

MAKALAH
ADAPTASI FISILOGI MASA PUBERTAS



DI SUSUN OLEH

- 1. Mellynda Fortius_2110101067**
- 2. Irna Rara_2110101068**
- 3. Putri Wafa_2110101069**
- 4. Putri Ratna_2110101071**
- 5. Fera w_2110101072**
- 6. Anjeli Sauri_2110101073**
- 7. Syifa Fauziah_2110101074**
- 8. Iis w_2110101075**
- 9. Deya Devi N_2110101076**
- 10. Putri A_2110101077**
- 11. Sabilla RC_2110101078**
- 12. Afri Budi_2110101079**

13. Khotim Nur K_2110101080

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISIYAH YOGYAKARTA**

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	3
BAB 1	
A.LATAR BELAKANG.....	4
B.RUMUSAN MASALAH	4
C.TUJUAN.....	5
BAB 11	
A.KASUS.....	5
B.PERUBAHAN FISILOGI DAN PSIKOLOGIS PADA AWAL PUBERTAS....	5
C.HORMON YANG BERPERAN PADA PERUBAHAN PASA PUBERTAS.....	6
D.PERMASALAHAN REPRODUKSI REMAJA.....	7
E.PERANAN BIDAN SESUAI KEBIJAKAN PEMERINTAH DALAM PUBERTAS...9	
BAB 111	
A.KESIMPULAN	11
B. SARAN.....	11
DAFTAR PUSTAKA.....	12

BAB 1

PENDAHULUAN

A.LATAR BELAKANG

Masa pubertas adalah terjadinya perubahan biologis yang meliputi morfologi dan fisiologi yang terjadi dengan pesat dari masa anak ke masa dewasa, terutama kapasitas reproduksi yaitu perubahan alat kelamin dari tahap anak ke dewasa. (Soetjiningsih, 2004) Dalam usahanya mencari identitas dirinya sendiri, seorang remaja sering membantah orang tuanya karena ia mulai punya pendapat-pendapat sendiri, cita-cita serta nilai-nilai sendiri yang berbeda dengan orangtuanya. Perubahan-perubahan sekunder juga terjadi, badan bertambah tinggi dengan cepat. Hal ini disebabkan masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Masa transisi ini seringkali menghadapi individu yang bersangkutan kepada situasi yang membingungkan, disatu pihak ia masih kanak-kanak, tetapi dilain pihak ia harus bertingkah laku seperti orang dewasa.

Para ahli merumuskan bahwa pubertas digunakan untuk menyatakan perubahan biologis baik bentuk maupun fisiologis yang terjadi dengan cepat dari masa anak-anak ke masa dewasa, terutama perubahan alat reproduksi, sedangkan istilah adolescence lebih ditekankan pada perubahan psikososial atau kematangan yang menyertai masa pubertas (Poltekkes Depkes Jakarta, 2010) Dalam rentang waktu ini terjadi pertumbuhan fisik yang cepat, termasuk pertumbuhan serta kematangan dari fungsi organ reproduksi. Seiring dengan pertumbuhan fisik, remaja juga mengalami perubahan kejiwaan. Remaja menjadi individu yang sensitive, mudah menangis, mudah cemas, frustrasi, tetapi juga mudah

Perubahan fisik pubertas dimulai sekitar usia 10 atau 11 tahun pada remaja putri, kira-kira 2 tahun sebelum perubahan pubertas pada remaja laki-laki. Kematangan seksual dan terjadinya perubahan bentuk tubuh sangat berpengaruh pada kehidupan kejiwaan remaja, sementara itu perhatian remaja sangat besar terhadap penampilannya sehingga mereka sering merisaukan bentuk tubuhnya yang kurang proporsional tersebut. Apabila mereka sudah dipersiapkan dan mendapatkan informasi tentang perubahan tersebut maka mereka tidak akan mengalami kecemasan dan reaksi negatif lainnya, tetapi bila mereka kurang memperoleh informasi, maka akan merasakan pengalaman yang negatif (Soetjiningsih, 2004). Tumbuh kembang merupakan proses yang berkesinambungan yang terjadi sejak intrauterin dan terus berlangsung sampai dewasa. Dalam proses mencapai dewasa inilah anak harus melalui berbagai tahap tumbuh kembang, termasuk tahap remaja. Tahap remaja adalah masa transisi antara masa anak dan dewasa, dimana terjadi pacu tumbuh (growth spurt), timbul ciri seks sekunder, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan-perubahan psikologik serta kognitif. Untuk tercapainya tumbuh kembang yang optimal tergantung pada potensi Pada masa ini seorang

B.RUMUSAN MASALAH

1. Apa perubahan fisiologi dan psikologis pada masa awal pubertas ?
2. Apa hormon yang berperan dalam masa awal pubertas ?

3. Apa permasalahan reproduksi remaja ?
4. Apa peranan bidan yang sesuai kebijakan pemerintah pada masa pubertas ?

C.TUJUAN

1. mengetahui perubahan fisiologi dan psikologis pada masa awal pubertas ?
2. mengetahui hormon yang berperan dalam masa awal pubertas ?
3. mengetahui permasalahan reproduksi remaja ?
4. mengetahui peranan bidan yang sesuai kebijakan pemerintah pada masa pubertas ?

BAB 11

PEMBAHASAN

A.KASUS

Seorang anak perempuan berumur 13 tahun datang ke praktik mandiri bidan Bersama dengan ibunya. Anak tersebut menceritakan bahwa tadi pagi saat di sekolah, saat akan buang air kecil Nampak di celana seperti darah merah kecoklatan. Ia mengeluh sekarang agak pusing, mual dan nyeri perut. Ibu mengetakan akhir-akhir ini anaknya menjadi lebih sensitive dan mudah tersinggung. Selanjutnya bidan melakukan pemeriksaan, dan memberi edukasi ke pasien bahwa saat ini anak mengalami haid pertama yang di sebut dengan menarche.

B. PERUBAHAN FISIOLOGI DAN PSIKOLOGIS PADA AWAL PUBERTAS

Pendekatan modern terhadap perubahan dan perkembangan psikis pada masa pubertas didasarkan pada konsep tugas perkembangan dengan cara yang sesuai dengan usia dan sesuai tahapan. Perkembangan kognitif dan psikososial pada remaja pada dasarnya bervariasi antar individu. Proses biologis dapat memengaruhi keadaan psikologis dan psikososial individu, tetapi peristiwa psikologis dan psikososial juga dapat memengaruhi sistem biologis. Oleh karena itu, waktu dan hasil dari proses pubertas dapat dimodifikasi oleh faktor psikososial.

Fase perkembangan psikis pada masa pubertas yang paling penting adalah munculnya pemikiran abstrak, tumbuhnya kemampuan menyerap cara pandang atau sudut pandang orang lain, meningkatnya kemampuan introspeksi, berkembangnya identitas pribadi dan seksual, pembentukan sistem nilai, dan masih banyak lagi. Ketidaksinkronan antara perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial dapat membatasi kemampuan remaja untuk memahami dan menilai risiko secara efektif dan dapat mengakibatkan pandangan remaja yang tidak sesuai dengan orang tua atau wali.

Dokter anak dapat membantu remaja untuk bertransisi melalui periode perkembangan yang penting ini sekaligus memberikan bimbingan dan dukungan yang tepat kepada orang

tua. Berikut uraian selengkapnya mengenai fase perkembangan psikis pada masa pubertas yang menarik diketahui.

Perkembangan remaja usia 12 hingga 18 tahun harus mencakup pencapaian fisik dan mental yang diharapkan. Mengutip dari medlineplus.gov, selama masa remaja anak-anak mengembangkan kemampuan untuk:

Memahami ide-ide abstrak. Ini termasuk memahami konsep matematika yang lebih tinggi, dan mengembangkan filosofi moral, termasuk hak dan hak istimewa.

Membangun dan memelihara hubungan yang memuaskan. Remaja akan belajar berbagi keintiman tanpa merasa khawatir atau terhambat.

Bergerak menuju rasa yang lebih dewasa dari diri dan tujuan mereka sendiri.

Mulai mempertanyakan nilai-nilai lama tanpa kehilangan identitasnya.

Secara fisik, masa remaja dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan mencapai puncaknya pada usia 19 atau 20 tahun. Secara intelektual, masa remaja adalah periode ketika individu menjadi mampu merumuskan hipotesis atau proposisi secara sistematis, mengujinya, dan membuat evaluasi yang rasional. Pemikiran formal remaja dan orang dewasa cenderung bersifat deduktif, rasional, dan sistematis. Secara emosional, masa remaja adalah masa ketika individu belajar untuk mengontrol dan mengarahkan dorongan seks mereka dan mulai membangun peran dan hubungan seksual mereka sendiri.

Perubahan Psikososial pada Masa Pubertas

Melansir dari who.int, terkait dengan perubahan hormonal dan perkembangan saraf yang terjadi adalah perubahan psikososial dan emosional, dan juga peningkatan kapasitas kognitif serta intelektual. Selama dekade kedua, remaja mengembangkan keterampilan penalaran yang lebih kuat, pemikiran logis dan moral, dan menjadi lebih mampu berpikir abstrak dan membuat penilaian rasional. Selain itu, mereka lebih mampu mempertimbangkan perspektif orang lain dan sering ingin melakukan sesuatu tentang masalah sosial yang mereka hadapi dalam hidup mereka. Pada saat yang sama, remaja sedang mengembangkan dan mengonsolidasikan rasa diri mereka.

Dengan meningkatnya identitas diri ini, termasuk perkembangan identitas seksual mereka, muncul kekhawatiran tentang pendapat orang lain, terutama pendapat rekan-rekan mereka. Selain itu, remaja menginginkan kemandirian dan tanggung jawab yang lebih besar. Mereka semakin ingin menegaskan lebih banyak otonomi atas keputusan, emosi dan tindakan mereka dan untuk melepaskan diri dari kontrol orang tua. Lingkungan sosial dan budaya mereka secara penting mempengaruhi bagaimana remaja mengekspresikan keinginan untuk otonomi ini. Remaja yang lebih muda mungkin sangat rentan ketika kapasitas mereka masih berkembang dan pada saat yang sama mereka mulai bergerak di luar batas keluarga mereka dan mulai mengambil keputusan mandiri, mulai dari dengan siapa mereka menghabiskan waktu hingga makanan apa yang mereka makan.

C.HORMON YANG BERPERAN DALAM PERUBAHAN MASA PUBERTAS

1. Follicle stimulating hormone (FSH)

Hormon reproduksi FSH diproduksi di kelenjar pituitari, yaitu kelenjar di otak yang berukuran sebesar kacang polong. Hormon ini memiliki peranan penting terhadap perkembangan seksual seseorang. Selain memengaruhi perubahan fisik saat memasuki masa pubertas, hormon FSH pada wanita juga memiliki peran terhadap proses pembentukan sel telur di ovarium serta turut mengendalikan siklus menstruasi. Sementara pada pria, hormon FSH berfungsi untuk mengendalikan produksi sperma dan perkembangan organ kelamin.

2. Luteinizing hormone (LH)

Hormon LH juga diproduksi di kelenjar pituitari dan kerjanya saling melengkapi dengan hormon FSH. Pada wanita, hormon reproduksi ini memengaruhi kerja ovarium, pelepasan sel telur (ovulasi), siklus menstruasi, dan kesuburan. Sementara pada pria, LH merangsang produksi testosteron, yang memengaruhi tingkat produksi sperma pria.

3. Hormon testosteron

Kadar hormon testosteron pada pria lebih tinggi dibandingkan wanita. Hormon ini akan mengalami peningkatan selama masa pubertas, kemudian mulai menurun sejak memasuki usia 30 tahun. Fungsi hormon testosteron pada pria antara lain mengendalikan gairah seksual, produksi sperma, kepadatan tulang, dan juga massa otot, sehingga hormon ini mampu memengaruhi perubahan fisik dan emosional pria secara signifikan. Sementara itu, fungsi hormon testosteron pada wanita adalah mengontrol suasana hati dan gairah seksual, menjaga tulang tetap kuat, meringankan nyeri, dan menjaga kemampuan berpikir.

4. Hormon estrogen

Kadar hormon estrogen pada wanita lebih tinggi dibandingkan pria. Hormon estrogen pada wanita memiliki peran penting dalam perkembangan seksual saat masa pubertas. Selain itu, hormon ini juga berperan mengendalikan pertumbuhan dinding rahim selama siklus menstruasi dan masa awal kehamilan, serta mengatur berbagai proses metabolisme, termasuk pertumbuhan tulang dan kadar kolesterol. Sementara pada pria, salah satu fungsi estrogen adalah mengontrol kesehatan sperma. Namun, jika kadar estrogen pada pria terlalu tinggi, dapat terjadi penurunan kualitas sperma dan disfungsi ereksi.

Kesehatan hormon reproduksi dapat dijaga dengan menerapkan gaya hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan sehat dan kaya nutrisi, melakukan olahraga dengan rutin, mengelola stres dengan baik, dan memenuhi waktu tidur yang cukup. Selain itu, bila Anda masih memiliki kebiasaan merokok dan mengonsumsi alkohol, dianjurkan untuk mulai meninggalkannya. Ketidakseimbangan kadar hormon reproduksi dapat menyebabkan berbagai macam masalah kesehatan, mulai dari obesitas hingga osteoporosis. Pada wanita, hal ini bisa ditandai dengan tidak teraturnya siklus menstruasi, sedangkan pada pria bisa ditandai dengan penurunan gairah seksual.

D.PERMASALAHAN REPRODUKSI REMAJA

Selain masalah kehamilan pada remaja masalah yang juga sangat menggelisahkan berbagai ka

1.) Peradangan Vagina (Vulvovaginitis)

Dari rasa gatal terbakar disekitar vagina hingga keputihan, adalah beberapa gejala yang dapat muncul saat terjadi peradangan pada vagina. Hal ini sering disebabkan oleh kurang higienisnya organ vital perempuan ini, meskipun bisa juga disebabkan oleh infeksi bakteri ataupun jamur.

2.) Gangguan Menstruasi

Perubahan fisik yang paling mendasar pada masa puber bagi seorang remaja perempuan salah satunya adalah menstruasi, dimana terjadi peluruhan dinding rahim dan juga sel telur karena tidak terjadinya pembuahan oleh sel sperma. Seorang remaja perempuan perlu mengetahui siklus menstruasi mereka karena perubahan pada siklus menstruasi bisa menjadi pertanda awal dari penyakit pada organ reproduksi wanita.

3.) Gangguan Menstruasi

Perubahan fisik yang paling mendasar pada masa puber bagi seorang remaja perempuan salah satunya adalah menstruasi, dimana terjadi peluruhan dinding rahim dan juga sel telur karena tidak terjadinya pembuahan oleh sel sperma. Seorang remaja perempuan perlu mengetahui siklus menstruasi mereka karena perubahan pada siklus menstruasi bisa menjadi pertanda awal dari penyakit pada organ reproduksi wanita.

Jelaskan bagaimana cara mengajarkan kesehatan reproduksi pada remaja?

- 1.) Ajarkan untuk Membersihkan Organ Intim
- 2.) Ajarkan untuk Sering Mengganti Dalaman
- 3.) Biasakan Mengonsumsi Makanan Sehat
- 4.) Tanamkan Jika Seks Bebas adalah Perilaku Menyimpang
- 5.) Ajak Anak Berolahraga Secara Teratur dan juga banyak terjadi pada masa remaja

Selain masalah kehamilan pada remaja masalah yang juga sangat menggelisahkan berbagai kasus adalah banyaknya remaja yang mengidap HIV/AIDS. Dilihat dari jumlah pengidap dan peningkatan jumlahnya dari waktu ke waktu, maka dewasa ini HIV (Human Immunodeficiency Virus) dan AIDS (Acquired Immune Deficiency Syndrome) sudah dapat dianggap sebagai ancaman hidup bagi masyarakat Indonesia. Berdasarkan laporan Departemen Kesehatan sampai Juni 2003 jumlah pengidap HIV/AIDS atau ODHA (Orang Yang Hidup Dengan HIV/AIDS) di Indonesia adalah 3.647 orang terdiri dari pengidap HIV 2.559 dan penderita AIDS 1.088 orang. Dari jumlah tersebut, kelompok usia 15 -19 berjumlah 151 orang (4,14%); 19-24 berjumlah 930 orang (25,50%). Ini berarti bahwa jumlah terbanyak penderita HIV/AIDS adalah remaja dan orang muda. Dari data tersebut, dilaporkan yang sudah meninggal karena AIDS secara umum adalah 394 orang (Subdit PMS & AIDS, Ditjen PPM & PL, Depkes R.I.). Penularan virus HIV ternyata menyebar sangat cepat di kalangan remaja dan kaum muda. Penularan HIV di Indonesia terutama terjadi melalui hubungan seksual yang tidak aman, yaitu sebanyak 2.112(58%) kasus. Dari beberapa penelitian terungkap bahwa semakin lama semakin banyak remaja di bawah usia 18 tahun yang sudah melakukan hubungan seks. Cara penularan lainnya adalah melalui jarum suntik (pemakaian jarum suntik secara bergantian pada pemakai narkoba, yaitu sebesar 815 (22,3%) kasus dan melalui transfusi darah 4 (0,10%) kasus). FKUI-RSCM melaporkan bahwa lebih dari 75% kasus infeksi HIV di kalangan remaja terjadi di kalangan pengguna narkoba.

Jumlah ini merupakan kenaikan menyolok dibanding beberapa tahun yang lalu. Beberapa penyebab rentannya remaja terhadap HIV/AIDS adalah 1) kurangnya informasi yang benar mengenai perilaku seks yang aman dan upaya pencegahan yang bisa dilakukan oleh remaja dan kaum muda, 2) perubahan fisik dan emosional pada remaja yang mempengaruhi dorongan seksual dan mencoba-coba sesuatu yang baru, termasuk melakukan hubungan seks dan penggunaan narkoba, 3) adanya informasi yang menyuguhkan kenikmatan hidup yang diperoleh melalui seks, alkohol, narkoba, dan sebagainya yang disampaikan melalui berbagai media cetak atau elektronik, 4) adanya tekanan dari teman sebaya untuk melakukan hubungan seks, misalnya untuk membuktikan bahwa mereka adalah jantan, 5) resiko HIV/AIDS sukar dimengerti oleh remaja, karena HIV/AIDS mempunyai periode inkubasi yang panjang, gejala awalnya tidak segera terlihat, 6) informasi mengenai penularan dan pencegahan HIV/AIDS rupanya juga belum cukup menyebar di kalangan remaja sehingga banyak remaja masih mempunyai pandangan yang salah mengenai HIV/AIDS, 7) remaja pada umumnya kurang mempunyai akses ke tempat pelayanan kesehatan reproduksi dibanding orang dewasa sehingga banyak remaja yang terkena HIV/AIDS tidak menyadari bahwa mereka terinfeksi, kemudian menyebar ke remaja lain, sehingga sulit dikontrol.

Pengembangan Program Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) Berbagai permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja diatas memerlukan suatu upaya pengembangan program pendidikan Kesehatan reproduksi remaja yang dapat mencakup penyediaan pelayanan klinis, pemberian informasi akurat, mempertimbangkan kemampuan dan sisi kehidupan remaja, menjamin program yg cocok atau relevan dg remaja serta utamanya mendapat dukungan masyarakat. Pendidikan KRR berbasis sekolah merupakan salah satu alternatif strategi yang tepat karena bisa mencakup semua tantangan diatas. Pendidikan Kesehatan reproduksi remaja (KRR) yang dilakukan oleh sekolah merupakan salah satu upaya untuk membimbing remaja mengatasi konflik seksualnya. Oleh berbagai pihak, sekolah dan guru dianggap sebagai pihak yang layak memberikan pendidikan KRR ini. Pendidikan KRR untuk memberikan bekal pengetahuan kepada remaja mengenai anatomi dan fisiologi reproduksi, proses perkembangan janin, dan berbagai permasalahan reproduksi seperti kehamilan, PMS, HIV/AIDS, KTD dan dampaknya, serta pengembangan perilaku reproduksi sehat untuk menyiapkan diri melaksanakan fungsi reproduksi yg sehat (fisik, mental, ekonomi, spiritual). Pendidikan KRR dapat diwujudkan dalam penyuluhan, bimbingan dan konseling, pencegahan, penanganan masalah yang berkaitan dg KRR termasuk upaya mencegah masalah perinatal yang dapat dialami oleh ibu dan anak yang dapat berdampak pada anggota keluarga lainnya. Studi kasus program penyuluhan dan konseling kesehatan reproduksi remaja di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta Pihak sekolah dan guru di SMA Muha Yogyakarta melaksanakan pendidikan KRR ini dengan memasukkan mated KRR ke dalam pelajaran Biologi, Penjaskes, dan Agama, sebagaimana kebijakan yang ditetapkan Depdiknas tentang strategi pendidikan KRR di sekolah. Proses pelaksanaan program pendidikan KRR di sekolah ini mengisyaratkan

E. PERANAN BIDAN SESUAI KEBIJAKAN PEMERINTAH DALAM KESEHATAN MASALAH PUBERTAS.

Peran bidan sesuai kebijakan pemerintah dalam kesehatan masa pubertas: Masa remaja (usia 11 – 20 tahun) adalah masa yang khusus dan penting, karena merupakan periode

pematangan organ reproduksi manusia. Masa remaja disebut juga masa pubertas, merupakan masa transisi yang unik ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosi dan psikis. Remaja berada dalam situasi yang sangat peka terhadap pengaruh nilai baru, terutama bagi mereka yang tidak mempunyai daya tangkal. Mereka cenderung lebih mudah melakukan penyesuaian dengan arus globalisasi dan arus informasi yang bebas yang dapat menyebabkan terjadinya perubahan perilaku menyimpang karena adaptasi terhadap nilai-nilai yang datang dari luar. Masalah yang paling menonjol dilakangan remaja saat ini, misalnya masalah seksualitas, sehingga hamil di luar nikah dan melakukan aborsi.

Upaya pemerintah dalam menangani permasalahan remaja adalah dengan pembentukan Program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR). PKPR adalah suatu program yang dibentuk oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2003 sebagai upaya untuk meningkatkan status kesehatan remaja yang menekankan kepada Puskesmas sebagai fasilitator dan narasumber. Program ini sesuai dengan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2018 Tentang Standar Pelayanan Minimal bagian ketiga tentang SPM Kesehatan usia produktif untuk Jenis Pelayanan Dasar pelayanan kesehatan pada usia produktif.

Padahal, bidan memiliki peran luar biasa dalam kehidupan seorang wanita. Mulai dari memberikan edukasi pada remaja putri hingga pengaturan kesuburan sesudah melahirkan. Pada saat remaja putri mulai mendapatkan menstruasi, bidan sudah mulai bisa melaksanakan tugasnya dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi. Termasuk memberikan edukasi agar jangan sampai remaja putri hamil di luar pernikahan. Selanjutnya, bidan mendampingi dalam prakonsepsi atau sebelum terjadinya kehamilan. Tujuan pendampingan prakonsepsi untuk memastikan kesiapan kesehatan fisik dan emosional sebelum adanya kehamilan. Berikut ini peran bidan sesuai kebijakan pemerintah dalam kesehatan masa pubertas yaitu :

1. Bidan sebagai edukator

Bidan memberikan pendidikan kesehatan tentang pubertas tentang penanggulangan masalah kesehatan seperti persiapan pubertas pada remaja.

2. Bidan sebagai konselor

Peran bidan sebagai konselor dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan remaja tentang pentingnya mengetahui perubahan fisik dan hormonal, tanda-tanda yang terjadi pada saat pubertas dan cara mengatasinya.

3. Bidan sebagai motivator

Peran bidan sebagai motivator adalah bidan memberikan motivasi kepada remaja untuk tidak panik ketika timbul masalah-masalah pada saat pubertas. Bidan berkewajiban untuk mendorong perilaku positif dalam kesehatan, dilaksanakan konsisten dan lebih berkembang.

4. Bidan sebagai pelaksana untuk membentuk kader remaja yang dapat membantu melakukan pendekatan terhadap remaja dan memberikan penyuluhan-penyuluhan mengenai masa pubertas.

5. Bidan memberikan asuhan pada remaja yang mengalami pubertas dengan melakukan pengkajian, pemeriksaan fisik, mengidentifikasi diagnosa dan masalah potensial, menentukan

kebutuhan segera, merencanakan tindakan yang akan dilakukan, melaksanakan tindakan untuk menangani kasus, melakukan evaluasi.

6. Bidan sebagai evaluator

Bidan mengevaluasi asuhan kebidanan yang telah diberikan pada remaja dengan memantau apakah terdapat perubahan perilaku pada remaja, dan apakah remaja dapat mempersiapkan diri dengan baik ketika terjadi perubahan. Bidan mengevaluasi program-program yang telah dirancang dan diterapkan apakah efektif dan efisien atukah perlu perubahan.

BAB 111

PENUTUP

A.KESIMPULAN

Masa remaja awal atau masa pra puber adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa remaja sebenarnya, dimana seorang anak yang telah besar ini sudah ingin berlaku seperti orang dewasa tetapi dirinya belum siap termasuk kelompok orang dewasa. Pubertas adalah periode dalam rentang perkembangan ketika anak-anak berubah dari makhluk aseksual menjadi makhluk seksual. Menurut sejumlah ahli perkembangan, pada anak perempuan pubertas terjadi sekitar usia 10 tahun, sedangkan pada anak laki-laki terjadi pada usia sekitar 12 tahun. Batasan usia remaja awal (pra puber) yang umum digunakan adalah antara umur 12-15 tahun.

Kriteria yang paling sering digunakan untuk menentukan timbulnya pubertas dan untuk memastikan tahap pubertas tertentu yang telah dicapai adalah haid, basah malam, bukti yang diperoleh dari analisis kimia terhadap air seni dan foto sinar-X dari perkembangan tulang. Ketika seseorang memasuki masa pra puber maka akan terlihat ciri-ciri pada jasmani maupun rohaninya (kejiwaannya). Ciri-ciri pada masa pra puber terbagi menjadi tiga yaitu ciri-ciri primer yang berhubungan langsung dengan proses reproduksi. Ciri-ciri sekunder yang berhubungan dengan tanda-tanda jasmaniah yang membedakan antara laki-laki dan perempuan. Ciri-ciri tersier, yang berhubungan dengan psikologis (kejiwaan). Dalam perkembangan remaja awal (pra puber), seseorang akan mengalami perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan emosi (afektif) dan perkembangan sosial. Masa pra puber merupakan masa yang kritis, sehingga seseorang yang memasuki masa ini memiliki bahaya-bahaya baik bahaya fisik maupun bahaya psikologis.

B. SARAN

Agar tenaga kesehatan sebagai pelaksana pelayanan kesehatan reproduksi remaja lebih aktif mengadakan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi bagi remaja dan orang tua. Agar remaja lebih banyak menggali informasi baik melalui media cetak maupun media elektronik sehingga lebih memahami dampak negatif perilaku remaja terhadap perubahan fisiologis

DAFTAR PUSTAKA

<http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Kespro-dan-KB-Komprehensif.pdf>

<http://www.digilib.ui.ac.id/opac/themes/libri2/detail.jsp?id=108893>

[https://www.alodokter.com/jenis-dan-fungsi-hormon-reproduksi-pada-pria-dan-wanita#:~:text=Follicle%20stimulating%20hormone%20\(FSH\)&text=Hormon%20ini%20memiliki%20peranan%20penting,serta%20turut%20mengendalikan%20siklus%20menstruasi](https://www.alodokter.com/jenis-dan-fungsi-hormon-reproduksi-pada-pria-dan-wanita#:~:text=Follicle%20stimulating%20hormone%20(FSH)&text=Hormon%20ini%20memiliki%20peranan%20penting,serta%20turut%20mengendalikan%20siklus%20menstruasi)

<https://mediakom.kemkes.go.id/2020/03/kapan-anak-dikatakan-mengalami-pubertas/2/>