

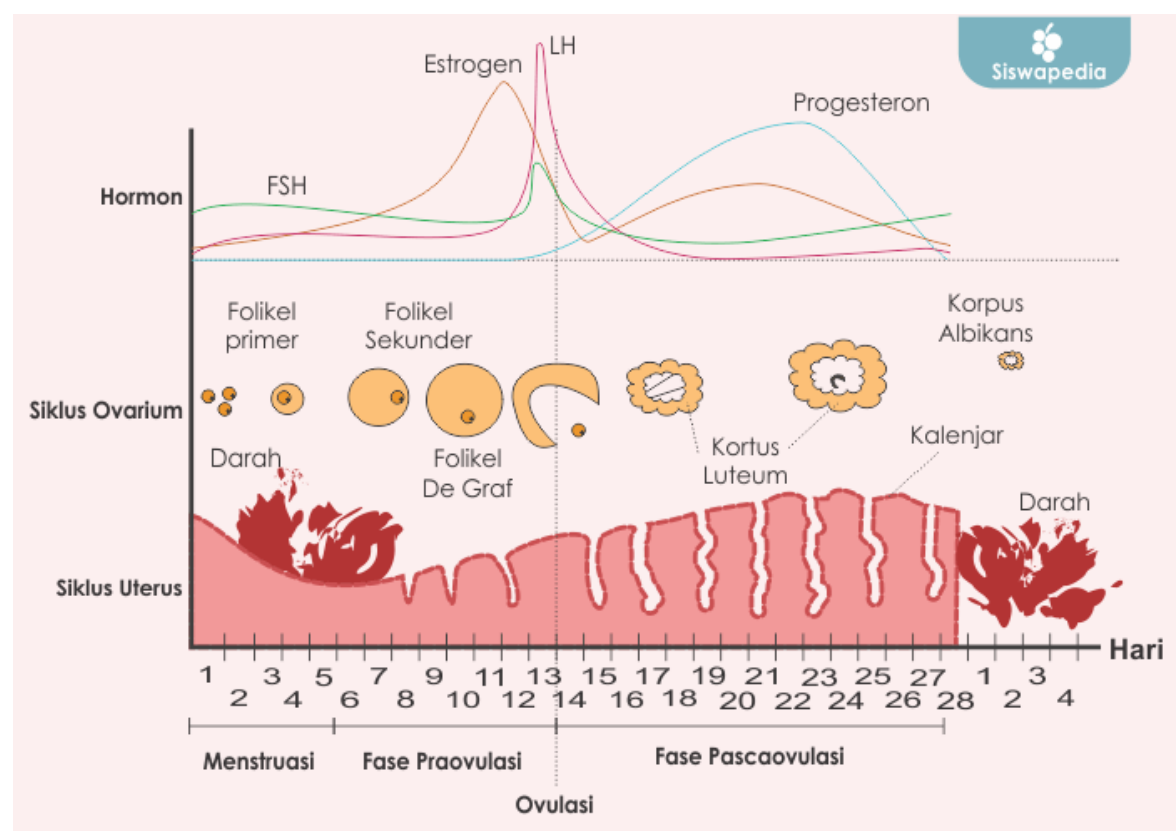
Nama : Anita Ratna Utami

NIM : 2010105007/A1

Evaluasi MK DPKBKR

Tema : Siklus Menstruasi

1. Jelaskan mengenai siklus menstruasi yang terjadi pada seorang perempuan berdasarkan gambar di bawah ini ! (70)



Jawaban :

### 1. Fase Menstruasi

Pada fase menstruasi ini, lapisan dinding dalam rahim mengandung darah, sel-sel dinding rahim, lendir dengan endometrium. Lapisan dinding rahim tersebut mengalami peluruhan dan keluar melalui vagina. Proses ini dimulai sejak pertama siklus menstruasi dimulai dan bisa berlangsung selama 4 hingga 7 hari atau lebih. Pada siklus pertama inilah biasanya yang dirasakan adalah rasa nyeri perut bawah dan punggung akibat rahim berkontraksi untuk membantu meluruhkan endometrium.

## **2. Fase Folikuler atau Fase Pra Ovulasi**

Pada hari pertama terjadinya haid, para wanita umumnya akan mengalami fase pra ovulasi atau fase folikuler yang mana suatu hormon FSH atau perangsang folikel akan meningkat. Keberadaan hormon tersebut akan memicu kelenjar hipofisis dalam meningkatkan kadar hormon lutein atau LH serta FSH. Yang mana hormon FSH ini akan membuat indung telur dapat menghasilkan 5 hingga 20 kantong kecil atau folikel. Pada serangkaian proses yang terjadi, sel telur yang akhirnya matang adalah sel telur yang paling sehat. Sedangkan untuk sisa folikel yang lain akan kembali diserap tubuh. Adanya folikel yang matang, dapat memicu hormon estrogen dalam hal penebalan dinding rahim. Lapisan dinding rahim yang menebal tersebut bertujuan sebagai tempat bagi embrio tumbuh karena terdapat banyak nutrisi. Fase folikuler ini biasanya akan berlangsung sekitar 11 hingga 27 hari, tergantung dari siklus menstruasi setiap wanita. Yang mana pada umumnya akan terjadi selama 16 hari.

## **3. Fase Ovulasi**

Pada fase inilah sel telur yang diproduksi di ovarium dilepaskan untuk siap dibuahi sel sperma. Sel telur yang telah matang bergerak menuju ke tuba fallopi dan menempel di dinding rahim. Pada umumnya, sel telur ini hanya bertahan selama 24 jam. Jika tidak terjadi pembuahan oleh sel sperma, maka dinding rahim akan meluruh. Namun, jika dibuahi oleh sperma, bisa terjadi kehamilan.

Fase ovulasi menandai kesuburan wanita dan biasanya terjadi sekitar dua minggu sebelum terjadinya menstruasi. Jadi, jika mempunyai program hamil sebaiknya melakukan pembuahan pada fase ovulasi ini.

## **4. Fase Luteal**

Selanjutnya, setelah mengalami fase ovulasi, folikel yang telah pecah mengeluarkan sel telur akan membentuk korpus luteum. Hal ini memicu peningkatan hormon progesteron untuk mempertebal lapisan dinding rahim. Fase ini dikenal juga dengan nama fase pra-menstruasi yang ditandai dengan gejala payudara membesar, muncul jerawat, badan terasa lemas, dan mudah marah atau emosional.

2. Sebut dan Jelaskan Hormon yang berpengaruh pada saat menstruasi!(30)

Jawaban :

Hormon yang berpengaruh pada saat menstruasi yaitu

1. Estrogen

Memiliki fungsi untuk mengatur siklus serta memiliki peran dalam pertumbuhan lapisan rahim. Kadar hormone estrogen akan menurun apabila sel telur tidak dibuahi.

2. Progesteron

Dapat memicu lapisan rahim dapat menebal, hormon ini juga dapat mencegah terjadinya kontraksi pada otot rahim yang mengakibatkan sel telur tidak dapat menempel. Menghambat produksi FSH oleh hipofisis Menghambat produksi LH.

### 3. Hormon Luteinizing atau LH

LH dapat membantu untuk merangsang ovarium menghasilkan estrogen.

### 4. Hormon Perangsang Folikel atau FSH

Hormone FSH ini berperan dalam membantu folikel untuk tumbuh dalam ovarium serta melepaskan sel telur.

### 5. Hormon Pelepas Gonadotropin atau GnRH

Hormon GnRH ini memiliki peran dalam mengendalikan serta merangsang pelepasan FSH dan juga LH