS : Gambaran Umum Konseling Remaja

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dalam rangka memenuhi salah satu tugas Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan judul diatas, dan akan memberikan laporan akhir penelitian (*hardcopy dan softcopy*) ke LPPM Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda.

Demikian Surat Tugas ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Samarinda, 22 April 2017

Ketua LPPM



Prof. Dr. H. Eddy Soegiarto, M.M

NIP. 19542010 198503 1 001