


Asuhan Kebidanan Pada Remaja & Perimenopause.

Ade Elvina, S.Tr.Keb, M.Keb



Modul Ajar

Asuhan Kebidanan Pada Remaja Dan Perimenopause

Penulis : Ade Elvina, S.Tr.Keb, M.Keb

Email : adeelvina55@gmail.com

Kontak : 081379360900

Desain cover : Wika Anindita

Diterbitkan oleh :

Hak cipta dilindungi Undang- undang

Dilarang mengutip, memperbanyak, dan menerjemahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun tanpa izin tertulis dari penerbit

Kata Pengantar

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas karunia dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan Modul "*Asuhan Kebidanan Pada Remaja & Perimenopause*". Modul ini untuk membantu mahasiswa kesehatan, khususnya mahasiswa kebidanan sebagai pedoman pembelajaran mengenai perubahan anatomi dan fisiologi pada remaja serta tentang fisiologi perimenopause.

Modul ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu saran dan kritik demi kesempurnaan modul ini sangat penulis harapkan. Semoga modul ini bermanfaat dan semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa memberikan kebaikan dan kemudahan bagi kita semua.

Bengkulu, Mei 2021

Penulis

Ucapan Terima Kasih

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Ketua STIKes Sapta Bakti Bengkulu Ibu Hj. Djusmalinar, M.Kes yang selalu memotivasi penulis dan para dosen pada umumnya untuk selalu berkarya dengan banyak mengembangkan bahan ajar berupa menulis buku atau modul baik untuk kepentingan beban kerja dosen maupun untuk akreditasi institusi.

Terima kasih pula disampaikan pada Ka.Prodi Kebidanan Ibu Erli Zainal, M.Keb, yang telah memberikan semangat kepada dosen di jajaran Prodi Kebidanan untuk selalu berkompetisi di dalam penulisan karya ilmiah untuk pengembangan bahan pengajaran, sumbangan telaah terhadap isi modul ini dan ikut memberikan kata pengantar sebagai pelengkap isi modul sekaligus tim pada mata kuliah Asuhan Kebidanan pada remaja dan perimenopause.

Kepada teman sejawat dosen lainnya, yang telah meluangkan waktu memberikan masukan beberapa poin penting tentang materi kegiatan belajar di beberapa bab untuk kelengkapan isi modul ini sesuai keahlian masing-masing. Kepada segenap tim penerbit Prodi Kebidanan, penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya atas kerja samanya selama ini.

Daftar Isi

DEWAN REDAKSI	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
BAB I Perubahan Anatomi dan fisiologi pada remaja	1
BAB II Fisiologi Perimenopause.....	5
BAB III Latihan Soal	13
BAB IV Rangkuman	15
BAB V Umpan Balik	16
DAFTAR PUSTAKA	17
KUNCI JAWABAN	

BAB I

Perubahan anatomi & fisiologi remaja

Tujuan Pembelajaran Umum

Setelah mengikuti materi ini saudara diharapkan mampu memahami materi tentang perubahan anatomi dan fisiologi remaja.

Tujuan Pembelajaran Khusus

Setelah mengikuti kegiatan belajar, diharapkan mahasiswa mampu untuk menjelaskan tentang perubahan anatomi dan fisiologi remaja.

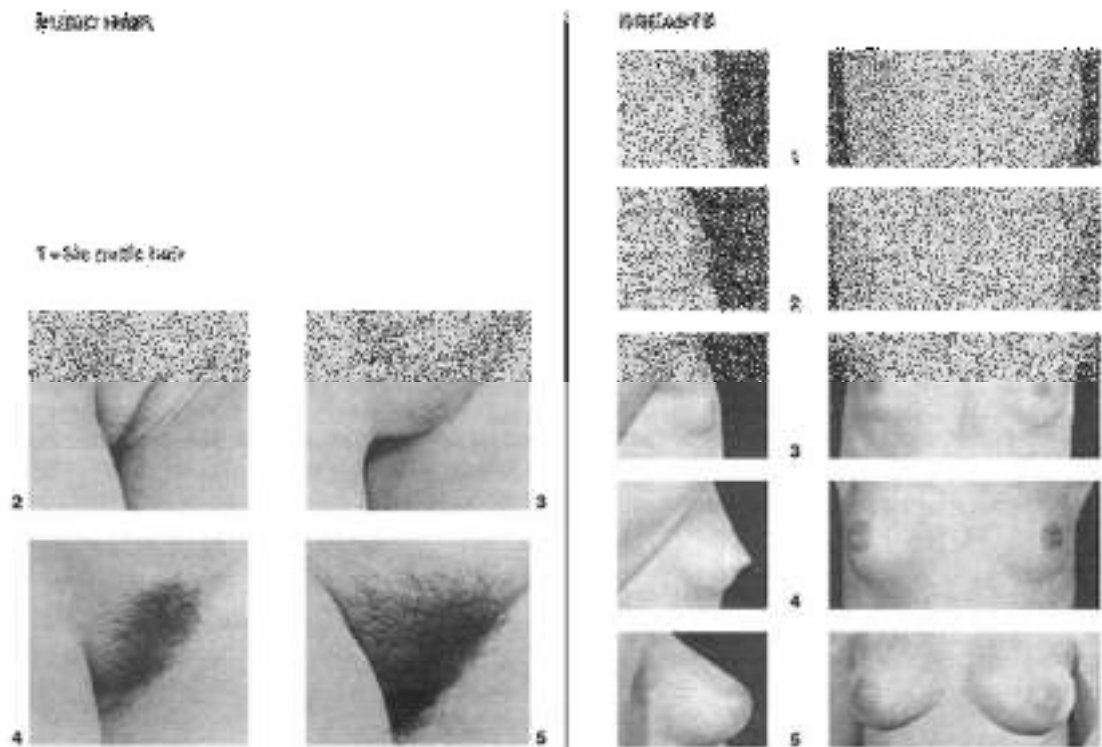
Uraian Materi

1. Perubahan anatomi & fisiologi remaja

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis. Menurut WHO, yang disebut remaja adalah mereka yang berada pada tahap transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun. Menurut Depkes RI adalah antara 10 sampai 19 tahun dan belum kawin.

Pada masa remaja terjadi pacu tumbuh (*growth spurt*) dan maturasi seksual. Pada populasi sehat, pacu tumbuh pada perempuan mulai terjadi pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 16 tahun atau lebih, sedangkan pada laki-laki dimulai pada usia 12-15 tahun dan berakhir sekitar usia 18 tahun atau lebih. Tingkat kematangan seksual (TKS) dinilai dengan standar berupa skala *Tanner visual* yang menggolongkan perempuan berdasarkan bentuk payudara (B1-B5) dan rambut pubis (P1-P2) serta menggolongkan laki-laki berdasarkan ukuran dan bentuk genital yaitu testis dan penis (G1-G5) dan rambut pubis (P1-P2).

Gambar 1.1 Skala Tanner visual untuk menilai tingkat kematangan seksual pada perempuan

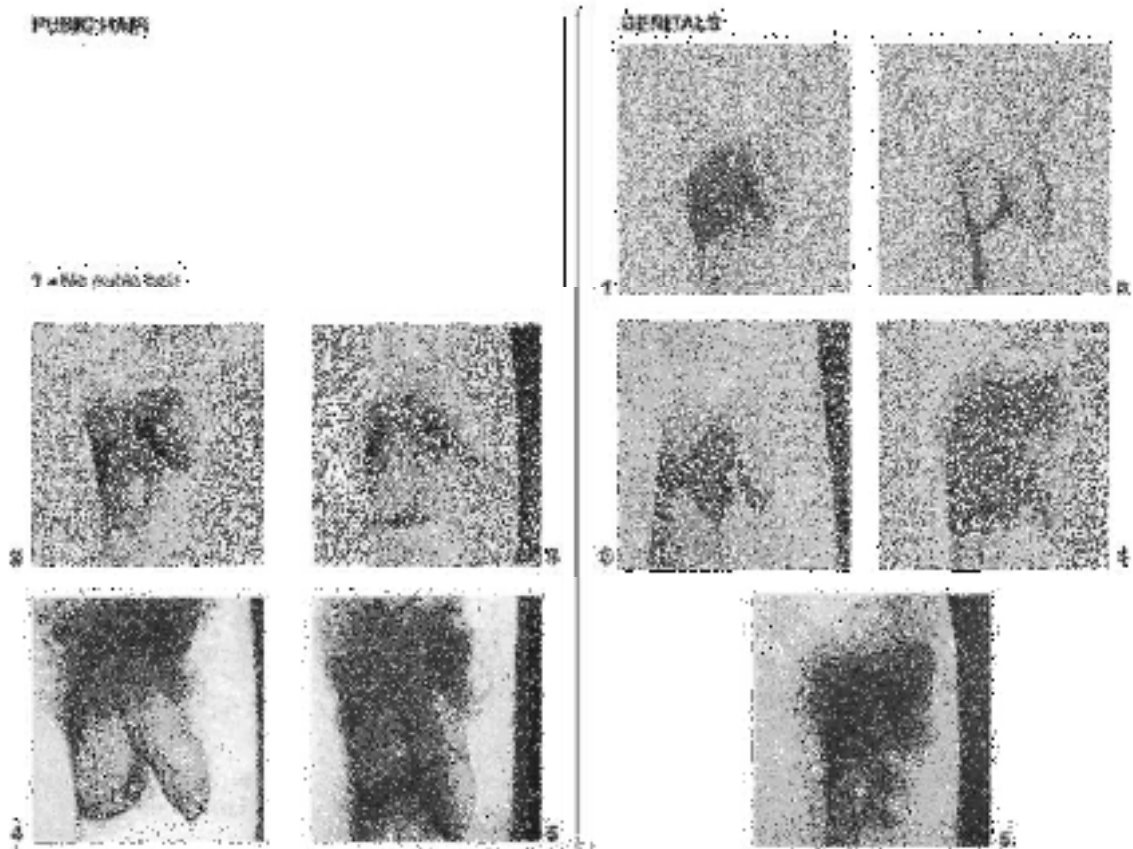


Sumber: Erlidita Mahadevi (2018)

Organ	Tahapan tanner visual	Deskripsi
Payudara	B1	Praremaja: hanya elevasi papilla
	B2	<i>Breast bud</i> : elevasi payudara dan papilla sebagai gundukan kecil, pelebaran areola
	B3	Pembesaran lebih lanjut dari payudara dan areola tanpa ada pemisahan kontur
	B4	Proyeksi dari papilla dan areola untuk membentuk gundukan sekunder diatas payudara
	B5	Matur: hanya proyeksi papilla saja karena resesi dari areola pada kontur umum payudara
Pubis	P1	Praremaja: tanpa rambut pubis
	P2	Pertumbuhan jarang dari rambut yang panjang sedikit berpigmen, halus sedikit keriting yang muncul terutama disepanjang labia
	P3	Rambut lebih gelap, kasar, keriting dan menyebar secara jarang melewati penghubung labia
	P4	Tipe rambut dewasa dengan area distribusi yang lebih kecil tanpa penyebaran di permukaan medial paha
	P5	Menyebar ke permukaan medial paha, namun tidak sampai ke <i>linea alba</i> atau area di atas dasar segitiga

Tabel 1.1 Deskripsi tahapan tanner visual pada perempuan

Gambar 1.2 Skala Tanner visual untuk menilai tingkat kematangan seksual pada laki-laki



Sumber: Erlidita Mahadevi (2018)

Organ	Tahapan tanner visual	Deskripsi
Genital	G1	Praremaja: Ukuran proporsi testis, skrotum dan penis hampir sama dengan anak-anak
	G2	pembesaran pada skrotum disertai dengan perubahan tekstur dan kemerahan pada kulit skrotum
	G3	Pertumbuhan pada penis menjadi lebih panjang dan pertumbuhan lebih lanjut dari testis dan skrotum
	G4	Pertumbuhan penis yang lebih panjang dan lebar disertai dengan perkembangan glans dan penggelapan kulit skrotum
	G5	Bentuk ukuran dewasa
Pubis	P1	Praremaja: tanpa rambut pubis
	P2	Pertumbuhan jarang dari rambut yang panjang sedikit berpigmen, halus sedikit keriting yang muncul terutama disepanjang labia
	P3	Rambut lebih gelap, kasar, keriting dan menyebar secara jarang
	P4	Tipe rambut dewasa dengan area distribusi yang lebih kecil tanpa penyebaran di permukaan medial paha
	P5	Menyebar ke permukaan medial paha, namun tidak sampai ke <i>linea alba</i> atau area di atas dasar segitiga

Tabel 1.2 Deskripsi tahapan tanner visual pada laki- laki

2. Pertumbuhan fisik pada remaja

Perubahan fisik pada remaja ditandai dengan munculnya tanda-tanda sebagai berikut :

- a) Tanda seks primer yang berhubungan langsung dengan maturasi organ reproduksi. Pada remaja laki-laki hal ini ditandai dengan *semenarche*, sedangkan pada remaja perempuan ditandai dengan *menarche*.
- b) Tanda seks sekunder yaitu perubahan bentuk tubuh pada kedua jenis kelamin. Ciri-ciri pasti dari pertumbuhan fisik pada remaja yaitu adanya penambahan tinggi badan, peningkatan massa tulang, gigi, otot, dan lemak, kenaikan berat badan, perubahan biokimia, pertumbuhan organ-organ dalam, pertumbuhan kepala, dan maturasi organ-organ reproduksi. Remaja laki-laki mengalami perubahan otot, pelebaran bahu, perubahan suara, dan tumbuhnya rambut pada pubis (*adrenarche*), ketiak, dan kumis. Pada remaja perempuan mulai tumbuh payudara (*telarche*), pinggul membesar, paha membesar, dan tumbuh rambut pada pubis (*adrenarche*) dan ketiak.

BAB II

Fisiologi Perimenopause

Tujuan Pembelajaran Umum

Setelah mengikuti materi ini saudara diharapkan mampu memahami materi tentang fisiologi perimenopause.

Tujuan Pembelajaran Khusus

Setelah mengikuti kegiatan belajar, diharapkan mahasiswa mampu untuk menjelaskan tentang fisiologi perimenopause.

Uraian Materi

1. Pengertian perimenopause

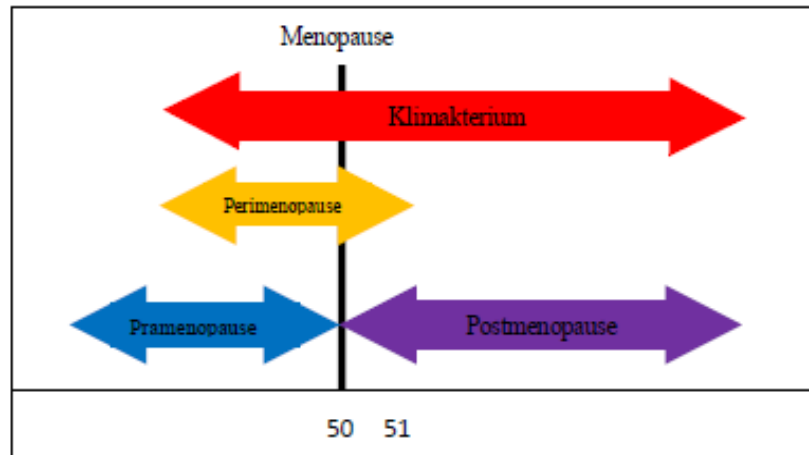
Perimenopause adalah masa sebelum, selama dan sesudah menopause. Perimenopause terjadi karena turunnya jumlah folikel pada indung telur sehingga estrogen mengalami penurunan jumlah produksi. Akibat dari penurunan estrogen terjadi gejala-gejala seperti timbul misalnya rasa panas membakar di wajah yang sering timbul pada malam hari, kekeringan pada vagina, siklus menstruasi tidak teratur dan tanda perubahan lainnya. Usia perimenopause wanita biasanya 45 tahun sampai terjadinya menopause, atau 5 tahun sebelum terjadinya menopause.

Perimenopause merupakan fase klimakterium. Klimakterium adalah masa peralihan antara masa reproduksi dan masa senium. Klimakterium terdiri atas masa:

- a) Pramenopause: waktu sebelum periode menstruasi berakhir, biasanya sebelum gejala mulai muncul yang terjadi pada umur 40 tahun.
- b) Perimenopause: masa sebelum, selama dan setelah menopause.
- c) Menopause: keadaan wanita yang tidak mendapat haid selama 12 bulan disertai adanya tanda-tanda menopause sampai menuju senium. Menopause terjadi pada usia antara 45 sampai 51 tahun.

- d) Pascamenopause atau postmenopause: waktu dalam kehidupan wanita setelah periode berhenti paling tidak satu tahun.

Gambar 2.1 Fase Klimakterium



2. Masalah dan gejala perimenopause

- a) Gangguan vasomotor. Gangguan ini ditandai dengan gejala *hot flush* atau operasaan panas dari dada hingga wajah sehingga wajah dan leher menjadi kemerahan dan berkeringat. Hal ini disebabkan oleh peningkatan pengeluaran hormon adrenalin dan neurotensin oleh tubuh wanita tersebut. selain itu terjadi juga penurunan sekresi hormon noradrenalin sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah kulit menjadikan temperatur kulit meningkat dan timbul perasaan panas.
- b) *Drynes vaginal* (kekeringan pada vagina). Meningkatnya usia maka makin sering dijumpai gangguan seksual. Hal ini terjadi karena adanya perubahan pada vagina seperti kekeringan, sel epitel vagina menjadi tipis dan mudah cidera yang akan membuat daerah vagina sakit saat berhubungan. Libido atau gairah seksual wanita menurun dikarenakan perubahan hormonal, kegelisahan, atau citra tubuh yang tidak baik.
- c) Penurunan daya ingat dan mudah tersinggung. Masalah ini disebabkan karena adanya penurunan kadar estrogen berpengaruh terhadap neurotransmiter yang ada di otak. Neurotransmiter yang dapat di otak yaitu dopamine, serotonin dan endrofin. Produksi endrofin pada premenopause mengalami penurunan hal ini terjadi kadar estrogen dalam

darah juga mengalami penurunan. Penurunan kadar endrofin, dopamine dan serotonin mengakibatkan gangguan yang berupa menurunnya daya ingat dan suasana hati yang sering berupa menurunnya daya ingat dan suasana hati yang sering berubah atau mudah tersinggung.

- d) *Inkontinensia urine*. Kadar estrogen yang rendah akan menyebabkan penipisan pada jaringan kandung kemih dan saluran kemih. Hal ini menyebabkan terjadinya penurunan control dari kandung kemih sehingga sulit untuk menahan buang air kecil.
- e) Ketidakaturan siklus haid. Gejala ini biasanya akan terlihat pada awal permulaan masa menopause. Perdarahan akan terlihat beberapa kali dalam rentang beberapa bulan dan akhirnya akan berhenti sama sekali.
- f) Perubahan kulit. Perubahan lain meliputi kulit kering, banyak berkeringat, pengerutan, perubahan fungsi pelindung dan kulit menjadi tipis. Lemak di bawah kulit juga berkurang sehingga kulit juga menjadi kendur dan mudah terbakar sinar matahari. Kulit yang terbakar sinar matahari akan berpigmentasi serta menjadi hitam atau timbul bintik bintik hitam.

BAB III

Latihan Soal

Kasus untuk soal 1 & 2

Seorang remaja putri usia 12 tahun datang ke PMB diantar ibunya dengan keluhan nyeri perut, keluar darah dari kemaluan untuk pertama kali, darah yang keluar bergumpal dan banyak. Ibu merasa khawatir karena anak tidak bisa sekolah. Hasil pemeriksaan: TD 90/60mmHg, N 86x/menit, P 20x/menit, S 36,5 C. Tidak ada massa pada perut.

1. Diagnosis yang tepat untuk kasus tersebut adalah?
 - a. Menarche
 - b. Gangguan haid
 - c. Nyeri saat ovulasi
 - d. Pre menstruasi syndrome
2. Tindakan apakah yang paling tepat untuk mengatasi nyeri pada kasus tersebut?
 - a. Pemberian analgetik
 - b. Menganjurkan olahraga ringan
 - c. Menjelaskan fisiologi terjadinya nyeri
 - d. Melakukan kolaborasi dengan dokter SpOG
3. Tanda seks sekunder pada remaja putri kecuali ...
 - a. Kenaikan berat badan dan pinggul membesar
 - b. Paha membesar dan tumbuhnya rambut pada pubis
 - c. Pelabaran bahu dan perubahan pada suara
 - d. Tumbuhnya payudara dan rambut pada ketiak

Kasus untuk soal 4 & 5

Ny. A usia 40 tahun datang ke PMB bidan C dengan keluhan tidak bisa tidur di malam hari, gairah seksual menurun, nyeri saat berhubungan intim, mudah tersinggung dan mudah lupa. Ny. A mengaku belum haid selama 2 bulan. Hasil pemeriksaan: TD 120/80mmHg, N 86x/menit, P 20x/menit, S 36,5 C.

4. Diagnosis yang tepat untuk Ny. A adalah
 - a. Menopause
 - b. Perimenopause
 - c. Amenorhea
 - d. Sindrom ovarium polikistik
5. Tindakan apakah yang tepat untuk kasus tersebut ?
 - a. Memberikan analgetik
 - b. Memberikan obat tidur
 - c. Kolaborasi dengan dokter SpOG
 - d. Menjelaskan fisiologi perimenopause

BAB IV

Rangkuman

Dari pembahasan materi diatas kita dapat membuat sebuah rangkuman bahwa :

1. Perubahan anatomi dan fisiologi pada remaja ditandai dengan munculnya tanda-tanda seks primer (berhubungan langsung dengan maturasi organ reproduksi) dan tanda seks sekunder yaitu perubahan bentuk tubuh pada remaja perempuan dan remaja laki-laki.
2. Perimenopause adalah masa sebelum, selama dan sesudah menopause. Perimenopause merupakan fase klimakterium. Klimakterium adalah masa peralihan antara masa reproduksi dan masa senium. Klimakterium terdiri atas masa pramenopause, perimenopause, menopause dan postmenopause.
3. Masalah atau gejala yang sering muncul pada perimenopause yaitu gangguan vasomotor, *drynes vaginal* (kekeringan pada vagina), penurunan daya ingat, mudah tersinggung, *inkontinensia urine*, ketidakaturan siklus haid dan perubahan kulit.

BAB V

Umpan balik

Saudara telah menyelesaikan tes formatif dengan baik. Cocokkanlah jawaban saudara dengan kunci jawaban tes formatif yang terdapat dibagian akhir modul ini. Hitunglah jawaban yang benar, kemudian gunakan rumus dibawah ini untuk mengetahui tingkat penguasaan Saudara terhadap materi kegiatan belajar.

Rumus :

$$\text{Tingkat Penguasaan} = \frac{\text{Jumlah jawaban Andayangbenar}}{5} \times 100$$

5

Arti tingkat penguasaan yang anda capai:

90-100% = Baiksekali

80-89% = Baik

70-79% = Cukup

<70% = Kurang

Daftar Pustaka

- Ariani dkk. 2013. *Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Penyesuaian Diri Remaja Putri Menghadapi Masa Pubertas Di SMP Darul Hijrah Putri Banjar baru.*; from: <https://journal.stikeshb.ac.id/index.php/jurkessia/article/view/30>
- BKKBN. 2012. *Kajian profil Penduduk Remaja (10-24 Thn)*. [Internet]. JAKARTA;. Available from: http://www.bkkbn.go.id/hqweb/ceria/map_102.html. 2004.%0A%0A
- Kusmiran E. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. JAKARTA: Salemba Medika
- Rahmadi A. 2014. *Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Penyesuaian Diri Remaja Putri Menghadapi Masa Pubertas di SMP Darul Hijrah Putri Banjar baru*. *Jurkesia*, Vol IV, No 2.;IV.
- Wilujeng, Rachel Dwi. 2013. *Modul Kesehatan Reproduksi*. AKBID Griya Husada. Available from: <https://griyahusada.id/files/bahan-ajar/Bahan%20Ajar%20Kespro>.
- Romauli, Suryati. 2012. *Kesehatan Reproduksi*. Nuhamedika. Yogyakarta

Kunci jawaban

1. A
2. B
3. C
4. B
5. D