



Remaja & Kehamilan

Kehamilan yang tidak direncanakan akan memberi dampak negatif bagi remaja dan keluarganya. Secara psikologis, remaja yang hamilnya tidak direncanakan akan merasa tertekan, takut, bingung, malu dan berbagai amukan emosi dalam dirinya. Akibatnya, mereka cenderung melakukan pengguguran kandungan (aborsi) daripada memberikan bayinya untuk diadopsi. Berdasarkan data BKKBN tahun 2010 aborsi yang terjadi di Indonesia mencapai 2,4 juta jiwa/tahun dan 800,000 diantaranya adalah remaja.

Mengapa perlu?

Meningkatnya risiko komplikasi kehamilan, seperti kehamilan prematur & dampak sosioekonomi. Menurut dr. Manny Alvarez dari University Medical Center, New Jersey, kehamilan pada usia remaja rentan penyakit dan berisiko tinggi mengalami kehamilan *premature*, tekanan darah tinggi, dan seringkali harus operasi *caesar* karena pinggulnya lebih kecil dari besar janin.

Kelahiran/kehamilan pada remaja dihubungkan dengan rendahnya penghasilan si ibu di masa depan karena biasanya para ibu remaja akan bergantung secara psikososial kepada orang lain.

Kehamilan pada usia remaja juga dapat mengakibatkan sang ibu terancam putus sekolah.

Kehamilan pada usia remaja sering dihubungkan dengan penggunaan alkohol dan obat-obatan yang meningkat, rendahnya tingkat pendidikan dan menurunnya kesempatan berkarya lebih baik pada ayah remaja.

Bagaimana mencegahnya?

Untuk mencegah kehamilan pada remaja sebetulnya dapat dimulai dari rumah sendiri. Dari rumah sendiri diajarkan pendidikan kesehatan seksualitas dan reproduksi sejak dini. Bila sebagai orangtua, Anda belum mengajarkan pemahaman akan seks sehat, tidak ada kata terlambat untuk memulainya. Remaja harus diajarkan dan diberi informasi tentang cara menghindarkan diri dari perilaku seks yang berisiko dan konsekuensinya. Mereka membutuhkan informasi dasar tentang cara melindungi diri dan kesehatan reproduksi mereka. Ingat, semakin dini remaja mampu mengembangkan kemampuan berkomunikasi dan memutuskan apa yang tepat adalah cara agar hubungan seks tidak terjadi dengan mudahnya atau 'bablas' begitu saja.

Risiko bagi calon bayi

Remaja yang hamil jarang mencapai bobot yang sesuai dengan umur kehamilannya sehingga bayi yang lahir kurang berat/Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR). Pada bayi berat lahir rendah biasanya memiliki organ yang tidak berkembang sempurna yang kemudian dapat menyebabkan komplikasi seperti perdarahan di otak, sindrom *distress* pernapasan, dan gangguan pernapasan.

Remaja yang hamil cenderung memiliki kebiasaan makan yang buruk dibanding perempuan yang lebih matang. Remaja juga kurang mengonsumsi multivitamin kehamilan untuk asupan nutrisi.

Remaja yang hamil kurang mendapat perawatan prenatal dibanding perempuan dewasa. Hal ini bisa disebabkan karena kurangnya informasi mengenai pentingnya perawatan prenatal. Menurut *American Medical Association* (AMA), bayi yang dilahirkan oleh perempuan yang kurang mendapatkan perawatan prenatal memiliki risiko empat kali lebih besar untuk meninggal sebelum berusia 1 tahun.

Referensi

womenshealthchannel.com/teen-pregnancy/resources.shtml
 yoursexhealth.com

Penulis

Diah Mayangsari S.Kep, NERS
 d.mayangsari@angsamerah.com
 reviewed by Angsamerah's physicians