

Titi Nurhayati, SKM, MKM



SALIRA



Literasi Kesehatan Reproduksi
untuk Remaja Adat

Editor : Eko

SALIRA

Literasi Kesehatan Reproduksi untuk Remaja Adat

Generasi muda adalah bagian dari masyarakat yang menjadi harapan para kaum tua untuk meneruskan garis keturunan sebuah bangsa. Untuk tujuan inilah mereka harus mendapatkan edukasi reproduksi yang baik dan sesuai norma kearifan di masyarakat. Dalam sistem masyarakat adat ada banyak hal yang dapat dipelajari dan diambil kebaikannya. Norma-norma yang berlaku difahami sebagai salah satu warisan budaya. Norma tersebut ternyata memiliki tujuan ketahanan keluarga yang diwariskan dengan cara yang sederhana tetapi bertahan lama hingga peradaban modern. Dari sisi kesehatan reproduksi, generasi muda yang tidak teredukasi rentan dengan kesalahanantisipasi penyakit reproduksi dan berimbas kepada rendahnya angka keselamatan ibu dan bayi. Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi para pendidik di lingkungan masyarakat adat untuk menyampaikan edukasi kesehatan reproduksi tanpa mengesampingkan norma-norma dan warisan (heritage) masyarakat adat terutama sunda.



eureka
media akhara
Anggota IKAPI
No. 225/JTE/2021

☎ 0858 5343 1992
✉ eurekamediaaksara@gmail.com
📍 Jl. Banjaran RT.20 RW.10
Bojongsari - Purbalingga 53362



DIREKTORAT JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL
KEMENTERIAN HUKUM & HAK ASASI MANUSIA RI
EC00202436885

ISBN 978-623-120-571-1



9 786231 205711

SALIRA
Literasi Kesehatan Reproduksi untuk Remaja Adat

Titi Nurhayati, SKM., MKM.



eureka
media aksara

PENERBIT CV.EUREKA MEDIA AKSARA

SALIRA
Literasi Kesehatan Reproduksi untuk Remaja Adat

Penulis : Titi Nurhayati, SKM., MKM.

Editor : Eko

Desain Sampul : Ardyan Arya Hayuwaskita

Tata Letak : Salma Fathina Hanin

ISBN : 978-623-120-571-1

No. HKI : EC00202436885

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, APRIL 2024**
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi:

Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan Bojongsari
Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992

Surel: eurekamediaaksara@gmail.com

Cetakan Pertama: 2024

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.

KATA SAMBUTAN

Buku yang disusun oleh penulis memuat tentang tulisan Literasi Kesehatan Reproduksi untuk Remaja. Diawali dengan membahas masalah Mengenal Pubertas, Menstruasi dan Kehamilan, Mitos dan Fakta, dan Perencanaan Kesehatan Keluarga dan Belajar dari Adat. Penting diketahui bahwa generasi muda adalah sebagai penerus bangsa yang harus mampu berpikir masa depan dengan tidak mengesampingkan urgensi dari menjaga keturunan. Oleh sebab itu diperlukan calon pemimpin dan manusia-manusia yang berkualitas mempunyai tingkat kesehatan, tingkat pendidikan yang memadai, dan menjadi manusia-manusia unggul. Manusia (penduduk) unggul dengan karakter/ahlak yaitu: 1) moral (iman-taqwa, etika, tata-krama, adab, jujur, rendah hati), 2) kinerja baik (kerja keras, kreativitas, ulet, loyal, integritas, tak cepat menyerah). Sehingga dalam mengisi kemerdekaan itu bisa meningkatkan kesejahteraan keluarga, masyarakat, dan bangsa.

Pendidikan karakter ibarat mengukir, memberikan sentuhan agar objek yang diukir memiliki nilai lebih. Sebuah ukiran dipastikan bernilai lebih daripada objek yang diukir itu sendiri. Di dalam karakter ada nilai inti yang berasal dari budaya, dan oleh karena itu kita tidak membangun karakter yang terlepas dari budaya kita sendiri. Jika karakter itu merupakan refleksi budaya yang bersifat lintas generasi, maka pendidikan alih generasi harus dilakukan sejak sekarang, dan sebaik-baik bekal yang diberikan bagi generasi mendatang adalah pendidikan karakter. Karakter menjadi variable yang membuat ilmu pengetahuan dan teknologi membawa kesuksesan dan kemaslahatan bagi umat manusia. Namun, yang harus dihindari jangan sampai tersesat menjadi gerakan dan ajang politik yang pada akhirnya hanya akan membentuk perilaku-perilaku formalistic-pragmatis yang berorientasi kepada asas manfaat sesaat, yang justru akan semakin merusak karakter dan martabat bangsa.

Generasi muda harus dimelekan (literasi) tentang kesehatan yang kental dengan kearifan local yang kaya dengan keberagaman budaya antara daerah yang satu dengan daerah yang lainnya.

Terutama yang paling bersentuhan dengan adat istiadat mengenai kesehatan keluarga, karena para remaja itu lambat laun akan berkeluarga. Oleh karena itu mereka harus diberi sentuhan pengetahuan, keterampilan dan sikap mulai dari sebelum menikah dan akan menjadi pengalaman serta bekal ketika sudah berkeluarga.

Menjawab realitas tersebut di atas, diperlukan banyak riset, kajian, pemikiran, evaluasi, dan temuan tentang konsep, model, dan aplikasi pemberdayaan masyarakat. Oleh sebab itu bahwa buku yang disusun oleh penulis syarat dengan kajian yang berkaitan erat dengan norma dan nilai adat budaya yang merupakan salah satu jawaban atas kebutuhan masyarakat. Bagaimana para remaja untuk menyiapkan keturunan manakala sudah berkeluarga yang berkaitan dengan kesehatan dengan tidak melanggar nilai-nilai budaya yang ada di masyarakat adat.

Kehadiran buku ini yang ditulis oleh Titi Nurhayati, SKM., MKM. tidak hanya sekedar untuk kebutuhan mengedukasi remaja, namun demikian dapat diperlukan juga bagi pembaca masyarakat luas.

Pada kesempatan ini saya menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih kepada penulis yang telah menyusun buku ini sebagai buku teks (bahan Ajar) yang diperlukan dalam implementasi model.

Uyu Wahyudin

KATA PENGANTAR

Generasi muda adalah bagian dari masyarakat yang menjadi harapan para kaum tua untuk meneruskan garis keturunan sebuah bangsa. Untuk tujuan inilah mereka harus mendapatkan edukasi reproduksi yang baik dan sesuai norma kearifan di masyarakat.

Dalam sistem masyarakat adat ada banyak hal yang dapat dipelajari dan diambil kebaikannya. Norma-norma yang berlaku difahami sebagai salah satu warisan budaya. Norma tersebut ternyata memiliki tujuan ketahanan keluarga yang diwariskan dengan cara yang sederhana tetapi bertahan lama hingga peradaban modern.

Dari sisi kesehatan reproduksi, generasi muda yang tidak teredukasi rentan dengan kesalahanantisipasi penyakit reproduksi dan berimbas kepada rendahnya angka keselamatan ibu dan bayi.

Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi para pendidik di lingkungan masyarakat adat untuk menyampaikan edukasi kesehatan reproduksi tanpa mengesampingkan norma-norma dan warisan (heritage) masyarakat adat terutama sunda.

Penulis

Selamat datang dalam perjalanan pengetahuan yang menggugah kesadaran dan memberdayakan, khususnya bagi generasi muda yang membawa harapan masa depan. Bahan ajar ini hadir dengan tujuan mulia, yakni untuk membuka pintu gerbang pemahaman dan penghargaan terhadap kesehatan reproduksi remaja, dengan tetap memperhatikan kearifan lokal dan nilai-nilai adat yang telah menjadi bagian integral dari kehidupan kita.

Menggali tema kesehatan reproduksi remaja dalam konteks budaya dan adat istiadat merupakan langkah kritis menuju pemahaman yang holistik. Di sini, kita tidak hanya akan mengeksplorasi aspek fisik dan biologis, tetapi juga menyelusuri nilai-nilai kearifan lokal yang melandasi pandangan tentang kesehatan reproduksi. Kesehatan bukanlah sekadar kondisi tubuh semata, melainkan sebuah keselarasan antara tubuh, pikiran, dan budaya.

Adat istiadat menjadi panglima yang memberikan warna dan arah bagi pemahaman kita tentang kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, melalui bahan ajar ini, kita akan mengajak para remaja adat untuk menggali pengetahuan, meresapi nilai-nilai luhur, dan menjembatani perbedaan antara konteks lokal dan universal dalam merawat diri sendiri.

Penting untuk diingat bahwa kesehatan reproduksi adalah hak asasi setiap individu, dan pengetahuan yang tepat dapat menjadi kunci untuk mengambil keputusan yang bijak. Dengan pemahaman yang baik, para remaja adat dapat membentuk sikap positif terhadap tubuhnya, menjaga kesehatan secara menyeluruh, dan membangun masa depan yang sehat dan berkelanjutan.

Selamat menapaki perjalanan pengetahuan ini. Semoga buku ini dapat menjadi jendela kebijaksanaan, membawa cahaya pencerahan, dan mendorong perubahan positif dalam sikap dan perilaku kesehatan reproduksi remaja adat. "Di dalam setiap langkahmu, jangan pernah melupakan jejak warisan yang menyusuri masa lalu.

Pemertahanan adat dan budaya adalah penghormatan terhadap akar-akar yang memberimu identitas. Jadilah seperti pohon yang kuat, tumbuh subur di atas tanah warisan nenek moyangmu."

Titi Nurhayati

Dalam setiap tarian tradisional dan irama lagu adat, terdapat lembaran kisah perjalanan nenek moyang yang tak boleh dilupakan. Remaja, pahami bahwa mempertahankan adat adalah menghormati bukan hanya mereka, tapi juga dirimu sendiri. Sebab, di dalam setiap budaya terkandung kebijaksanaan dan keunikan yang menjadikanmu berharga."

"Ngahargaan tradisi henteu ngan ukur ngayakeun upacara adat, tapi ogé ngahirupkeun makna anu aya di tukangeunana. Unggal tradisi mangrupikeun cerminan nilai-nilai luhur, sareng salaku rumaja, anjeun mangrupikeun pewarisna. di tengah-tengah arus parobahan."

" , . - , , . -

DAFTAR ISI

KATA SAMBUTAN	iii
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	ix
BAB 1 MENGENAL PUBERTAS	1
A. Permainan 1: Mengenal Pubertas	2
B. Langkah Pembelajaran	2
C. Lampiran	3
D. Bahan Bacaan.....	5
BAB 2 MENSTRUASI & KEHAMILAN	29
A. Permainan 2: Menstruasi.....	29
B. Langkah Pembelajaran	30
C. Lampiran	31
D. Bahan Bacaan.....	32
E. Permainan 3: Kehamilan	37
F. Langkah Pembelajaran	37
G. Lampiran	39
H. Bahan Bacaan.....	39
BAB 3 MITOS DAN FAKTA	42
A. Permainan 4: Menyaring Informasi.....	42
B. Langkah Pembelajaran	43
C. Lampiran	44
D. Bahan Bacaan.....	47
BAB 4 PERENCANAAN KESEHATAN KELUARGA DAN BELAJAR DARI ADAT	48
A. Permainan 5: Perencanaan kesehatan keluarga	48
B. Langkah Pembelajaran	49
C. Lampiran	50
D. Bahan Bacaan.....	51
PENUTUP.....	59
DAFTAR PUSTAKA	60
TENTANG PENULIS	62



SALIRA
Literasi Kesehatan Reproduksi untuk Remaja
Adat

Titi Nurhayati, SKM., MKM.



BAB

1

MENGENAL PUBERTAS

Pubertas bisa diartikan juga masa ketika seseorang anak mengalami perubahan fisik, psikis dan pematangan fungsi seksual. Biasanya masa puber pada laki-laki antara umur 11-12 tahun lebih lambat dari perempuan yang sudah mulai saat umur 8-10 tahun. Atau dengan kata lain pubertas adalah proses kematangan dan pertumbuhan yang terjadi Ketika organ reproduksi mulai berfungsi dan karakteristik seks skunder muncul.

Menurut Hans Garth dan C. Wright Mills, perubahan sosial dimaknai sebagai apa pun yang terjadi (kemunculan, perkembangan, dan kemunduran) dalam kurun waktu tertentu terhadap peran, lembaga, atau tatanan yang meliputi struktur sosial. Faktor penyebab perubahan sosial berdasarkan beberapa teori adalah konflik, perkembangan rasionalitas, gerakan sosial, dan materialisme. Perubahan sosial dapat terjadi pada setiap orang, termasuk remaja.

Menurut Santrock, remaja diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Karena masih dalam masa transisi antara anak dan dewasa, kebanyakan orang pada masa remaja berusaha untuk "menemukan jati dirinya" dan sering sekali terjadi ketidak-seimbangan secara emosional. Hal tersebut kemungkinan merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya perubahan sosial pada remaja.

BAB 2

MENSTRUASI & KEHAMILAN

Setelah memahami masa pubertas, remaja harus tahu bagaimana menjaga kesehatan reproduksi pada wanita dengan lebih spesifik. Hal spesifik tersebut antar lain tentang menstruasi dan kehamilan pada perempuan.

Kali ini pembahasan dibagi menjadi dua permainan, yang diharapkan dapat menambah pemahaman dan yang paling penting sebagai anggota masyarakat, remaja bisa aktif membantu teman atau keluarga perempuan yang sedang mengalami fenomena siklus dalam kesehatan reproduksi perempuan. Serta sebagai calon pasangan keluarga akan semakin bijak menerapkan perilaku supportif terhadap ibu hamil.

A. Permainan 2: Menstruasi

1. Tujuan:
Peserta memahami Tahapan Menstruasi.
Peserta mengetahui Perubahan psikis saat menstruasi
2. Metode
Permainan Siklus
3. Alat Bantu:
Gambar 4 buah lingkaran (bisa di tanah/ banner)
Ember berisi air
Bola
Kartu fase menstruasi
4. Waktu
60 menit

BAB

3

MITOS DAN FAKTA

Dalam memahami informasi kesehatan reproduksi, remaja selalu dibayangi mitos atau informasi yang kurang tepat saat menerima pelajaran dari sumber informasi. Fakta yang benar akhirnya dibutuhkan untuk memilih tindakan atau sikap dengan tepat.

Permainan ini diharapkan bisa membantu remaja, memilah informasi kesehatan reproduksi dengan baik.

A. Permainan 4: Menyaring Informasi

1. Tujuan:

Peserta membedakan mitos dan fakta seputar informasi kesehatan reproduksi

Peserta memahami cara memilah informasi dengan baik

Peserta melihat adat istiadat setempat sebagai heritage yang empiris terbukti membantu masyarakat mencapai tujuan

2. Metode:

Kuis

3. Alat Bantu:

Lembar Kartu mitos/Fakta

Gambar Sistem adat

4. Waktu

60 menit

BAB 4

PERENCANAAN KESEHATAN KELUARGA DAN BELAJAR DARI ADAT

Dalam masyarakat, keluarga inti dipandang sebagai hasil reproduksi yang sah. Salah satu, unsur dari keluarga tersebut juga terdapat remaja. Remaja bisa juga dipandang sebagai calon unsur pembentuk keluarga di masa depan.

Dengan begitu, remaja juga perlu faham dengan cara merencanakan keluarga dengan baik, hal ini akan mendukung remaja untuk menjaga kesehatan keluarga dengan baik.

Sikap menjauhi adat setempat juga tidak sepenuhnya benar, karena petuah dan norma adat juga bisa benar dan memiliki tujuan baik bahkan secara jangka panjang menentukan kelangsungan peradaban yang lebih kuat karena sudah terbukti dan lestari hingga sekarang.

A. Permainan 5: Perencanaan kesehatan keluarga

1. Tujuan:

Peserta mengetahui komponen kesehatan keluarga

Peserta memahami cara mengakses sarana kesehatan

Peserta melihat adat istiadat setempat sebagai heritage kebaikan yang empiris terbukti membantu masyarakat mencapai tujuan kesehatan

2. Metode:

Bermain Ular tangga

3. Alat Bantu:

Papan besar Ular tangga Kesehatan Keluarga

Dadu, Pion

PENUTUP

Kesehatan reproduksi merupakan salah satu rantai dari kesehatan keluarga dan masyarakat. Dari kesadaran pribadi yang memahami kesehatan reproduksi dengan baik, ditambah dengan pemahaman peran aktif pribadi di keluarga dan masyarakat, manusia bisa meraih kesehatan paripurna bersama keluarga dan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonym, 2024, Modul Kesehatan Reproduksi, Perlindungan Anak Terpadu Berbasis Masyarakat (PATBM), Rutgers, WIPF Indonesia.
- Irawati Imran,(2000)Kesehatan Reproduksi ,perkembangan seksualitas remaja ,PKBI,IPPF,BKKBN,UNFPA
- Kasepuhan Sinar resmi cisolok sukabumi
- Blanch, Marti & Collier, Merni. 1993. There's More Sexuality. New York:
- Cawood, Diana. 1997. Manajer yang Asertif: Terampil Mengelola Orang dan Efektif dalam Berkomunikasi. Jakarta: PT. Gramedia.
- Devito, A. Joseph. 1989. The Interpersonat Communication Book. Fifth Edition. Nev York: Harper 8 Row Publisher.
- Erich Fromm. Seni Mencinta.
- Hilgard, Ems. 1992. Pengantar Psikologi. Jakarta: PT. Erlangga.
- ILO Indonesia. 1997. Apa itu Gender: Buku Panduan untuk Para Pekerja. Yogyakarta.
- Mitra Citra Remaja-PKBI Jabar. 1997. Buku Permainan.
- Mitra Citra Remaja-PKBI Jabar. 1998. Buklet Peran Pendamping dalam Memberikan Pendidikan Seksualitas kepada Remaja.
- Myles, Helen, Gale, Wendy. 1993. Taught not Caught. London: Trinity Press.
- Noris Araque de Maldonado, Springham, Jane etc. Action for Youth: AIDS Training Manual. Geneva: WHO.
- Phares, E. Jerry. 1988. Introduction to Personality. lilinois: Scot, Foresman and Co.
- Pratiwi Knys. 1996. Problem yang Dihadapi Muda-Mudi. Yogyakarta: Kanisius.

Sarlito Wirawan, Prof. Dr. Psikologi Remaja.

Teddy Hidayat, DSJ. Makalah Kesehatan Reproduksi Remaja.

Welbourn, Alice. 1995. Stepping Stones: A Training Package on HIV/AIDS Communication and Relation Skills. G& A Williams.

Vvishnubroto Widarso. 1995. Cinta Selayang Pandang: Sebuah Tanya Jawab. Yogyakarta: Kanisius.

WHO & UNESCO. 1994. School Health Education to Prevent AIDS and STD. Geneva: CECIP.

TENTANG PENULIS



Titi Nurhayati Sulaeman SKM., MKM., lahir tanggal 17 Nopember 1965 di Ciamis desa Dayeuhluhur Kawali Kabupaten Ciamis Provinsi Jawa Barat. Masa kecil di kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung. Penulis pada tahun 1984 menyelesaikan Sekolah Perawatan Depkes di Bogor, Pendidikan D1 Guru Perawatan Pajajaran Bandung pada tahun 1986, kemudian menempuh pendidikan DIII Akademi Perawatan Wijayakusuma Cilandak Jakarta pada tahun 1992-1994 setelah itu mengikuti AKTA Mengajar III di IKIP Bandung setelah itu mengikuti mengikuti Program Pendidikan Bidan B di Akper Pajajaran Bandung menyelesaikan Sarjana (S1) di Fakultas Kesehatan Masyarakat peminatan Kesehatan Reproduksi Universitas Indonesia pada tahun 1998-2000 dan mengikuti AKTA Mengajar IV di IKIP Bandung, pada tahun 2004, kemudian dilanjutkan mengikuti D3 Kebidanan di Akademi Kebidanan Bandung dan menyelesaikan Pendidikan Magister bidang Kesehatan Reproduksi Fakultas kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia pada tahun 2008. mengikuti Doktoral Universitas Pendidikan Indonesia jurusan pendidikan Masyarakat Penulis tercatat sebagai guru perawat di SPK Depkes Bogor sejak Tahun 1985, kemudian Dosen di Akademi Kebidanan Bogor yang berubah menjadi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung sejak tahun 2001 sampai dengan sekarang. Penulis aktif sebagai pengurus di organisasi profesi Ikatan Bidan Indonesia cabang Kota Bogor, Ikatan Akhli Kesehatan Masyarakat Indonesia (IAKMI) dan sebagai pengurus di DPC PPDII kota Bogor.

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202436885, 10 Mei 2024

Pencipta

Nama : **Titi Nurhayati, SKM., MKM**

Alamat : **Bumi Menteng Asri Jl. Farmasi LV Blok BH No 25 Bogor, Bogor Barat - Kota, Bogor, Jawa Barat, 16111**

Kewarganegaraan : **Indonesia**

Pemegang Hak Cipta

Nama : **Titi Nurhayati, SKM., MKM**

Alamat : **Bumi Menteng Asri Jl. Farmasi LV Blok BH No 25 Bogor, Bogor Barat - Kota, Bogor, Jawa Barat 16111**

Kewarganegaraan : **Indonesia**

Jenis Ciptaan : **Buku**

Judul Ciptaan : **SALIRA Literasi Kesehatan Reproduksi Untuk Remaja Adat**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : **4 April 2024, di Purbalingga**

Jangka waktu perlindungan : **Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.**

Nomor pencatatan : **000612242**

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL
u.b
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

IGNATIUS M.T. SILALAH
NIP. 196812301996031001

Disclaimer:
Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.