



KEMENTERIAN PEMBERDAYAAN
PEREMPUAN DAN PERLINDUNGAN ANAK

bangga
melayani
bangsa

BerAKHLAK

KLIIPPING KORAN DIGITAL

PERIODE JANUARI 2025

NPP: 3173084A4000001



DAFTAR ISI

3

Apa itu Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat? Kompas.com - 21/01/2025, 19:00 WIB

5

Menteri PPPA Ikut Kawal Kasus Pembunuhan Balita di Tambun dan Wanita Tanpa Busana di Papua Kompas.com - 21/01/2025, 22:49 WIB

7

3 Manfaat Mengajarkan Anak Berpikir Kritis sejak Dini Kompas.com - 23/01/2025, 08:42 WIB

9

Kenapa Anak-anak Harus Makan Sayur dan Buah Setiap Hari? Ini Ulasannya... Kompas.com - 10/01/2025, 21:00 WIB

10

Salah Satu Menu Favorit di Makan Bergizi Gratis, Kenapa Anak-anak Suka Jeruk? Kompas.com - 08/01/2025, 15:55 WIB

11

Perempuan Didorong untuk Sosialisasikan Program Cek Kesehatan Gratis Kompas.com - 29/01/2025, 06:00 WIB

13

IWHM 2025, Berdayakan Perempuan lewat Langkah Inspiratif Kompas.com - 21/01/2025, 19:46 WIB

15

Tanda Gangguan Kesuburan pada Perempuan Kompas.com - 15/01/2025, 09:08 WIB

16

Terkait Masalah Kesehatan, Menag Sebut Khitan untuk Perempuan Tak Wajib Kompas.com - 27/12/2024, 16:40 WIB

APA ITU GERAKAN 7 KEBIASAAN ANAK INDONESIA HEBAT?

Kompas.com - 21/01/2025, 19:00 WIB

KOMPAS.com - Pernahkah kamu bertemu seseorang yang pintar, tetapi memiliki karakter yang kurang baik sehingga sulit disukai dan tidak memiliki banyak teman? Hal ini menunjukkan betapa pentingnya pendidikan karakter bagi anak-anak. Pendidikan karakter menjadi salah satu pondasi utama dalam menciptakan generasi yang unggul di masa depan. Untuk menjawab kebutuhan tersebut, pemerintah telah mencanangkan Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. Apa sebenarnya Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat?

Dilansir dari Portal Informasi Indonesia, Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah secara resmi meluncurkan Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat di Jakarta pada Jumat, 27 Desember 2024, dan akan mulai diterapkan pada tahun 2025. Diharapkan, upaya ini dapat mengoptimalkan pendidikan karakter melalui pembiasaan nilai-nilai positif di lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat.



Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat
(cerdasberkarakter.kemdikbud.go.id)

Gerakan ini bertujuan untuk menanamkan kebiasaan positif yang dapat membangun karakter anak-anak Indonesia agar tumbuh menjadi generasi yang sehat, cerdas, dan memiliki karakter unggul. Program ini dirancang sebagai strategi membentuk individu yang tidak hanya berprestasi secara akademis tetapi juga memiliki karakter kuat sebagai fondasi kesuksesan bangsa di masa mendatang.

Dilansir dari Pusat Penguatan Karakter Sekretariat Jenderal, Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, berikut 7 kebiasaan Anak Indonesia Hebat;

1. **Bangun Pagi** Fondasi kedisiplinan yang meningkatkan kemampuan mengatur waktu, pengendalian diri, dan menjaga keseimbangan fisik-mental.
2. **Beribadah** Mendekatkan anak dengan Tuhan, meningkatkan nilai etika, moral dan spiritual, membantu memahami tujuan hidup, dan membentuk solidaritas.
3. **Berolahraga** Menjaga kebugaran fisik dan mental, meningkatkan sportivitas dan kerja sama, serta memaksimalkan potensi tubuh.
4. **Makan Sehat dan Bergizi** Memenuhi kebutuhan nutrisi sebagai investasi kesehatan jangka panjang, mengembangkan tanggung jawab menjaga kesehatan tubuh.
5. **Gemar Belajar** Menumbuhkan kreativitas, imajinasi, dan rasa ingin tahu, mencari pengetahuan untuk meningkatkan wawasan, dan membentuk empati.
6. **Bermasyarakat** Menumbuhkan gotong royong, kerja sama, dan toleransi, mengembangkan tanggung jawab terhadap lingkungan, dan mempererat hubungan sosial.
7. **Istirahat Cukup** Memulihkan fungsi tubuh, menjaga kesehatan mental dan emosional, serta meningkatkan produktivitas.

Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat adalah program pendidikan karakter yang mengajarkan tujuh kebiasaan positif: bangun pagi, beribadah, berolahraga, makan sehat dan bergizi, gemar belajar, bermasyarakat, dan istirahat cepat. Program ini bertujuan membentuk generasi emas Indonesia yang unggul baik secara akademis maupun sosial. Melalui integrasi kebiasaan positif dalam pendidikan karakter, diharapkan anak-anak Indonesia akan tumbuh menjadi individu berprestasi, berperilaku mulia, berintegritas, dan siap berkontribusi untuk bangsa.

MENTERI PPPA IKUT KAWAL KASUS PEMBUNUHAN BALITA DI TAMBUN DAN WANITA TANPA BUSANA DI PAPUA

Kompas.com - 21/01/2025, 22:49 WIB

JAKARTA, KOMPAS.com - Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Menteri PPPA) Arifah Fauzi memantau secara langsung dua kasus kekerasan yang menghebohkan masyarakat, yaitu pembunuhan balita di Tambun, Bekasi, dan wanita di Pantai Saoka, Sorong, Papua Barat Daya.



Menteri PPPA Arifah Fauzi usai bertemu Presiden Prabowo Subianto di Kompleks Istana Kepresidenan, Jakarta Pusat, Selasa (14/1/2025). (KOMPAS.com/FIKA NURUL ULYA)

- 1 Kasus pertama terjadi di Kampung Jatibaru, Setiadarma, Tambun Selatan, Kabupaten Bekasi. Bocah berusia lima tahun ditemukan tewas terbungkus sarung hitam di sebuah ruko. Polisi menyebut korban merupakan anak yang diduga dibunuh oleh orang tuanya, AZR (19) dan SD (22). "Kami melalui UPTD (Unit Pelaksana Teknis Daerah) setempat sudah berkoordinasi dengan pihak terkait untuk memantau dan mendukung proses penanganan kasus ini," kata Arifah di kantornya, Selasa (21/1/2025). "Kami akan memastikan langkah-langkah yang diperlukan, termasuk pendampingan bagi korban dan keluarga yang terdampak," tambah dia.

2

Kasus lain yang menjadi perhatian MenPPPA adalah pembunuhan seorang wanita di Pantai Saoka, Distrik Maladumes, Sorong, Papua Barat Daya. Jasad korban ditemukan tanpa busana pada Minggu (12/1/2025). Penyelidikan mengungkap pelaku adalah oknum anggota TNI AL berpangkat Kelasi Satu (KLS) berinisial A. Komandan Pomal Lantamal XIV/Sorong, Letkol (CPM) Dian Sumpena, memastikan pelaku telah diamankan.

"Kami juga memonitor kasus ini dan memastikan UPTD di Papua memberikan pendampingan," jelasnya.

"Kami terus memantau bagaimana proses hukum dan langkah-langkah perlindungan bagi pihak yang terdampak. Pendampingan akan dilakukan secara menyeluruh," tambah Arifah.

Arifah menyatakan bahwa kementeriannya tidak hanya memantau, tetapi juga berkoordinasi dengan aparat penegak hukum serta pihak terkait untuk memastikan penyelesaian kedua kasus tersebut.

"Kasus-kasus seperti ini menegaskan pentingnya peran UPTD dalam memberikan perlindungan kepada korban dan keluarga," ujar dia.

"Kami akan terus mendorong sinergi dengan aparat dan lembaga terkait untuk memastikan solusi terbaik serta penegakan hukum yang adil," tegasnya.



3 MANFAAT MENGAJARKAN ANAK BERPIKIR KRITIS SEJAK DINI

Kompas.com - 23/01/2025, 08:42 WIB

KOMPAS.com - Mengajarkan berpikir kritis pada anak sejak usia dini tidak hanya bermanfaat bagi perkembangan individu mereka, tetapi juga bagi lingkungan sosial.

Berikut adalah beberapa alasan pentingnya menanamkan kemampuan berpikir kritis pada anak menurut Psikolog, Prof. Dr. Rose Mini Agoes Salim, MPsi



Ilustrasi anak dengan kemampuan berpikir kritis.
(FREEPIK/FWSTUDIO)

1 MAMPU MELIHAT BERBAGAI PERSPEKTIF

Menurutnya, memiliki pola pikir kritis berarti anak tidak memberikan penilaian terhadap suatu hal secara langsung, melainkan melalui berbagai sudut pandang.

"Anak tersebut akan menelaah dari berbagai sudut pandang," ujar psikolog yang dikenal dengan sapaan Bunda Romi ini kepada Kompas.com, Minggu (19/01/2025).

Misalnya, ketika anak mengevaluasi makanan, mereka mungkin berpikir bahwa makanan tersebut tidak buruk, hanya saja lidah mereka belum terbiasa.

Kemampuan melihat sesuatu dari berbagai perspektif ini sangat penting untuk membangun rasa empati dan pemahaman terhadap orang lain.

2 MAMPU MENGANALISIS MASALAH

Dengan berpikir kritis, anak dapat berpikir secara jernih, mendalam, dan tuntas, serta mampu mengidentifikasi masalah dan menemukan solusi alternatif.

“Keterampilan berpikir kritis akan membantu anak mengembangkan life skills yang sangat penting, seperti kemampuan memecahkan masalah, mengambil keputusan, dan memahami dampak dari tindakan mereka,” jelasnya. Dengan berpikir kritis, anak tidak hanya melihat masalah di permukaan, tetapi juga menganalisisnya secara mendalam.



3 BERPIKIR SEBELUM BERTINDAK

Setelah melihat dari berbagai perspektif dan menganalisis masalah secara mendalam, anak dapat menentukan jawaban atau solusi yang lebih bijak.

Misalnya, ketika mendapatkan makanan yang kurang disukai, anak akan bertindak dengan lebih rasional bila dia mampu berpikir kritis. “Daripada mengatakan ‘tidak enak’, anak mengatakan ‘aku enggak biasa makan ini, aku enggak suka,’” ujarnya

KENAPA ANAK-ANAK HARUS MAKAN SAYUR DAN BUAH SETIAP HARI? INI ULASANNYA...

Kompas.com - 10/01/2025, 21:00 WIB

KOMPAS.com - Para ahli mendorong anak-anak mengonsumsi aneka sayuran dan buah setiap hari. Ahli gizi dari Pertagi, Dr. Rita Ramayulis, menekankan pentingnya menyertakan sayuran dan buah dalam program makan bergizi gratis untuk anak-anak sekolah dasar dan menengah. Menurut Pedoman Gizi Seimbang, setiap orang dianjurkan mengonsumsi sayuran dan buah sebanyak 400 gram setiap hari untuk hidup sehat.



Ilustrasi sayuran dan buah. Makan sayur dan buah setiap hari sangat penting untuk anak-anak. Ada beberapa alasannya, termasuk untuk membentuk kebiasaan sehat sejak dini. (iStockphoto/YelenaYemchuk)

5 Alasan Penting Anak Harus Makan Sayur dan Buah

- 1. Sumber Nutrisi Esensial** Sayur dan buah mengandung vitamin, mineral, dan antioksidan penting. Seperti vitamin A dalam wortel dan bayam untuk penglihatan dan kekebalan, zat besi dalam sayuran hijau untuk mencegah anemia, dan vitamin C dalam jeruk dan tomat untuk meningkatkan absorpsi zat besi.
- 2. Mendukung Sistem Pencernaan** Serat dalam sayur dan buah melancarkan buang air besar, mencegah sembelit, dan mendukung perkembangan bakteri baik di usus. Anak 1-3 tahun membutuhkan 19 gram serat per hari, 4-6 tahun membutuhkan 20 gram, dan hingga 18 tahun membutuhkan 29 gram per hari.
- 3. Mencegah Obesitas** Sayur dan buah rendah kalori namun tinggi serat, membuat kenyang lebih lama dan membantu menjaga berat badan ideal. Ini mengurangi risiko obesitas dan penyakit terkait seperti stroke, kanker, penyakit jantung, dan diabetes tipe 2.
- 4. Meningkatkan Daya Ingat dan Konsentrasi** Nutrisi seperti vitamin K, lutein, folat, dan beta karoten dalam sayur dan buah membantu melindungi sel otak dari kerusakan dan meningkatkan daya ingat serta konsentrasi anak.
- 5. Membentuk Kebiasaan Sehat Sejak Dini** Membiasakan anak makan sayur dan buah sejak kecil membentuk pola makan sehat yang bertahan hingga dewasa, mengurangi risiko penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung di kemudian hari.

SALAH SATU MENU FAVORIT DI MAKAN BERGIZI GRATIS, KENAPA ANAK-ANAK SUKA JERUK?

Kompas.com - 08/01/2025, 15:55 WIB



Siswa-siswi berdoa sebelum menyantap makanan bergizi gratis di SMP Negeri 61, Jakarta Barat, Senin (6/1/2025). Program ini dirancang untuk memberikan asupan bergizi kepada ibu hamil, ibu menyusui, balita, serta peserta didik di seluruh jenjang pendidikan, mulai dari prasekolah, pendidikan dasar, hingga pendidikan menengah, baik umum, kejuruan, maupun keagamaan. (KOMPAS.com/ANTONIUS ADITYA MAHENDRA)

KOMPAS.com - Program Makan Bergizi Gratis (MBG) sudah berlangsung di sejumlah sekolah di 26 provinsi di Indonesia sejak Senin (6/1/2025).

Sejumlah komentar dan masukan terhadap menu makan pun telah disampaikan berbagai pihak, termasuk anak-anak yang mendapatkan MBG.

Pada salah satu video berita yang viral di media sosial, seorang anak sekolah dasar menyebutkan bahwa menu kesukaannya adalah jeruk. Sementara, pada menu tersebut terdapat lauk pauk lain.

Mengapa beberapa anak lebih menyukai buah ketimbang lauk pauk? Menurut dokter spesialis gizi klinik dr. Raissa E. Djuanda, MGizi, SpGK, AIFO-K, FINEM, ada beberapa faktor yang memengaruhi kecenderungan anak-anak dalam memilih makanan.

Salah satu alasan utamanya adalah mereka seringkali merasa kenyang karena sudah sarapan di rumah. Kondisi ini dapat memengaruhi apakah mereka menghabiskan makanan yang disediakan di sekolah.

Selain itu, buah menjadi pilihan utama bagi banyak anak karena rasanya yang manis dan menyegarkan. "Anak-anak cenderung lebih menyukai rasa buah karena sudah terbiasa dengan rasa manis yang ditawarkan. Buah lebih mudah diterima oleh banyak orang, terutama anak-anak," ujar Raissa kepada Kompas.com, Rabu (8/1/2025).

Namun, ia mengingatkan, jika anak hanya mengonsumsi buah dan tidak menghabiskan lauk pauk, mereka berisiko kekurangan nutrisi penting lainnya. Oleh karena itu, penting bagi anak untuk mengonsumsi makanan yang lengkap dengan berbagai komponen gizi, termasuk protein yang banyak ditemukan dalam lauk pauk seperti ikan, ayam, atau tempe. Penting pula bagi orang dewasa di sekitarnya, termasuk orangtua dan guru, untuk mengingatkan hal tersebut.

"Jika hanya buah atau nasi saja yang dimakan, anak akan mendapatkan sumber karbohidrat, vitamin, dan mineral, tetapi kekurangan protein dan nutrisi lainnya yang sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan," ungkapnya.

PEREMPUAN DIDORONG UNTUK SOSIALISASIKAN PROGRAM CEK KESEHATAN GRATIS

Kompas.com - 29/01/2025, 06:00 WIB

KOMPAS.com - Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA), Arifah Fauzi, menegaskan pentingnya peran perempuan dalam memberikan edukasi kepada keluarga tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan. Hal ini terkait dengan peluncuran program Cek Kesehatan Gratis yang akan dimulai pada Februari mendatang oleh Presiden Prabowo Subianto.

Dikutip dari Antara, Rabu (28/1/2025), Arifah menyebutkan, "Kita perlu memberikan pemahaman kepada masyarakat bahwa Cek Kesehatan Gratis ini dibutuhkan. Supaya masyarakat memahami apa manfaat pemeriksaan kesehatan, mulai dari mendeteksi penyakit tidak menular lebih dini dan bisa lebih menjaga kesehatan. Peran-peran tersebut di lingkup rumah tangga banyak dilaksanakan oleh perempuan sebagai manajer keluarga. Maka dari itu, peran perempuan di sini sangat penting."

Menteri PPPA tersebut juga menekankan pentingnya upaya sosialisasi program ini mulai dari tingkat desa.

Diharapkan program ini dapat disebarluaskan hingga ke akar rumput, dengan perempuan sebagai agen perubahan yang dapat membangkitkan kesadaran keluarga terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan.

Dalam kesempatan yang sama, Arifatul Choiri Fauzi, seorang tokoh masyarakat, menambahkan bahwa jika perempuan atau ibu dalam keluarga sudah memiliki kesadaran terkait pentingnya kesehatan, mereka akan lebih proaktif mengajak anggota keluarga untuk memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan terdekat.



"Kalau perempuan atau ibu di dalam suatu keluarga sudah memiliki kesadaran terkait pentingnya kesehatan, maka dia akan mendorong keluarganya datang untuk memeriksakan kesehatan," tuturnya.

KemenPPPA pun berkomitmen untuk menjalin kolaborasi dengan kementerian dan lembaga terkait dalam memberikan edukasi dan membangun kesadaran masyarakat tentang manfaat pemeriksaan kesehatan. Program ini diharapkan dapat dimulai dari desa atau kelurahan untuk menjangkau masyarakat secara lebih luas. Arifah Fauzi juga menambahkan bahwa program Cek Kesehatan Gratis memberikan peluang yang setara bagi perempuan untuk mengakses layanan kesehatan, terutama bagi mereka yang selama ini terbatas oleh faktor ekonomi atau diskriminasi gender.



Menteri PPPA Arifah Fauzi menekankan pentingnya peran perempuan sebagai manajer keluarga dalam mendukung program Cek Kesehatan Gratis yang akan diluncurkan pada Februari mendatang. (Dok. Antara)

Program ini diharapkan menjadi langkah maju dalam meningkatkan kesehatan masyarakat secara merata. Sementara itu, Menteri Koordinator Pembangunan Manusia dan Kebudayaan (Menko PMK) Pratikno menyatakan bahwa program ini merupakan salah satu "Quick Win" dari Presiden. "Kita sinergikan dan kawal program Cek Kesehatan Gratis agar berjalan dengan baik. Mohon dukungan dan komitmen seluruh kementerian/lembaga untuk program Cek Kesehatan Gratis ini agar dapat memberikan manfaat," ungkap Pratikno. Berdasarkan survei Litbang Kompas 2025, program Cek Kesehatan Gratis mendapat respon positif dari masyarakat. Sebanyak 85 persen responden menempatkan program ini sebagai prioritas yang sangat ditunggu dan diperhatikan. Program Cek Kesehatan Gratis ini diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi masyarakat, khususnya perempuan, dalam meningkatkan kualitas kesehatan keluarga.

IWHM 2025, BERDAYAKAN PEREMPUAN LEWAT LANGKAH INSPIRATIF

Kompas.com - 21/01/2025, 19:46 WIB



IWHM mengajak perempuan untuk tidak hanya berlari, tetapi juga membangun komunitas yang mendukung, meningkatkan kesehatan, dan merayakan pencapaian pribadi mereka. (Dok IWHM)

KOMPAS.com - Indonesia Women Half Marathon (IWHM) 2025 resmi diluncurkan sebagai ajang lari yang didedikasikan untuk memberdayakan perempuan.

Bakal digelar di Gedung Biomedical Campus - Digital Hub, Sinarmas Land, BSD City, pada Minggu (11/5/2025), IWHM tak hanya jadi ajang perlombaan, tetapi juga gerakan inspiratif yang mengajak perempuan Indonesia untuk melampaui batas mereka, baik secara fisik maupun mental.

Dengan target 5.000 peserta, IWHM menghadirkan tiga kategori lomba, yakni 5K, 10K, dan 21K (half marathon). Acara ini terbuka untuk semua perempuan, mulai dari pelari pemula hingga atlet berpengalaman.

Sebagai informasi, Gedung Biomedical Campus - Digital Hub dipilih sebagai lokasi acara karena menawarkan lingkungan yang aman, asri, dan modern. Dengan ruang hijau yang luas dan fasilitas mutakhir, peserta dapat menikmati pengalaman lari yang nyaman dan mendukung gaya hidup sehat.

"Gerakan ini didedikasikan untuk memberdayakan perempuan agar mampu melampaui batas dan mencapai potensi maksimal mereka. Baik bagi mereka yang baru memulai langkah pertama menuju gaya hidup lebih sehat atau pelari berpengalaman yang ingin mencapai rekor pribadi baru, IWHM adalah ajang untuk menantang diri dan menemukan kekuatan diri. Bersama-sama, kami merangkul rasa persaudaraan (sisterhood), dukungan, dan semangat, memperjuangkan keyakinan bahwa setiap perempuan layak mendapatkan wadah untuk menunjukkan kekuatan, hasrat, dan determinasi mereka," ujar Race Director IWHF, Reza Puspo, dalam rilis yang diterima Kompas.com, Selasa (21/1/2025).

Mengusung kampanye "Rise with Every Stride", IWHM mengajak perempuan untuk tidak hanya berlari, tetapi juga membangun komunitas yang mendukung, meningkatkan kesehatan, dan merayakan pencapaian pribadi mereka.

"Kami ingin menginspirasi perempuan untuk menantang diri mereka sendiri sekaligus terhubung dengan komunitas yang mendukung, dan merasakan kebahagiaan berlari. Acara ini bukan hanya tentang lomba, melainkan juga penularan dampak positif dan berkelanjutan dalam kehidupan setiap perempuan di seluruh Indonesia," tambah Project Director IWHF, Marti Karina.

Perlu diketahui, IWHM menawarkan jadwal kegiatan yang dirancang khusus untuk memastikan kesuksesan peserta. Pendaftaran dibuka mulai Selasa (21/1/2025) melalui situs www.indonesiawomenhalfmarathon.com. Adapun peserta dikhususkan untuk perempuan. Kemudian, biaya yang dibutuhkan adalah kategori 5K Rp 385.000, 10K Rp 485.000, dan 21K Rp 685.000. Program pelatihan bakal di,ulai dari Februari hingga April 2025, termasuk sesi selama Ramadhan. Sementara pengambilan race pack dilakukan pada 9-10 April 2025.

Beberapa sponsor terlibat dalam gelaran tersebut. Salah satunya, Sakatonik Activ yang mendukung kebutuhan nutrisi peserta melalui produk multivitamin zat besi yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan pemulihan.

"Melalui kampanye kami, 'Ketika Wanita Bergerak, Dunia Bergerak,' kami bangga menjadi bagian dari IWHM, yang sejalan dengan misi kami untuk memberdayakan perempuan melalui gaya hidup sehat dan aktif," ujar Head of Vitamin Kalbe Consumer Health Adelia Theresia.

Acara itu pun mendapat antusias dari salah satu tokoh dari pereakilan komunitas pelari perempuan, Midya.

"Lari telah mengubah hidup saya secara fisik dan emosional, dan IWHM adalah ajang yang sempurna untuk menginspirasi perempuan lainnya," ujarnya.

TANDA GANGGUAN KESUBURAN PADA PEREMPUAN

Kompas.com - 15/01/2025, 09:08 WIB

KOMPAS.com - Ketidaksuburan atau infertilitas merupakan masalah umum yang dialami oleh 19 persen pasangan usia subur. Infertilitas didefinisikan sebagai ketidakmampuan untuk hamil setelah satu tahun berhubungan seksual tanpa kontrasepsi. Berikut enam tanda-tanda infertilitas potensial yang perlu diwaspadai:



Ilustrasi(freepik.com)

1. SIKLUS HAID TIDAK TERATUR

Menstruasi yang tidak teratur bisa menandakan sel telur tidak dilepaskan setiap bulan, menyulitkan pembuahan. Penyebabnya bisa PCOS, sinyal hormon abnormal, atau penipisan sel telur.

2. HAID SANGAT BANYAK ATAU TIDAK SAMA SEKALI

Perempuan tanpa menstruasi sulit hamil karena ovulasi tidak terprediksi. Menstruasi berat bisa menandakan fibroid atau polip yang menyulitkan implantasi di rahim.

3. FLUKTUASI HORMONAL

Ketidakseimbangan hormon dalam darah bisa berdampak buruk pada kesuburan, baik pada pria maupun wanita.

4. NYERI PANGGUL

Meski tidak selalu berarti infertilitas, nyeri panggul kronis sering menjadi bagian dari gangguan seperti endometriosis, infeksi panggul, fibroid, atau kista ovarium yang mempersulit kesuburan.

5. KEGUGURAN BERULANG

Mengalami dua kali keguguran berturut-turut perlu pemeriksaan dokter, meski keguguran terjadi pada hampir 20% kehamilan.

6. MASALAH BERAT BADAN

Kelebihan atau kekurangan berat badan memengaruhi kesuburan melalui perubahan kadar hormon. Risiko infertilitas tiga kali lebih tinggi pada orang obesitas, sementara perempuan yang terlalu kurus bisa mengalami gangguan ovulasi.

TERKAIT MASALAH KESEHATAN, MENAG SEBUT KHITAN UNTUK PEREMPUAN TAK WAJIB

Kompas.com - 27/12/2024, 16:40 WIB

JAKARTA, KOMPAS.com - Menteri Agama Nasaruddin Umar menegaskan bahwa perempuan tidak wajib dikhitan.

Ia bahkan menyebutkan bahwa khitan untuk perempuan sangat tidak manusiawi.

"Khitan perempuan ini sangat tidak manusiawi," ujar Nasaruddin dalam keterangannya, Jumat (27/12/2024).

Nasaruddin menjelaskan bahwa khitan dapat merenggut hak biologis perempuan.

Ia menekankan bahwa dalam agama tidak ada kewajiban bagi perempuan untuk dikhitan.

Hal ini berbeda dengan laki-laki muslim yang diwajibkan untuk melakukan khitan.

"Perempuan ada perbedaan. Ada yang bilang mulia, ada yang hanya membolehkan saja, tapi tak ada yang mewajibkan," imbuhnya.



Menteri Agama (Menag) Nasaruddin Umar di GPIB Immanuel, Selasa (24/12/2024)(KOMPAS.COM/ KIKI SAFITRI)

Nasaruddin berharap praktik khitan perempuan sudah tidak terjadi lagi di Indonesia. Ia menilai praktik ini berdampak buruk bagi kesehatan perempuan, terutama kesehatan mental. Menurutnya, khitan bagi laki-laki memiliki banyak manfaat, termasuk secara medis. Sebaliknya, perempuan yang dikhitan justru mengalami penurunan hasrat seksualitas dan gangguan kesehatan mental.

Ia juga menegaskan bahwa jika masih ada khitan perempuan, itu lebih karena budaya, bukan karena ajaran agama.

Menag mengapresiasi upaya Sinta Nuriyah, istri presiden keempat RI Abdurrahman Wahid, melalui Yayasan Puan Amal Hayati.

Yayasan ini berusaha mengedukasi masyarakat tentang dampak buruk khitan bagi perempuan.

"Meski sudah diberi pencerahan, masih ada tenaga medis yang ngotot bahwa khitan perempuan adalah wajib. Meski diobati secara klinis, sudah sering disampaikan bahwa hadis yang menyuruh khitan ini tidak ada yang wajib," ujarnya.

Terkait khitan untuk perempuan, Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan (Komnas Perempuan) dan PSKK UGM pernah melakukan kajian pada tahun 2017. Kajian itu menyebutkan bahwa praktik khitan perempuan terjadi di 10 provinsi di Indonesia.

Praktik ini umumnya dilakukan pada usia anak, dengan rentang 1-5 bulan mencapai 72,4 persen.

Selanjutnya, 1-4 tahun 13,9 persen, 0 bulan 5,3 persen, 6-11 bulan 5,1 persen, dan 5-11 tahun 3,3 persen.

Komnas Perempuan juga mencatat bahwa pada tahun 2021, sekitar 21,3 persen perempuan usia 15-49 tahun menjalankan praktik khitan perempuan.