

Pernikahan Dini dan Masalah di Dalamnya

BADAN Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menyebutkan bahwa batasan umur menikah bagi perempuan adalah 21 tahun dan bagi laki-laki 25 tahun. Seseorang yang menikah idealnya yaitu pada usia 21-25 tahun bagi perempuan dan 25-30 tahun untuk laki-laki. Hal tersebut karena dianggap pasangan yang menikah pada usia tersebut sudah memiliki kesiapan yang matang dalam hal fisik maupun fisiologis, serta sudah matang untuk menjalani kehidupan berumah tangga serta sudah memiliki pemikiran yang dewasa dalam bertindak atau memutuskan sesuatu dalam urusan rumah tangga.

Indonesia berada pada peringkat ke delapan pada kasus pernikahan dini di dunia, dimana satu dari sembilan perempuan menikah sebelum menginjak usia delapan belas tahun. Sedangkan secara statistik Kalimantan Tengah pada tahun 2020 - 2022 menempati peringkat pertama dalam presentase ibu menurut propinsi dan kelompok umur perkawinan pertama. Pada tahun 2020 terdapat 40,73% ibu yang menikah dengan usia kurang dari 19 tahun, sebesar 39,39% pada tahun 2021 dan 37,81% pada tahun 2022 (Profil Kesehatan Ibu dan Anak, 2022).

Hasil penelitian menyebutkan pernikahan dini terjadi dengan bermacam penyebab di antaranya karena kesulitan ekonomi, pendidikan yang rendah, paksaan dari

orang tua, kehamilan di luar pernikahan dan karena adat istiadat dari masyarakat setempat. Faktor pertama yang mempengaruhi pernikahan dini pada remaja perempuan yaitu karena budaya dan adat istiadat setempat. Budaya yang dimaksud bisa terjadi karena orang tuanya dulu menikah pada usia dini, sehingga kemudian terjadi juga pada anak perempuannya. Jika hal tersebut terus terjadi maka akan menjadi sebuah budaya terus menerus.

Pernikahan dini yang terjadi pada usia remaja tentu menimbulkan berbagai persoalan dari berbagai sisi seperti masa remaja yang selalu ingin mencoba-coba sesuatu yang menantang adrenalin, walaupun kadang mereka kurang mengetahui bahwa dampak perbuatan tersebut dapat mempengaruhi masa depan mereka. Pendidikan rendah, pengetahuan yang minim, dan sulitnya mendapatkan pekerjaan yang layak akan mempengaruhi pendapatan ekonomi keluarga. Terlebih jika mereka menikah di usia muda karena keterlanjuran berhubungan seksual yang menyebabkan suatu kehamilan, adanya penolakan keluarga karena rasa malu, hal ini dapat menimbulkan stress berat pada ibu hamil muda.

Kehamilan usia muda/remaja adalah kehamilan yang terjadi pada remaja putri berusia kurang dari 20 tahun. Kurangnya pengetahuan tentang waktu yang aman untuk melakukan hubungan seksual mengakibatkan terjadi kehamilan remaja, yang seba-

gian besar tidak dikehendaki. Kehamilan akan menem-patkan remaja dalam situasi yang serba salah dan mem-berikan tekanan batin (stres) tertentu. Kehamilan pada usia dini dapat menyebabkan keguguran, persalinan pre-mature, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), kelainan bawaan, anemia kehamilan, keracunan kehamilan dan risiko kematian yang tinggi baik pada ibu maupun pada bayi. Hal ini disebabkan pada usia dini organ reproduksi belum cukup matang untuk proses kehamilan dan persalinan.

Pada proses pengasuhan anak, ibu yang berusia sangat muda memiliki beban dan tanggung jawab yang besar dan sulit untuk dihadapi. Hal ini akan menjadi tekanan tertentu bagi ibu. Secara psikologis usia muda belum cukup untuk menanggung beban tersebut sehingga ibu dengan usia sangat muda akan berisiko mengalami gangguan psikologis. Van Lieshout RJ, et al (2020) dalam penelitiannya menyebutkan ibu muda berisiko 2-4 kali lebih besar mengalami gangguan kecemasan (gangguan kecemasan umum, gangguan kecemasan per-pisahan, fobia sosial, dan fobia spesifik), gangguan defisit perhatian/hiperaktif, gangguan pemberontak opo-sisi, gangguan perilaku dan lebih mungkin untuk memi-liki lebih dari satu masalah kejiwaan dibandingkan ibu dengan usia lebih tua. Cresswell L, Faltny M, Lawrence C, Tsai Z, Owais S, Savoy C,

Lipman E, Van Lieshout RJ (2022) melakukan penelitian dengan tujuan menguji risiko gangguan mental pada anak yang lahir dari ibu dengan usia muda. Hasil penelitian menunjukkan anak yang lahir dari ibu usia muda memiliki lebih banyak masalah kognitif, eksternalisasi dan internalisasi sepanjang usianya daripada individu yang lahir dari ibu berusia lebih dari 21 tahun.

Berbagai macam dampak kehamilan dan persalinan usia dini yang telah dijabarkan diatas tentu menjadi alasan kuat perlunya edukasi pencegahan pernikahan usia dini diberikan pada remaja. Hal ini memerlukan upaya bersama dengan berbagai sektor. Beberapa upaya yang terbukti cukup efektif diantaranya menyediakan sarana pendidikan formal yang memadai dan terjangkau bagi semua kalangan, menggalakkan sosialisasi pendidikan seks di sekolah maupun lingkungan social, meningkatkan pemberdayaan masyarakat agar lebih paham bahaya pernikahan dini, dukungan dan peran pemerin-tah seperti dalam pencatatan pernikahan dan kelahiran serta mendorong terciptanya kesetaraan gender sehingga persepsi dan ekspektasi masyarakat terhadap peran domestic tidak hanya dituju-kan pada perempuan namun membutuhkan peran dan tanggung jawab bersama. Hal ini juga sebagai upaya me-ningkatkan derajat kesehatan dan kualitas generasi di masa yang akan datang. (*)



Oleh:

**Ns. Yuyun Christyanni,
S.Kep., M.Kep.**

Penulis merupakan Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Palangka Raya,
yuyun.christyanni@polkesraya.ac.id

Stroke: Mengenali Gejala dan Pencegahannya

STROKE merupakan salah satu penyakit penyebab kematian tertinggi di Indonesia yang juga dapat menyebabkan gangguan fungsi tubuh yang permanen dan mengurangi kualitas hidupenderitanya. Stroke merupakan suatu kondisi yang terjadi akibat adanya gangguan aliran darah ke otak. Gangguan ini dapat disebabkan oleh tersumbatnya pembuluh darah ke otak yang dalam istilah medis disebut stroke non hemoragik atau stroke iskemik atau stroke sumbatan. Penyebab lainnya adalah karena pecahnya pembuluh darah di otak yang disebut juga stroke hemoragik atau stroke perdarahan. Kedua kondisi ini menyebabkan sel-sel pada jaringan otak tidak mendapatkan suplai nutrisi dan oksigen yang memadai sehingga terjadilah proses kematian sel-sel pada otak yang pada akhirnya menimbulkan gejala.

Gejala stroke umumnya muncul pada bagian tubuh yang dikendalikan oleh jaringan otak yang mengalami kerusakan. Berdasarkan Kementerian Kesehatan Re-

publik Indonesia (Kemenkes RI), secara umum gejala pada stroke sumbatan dapat dikenali dengan singkatan SEGERA KE RS yaitu SENyum tidak simetris, GERakan tangan dan kaki melemah, bicaRA menjadi cadel atau pelo, KEbas pada salah satu sisi tubuh, Rabun dan Sem-poyongan atau gerakan sulit dikoordinasi. Gejala-gejala tersebut biasanya terjadi secara mendadak.

Pada pasien dengan stroke perdarahan, gejala yang dialami di antaranya seperti nyeri kepala hebat, muntah-muntah, kejang, bahkan mendadak tampak mengantuk, sulit dibangunkan hingga tidak sadarkan diri. Bila terjadi gejala tersebut pada anda maupun orang terdekat anda, segeralah ke rumah sakit atau fasilitas kesehatan terdekat untuk segera ditangani.

Sesungguhnya stroke dapat dicegah sedari dini, namun untuk mencegahnya kita harus mengenali terlebih dahulu apa saja faktor-faktor risiko terjadinya stroke. Secara garis besar faktor risiko stroke dibagi menjadi dua,

yaitu faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi dan yang dapat dimodifikasi.

Faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi adalah faktor-faktor risiko yang tidak dapat diubah dan dikendalikan meliputi usia, jenis kelamin dan genetik. Pada orang dengan usia tua, risiko stroke akan meningkat. Begitu pula pada pria dimana pria lebih berisiko terkena stroke dibanding wanita. Faktor genetik merupakan riwayat yang diturunkan dari orang tua yang pernah terkena stroke atau orang tua yang mengalami kelainan pembuluh darah.

Faktor risiko yang dapat diubah atau dikendalikan misalnya tekanan darah tinggi, diabetes, kebiasaan merokok, kadar kolesterol darah yang tinggi, obesitas, kebiasaan minum-minuman beralkohol, gaya hidup yang tidak sehat, dan beberapa penyakit jantung seperti gangguan irama jantung, penyakit jantung koroner dan gangguan pada katup jantung.

Seperti penjelasan sebelumnya, stroke dapat dicegah

dengan melakukan beberapa hal seperti berikut. Mengontrol tekanan darah, karena tekanan darah merupakan salah satu faktor risiko utama stroke, maka dari itu sangat penting untuk selalu memonitor dan mengontrol tekanan darah terutama untuk orang-orang yang memiliki tekanan darah tinggi atau hipertensi. Mengontrol tekanan darah juga dapat mencegah penyakit jantung lain yang merupakan faktor risiko stroke. Mengurangi kebiasaan merokok dan minum minuman alkohol juga membantu untuk mengurangi risiko hipertensi dan penyakit jantung yang mana pada akhirnya juga mengurangi risiko terjadinya stroke. Mengontrol gula darah dan berat badan dengan gaya hidup sehat seperti rutin berolahraga dan makan makanan dengan gizi seimbang dapat mengurangi risiko stroke. Makan yang bergizi dan berolahraga dapat mencegah naiknya angka kolesterol darah sehingga resiko penyumbatan pembuluh darah yang berujung pada stroke dapat diminimalisir. (*)



Oleh:

**dr. Dewa Gede Putra
Angga Pradyana**

Penulis merupakan salah seorang dokter di RSUD Palangka Raya