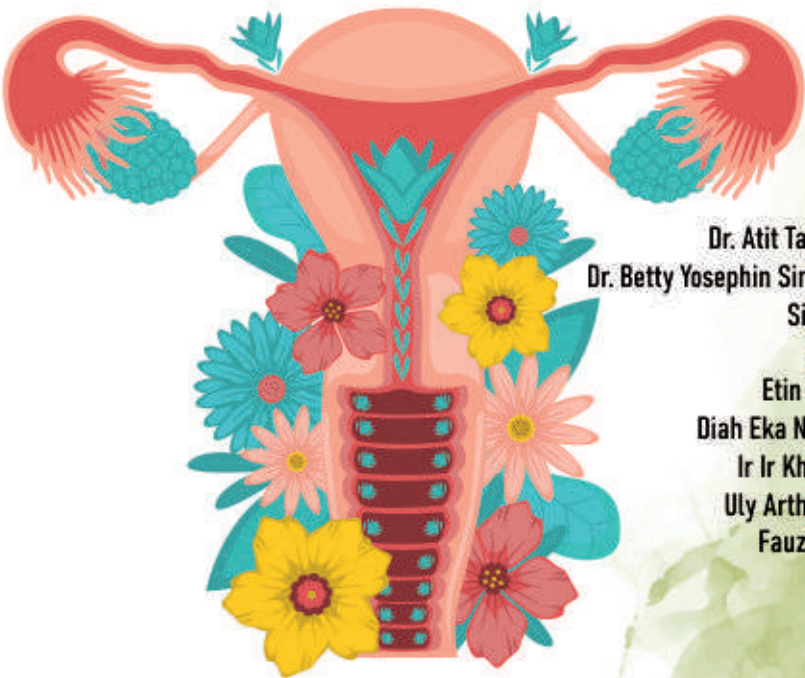


Buku Saku

Bunga Rampai

Bacaan CALON PENGANTIN



Dr. Atit Tajmiati, S.Kep, Ns, Mpd

Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM, MKM

Sinar Pertiwi, SST, MPH

Kusmiyati, SKp, M.Kes

Etin Rohmatin, SST, M.Kes

Diah Eka Nugraheni, SST., M.Keb

Ir Ir Khairiyah P, SST., M.Keb

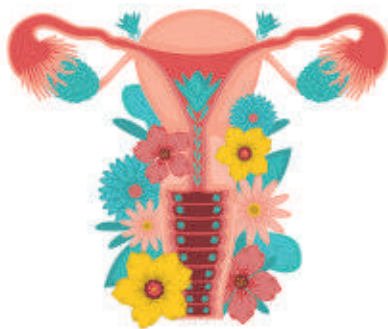
Uly Artha Silalahi, SST, M.Keb

Fauzan, Psi.M.Psi.Psikolog

Decu Sumartini, SP

Bunga Rampai
Bacaan
CALON PENGANTIN

Buku Saku Bunga Rampai Calon Pengantin ini dapat dijadikan sebagai sumber bacaan dan informasi, serta catatan perkembangan kesehatan calon pengantin. Oleh karena itu, dianjurkan bagi setiap calon pengantin mempelajari Buku Saku Bunga Rampai Calon Pengantin ini sebagai panduan pernikahan. Dengan tersedianya Buku Saku Bunga Rampai ini diharapkan dapat membantu Calon Pengantin untuk mempersiapkan kesehatan pada saat akan menikah, dan wira usaha sebagai alternatif tambahan ekonomi keluarga untuk mendukung kesejahteraan keluarga, sehingga akan melahirkan generasi yang sehat.



BUNGA RAMPAI

BACAAN CALON PENGANTIN

Dr. Atit Tajmiati, S.Kep, Ns, MPd
Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM, MKM
Sinar Pertiwi, SST, MPH
Kusmiyati, SKp,M.Kes
Etin Rohmatin, SST, M.Kes
Diah Eka Nugraheni, SST.,M.Keb
Ir Ir Khairiyah P, SST., M.Keb
Uly Artha Silalahi, SST.,M.Keb
Fauzan, Psi.M.Psi.Psikolog
Decu Sumartini, SP



eureka
media aksara

PENERBIT CV.EUREKA MEDIA AKSARA

**BUNGA RAMPAI
BACAAN CALON PENGANTIN**

Penulis : Dr. Atit Tajmiati, S.Kep, Ns, MPd
Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM, MKM
Sinar Pertiwi, SST, MPH
Kusmiyati, SKp, M.Kes
Etin Rohmatin, SST, M.Kes
Diah Eka Nugraheni, SST., M.Keb
Ir Ir Khairiyah P, SST., M.Keb
Uly Artha Silalahi, SST., M.Keb
Fauzan, Psi. M.Psi. Psikolog
Decu Sumartini, SP

Desain Sampul : Eri Setiawan

Tata Letak : Siwi Rimayani Oktora

ISBN : 978-623-487-013-8

No. HKI : EC00202244429

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, JUNI 2022**
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 : 2022

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 PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr Wb,

Puji Syukur kita panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan Rahmat dan HidayahNya, Manual Kesehatan Calon Pengantin ini dapat diselesaikan, sehingga pada akhirnya calon pengantin memiliki pegangan dalam rangka persiapan sebelum memasuki pernikahan Buku Saku Bunga Rampai Calon Pengantin ini dapat dijadikan sebagai sumber bacaan dan informasi, serta catatan perkembangan kesehatan calon pengantin. Oleh karena itu, dianjurkan bagi setiap calon pengantin mempelajari Buku Saku Bunga Rampai Calon Pengantin ini sebagai panduan pernikahan. Dengan tersedianya Buku saku Bunga Rampai ini diharapkan dapat membantu Calon Pengantin untuk mempersiapkan kesehatan pada saat akan menikah, dan wira usaha sebagai alternatif tambahan ekonomi keluarga untuk mendukung kesejahteraan keluarga, sehingga akan melahirkan generasi yang sehat. Penulis meyakini bahwa dalam pembuatan Buku Saku Bunga Rampai Calon Pengantin ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna penyempurnaan di masa yang akan datang.

Akhir kata, penyusun mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung.

Wassalamu'alaikum Wr Wb.

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
PENDAHULUAN	1
PERSIAPAN PERKAWINAN DAN KESEHATAN REPRODUKSI.....	4
PEMBEKALAN KESEHATAN REPRODUKSI	50
PERSIAPAN KEHAMILAN SEHAT	63
PSIKOLOGI PERNIKAHAN.....	81
MENGENAL STUNTING DALAM KEHAMILAN.....	90
GERAKAN MEMASYARAKATKAN MAKANAN IKAN (GEMARIKAN)	101
KEBIJAKAN PROGRAM PERIKANAN	108
BUDIDAYA DAN PENGOLAHAN IKAN, DIVERSIFIKASI PENGEMBANGAN PRODUK PERIKANAN	118
PENGOLAHAN MAKANAN DARI TEPUNG IKAN	123
KEWIRAUSAHAAN.....	132
PENUTUP	140
LAMPIRAN	141
FORMAT PEMERIKSAAN IBU HAMIL.....	141
RESEP PELATIHAN	144
DAFTAR PUSTAKA	157
TENTANG PENULIS.....	158

PENDAHULUAN

Menikah itu merupakan cita cita setiap orang,tidak hanya suka dan gembira, namun pernikahan harus diusahakan kokoh, pernikahan bisa disebut kokoh bila ikatan tersebut dapat menghatantarkan kedua mempelai kebahagiaan dan cinta kasih.juga merupakan ikatan yang dapat memenuhi kebutuhan kedua nya.yakni kebutuhan Bio Psiko social dan spiritualnya.Setiap pasangan yang hendak menikah idealnya menjalani :

Pemeriksaan fisik yang biasa disebut dengan pemeriksaan kesehatan pranikah, pre-conception screening atau premarital check- up. Premarital check-up ini mempunyai banyak sekali manfaat, di antaranya untuk mengetahui kesehatan reproduksi baik calon pengantin pria maupun wanita, mengetahui kesiapan masing-masing untuk memiliki anak (baik secara fisik, psikologis, maupun bekal pengetahuan yang terkait), mengubah perilaku hidup yang tidak sehat, dan menentukan tindakan yang tepat untuk menanggulangi penyakit- penyakit tertentu yang mungkin ditemukan pada pemeriksaan tersebut. Banyak kelainan atau penyakit yang dapat dideteksi melalui premarital checkup, antara lain: 1) penyakit hereditas atau yang diturunkan dari orang tua (thalassemia, hemofilia, sickle cell disease); 2) penyakit menular (hepatitis B, hepatitis C, HIV/AIDS, penyakit menular seksual, infeksi TORCH); 3) penyakit menahun. Untuk mendeteksi penyakit-penyakit tersebut nantinya kedua calon pengantin akan menjalani serangkaian pemeriksaan baik pemeriksaan fisik lengkap maupun cek laboratorium (darah dan urin). Tidak hanya itu, kedua calon pengantin juga akan mendapatkan vaksinasi seperti vaksinasi hepatitis B, tetanus, MMR, varicella, influenza, dan vaksinasi dewasa lainnya sesuai jadwal imunisasi dewasa

yang dikeluarkan oleh Satgas Imunisasi Dewasa PAPDI.4) Penyakit Gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada Bayi lahir yang disebabkan ibu mengalami gangguan gizi, sebagaimana diketahui saat ini, berdasarkan hasil SSGI tahun 2021, angka stunting secara nasional mengalami penurunan sebesar 1,6 persen per pertahun dari 27,7 persen tahun 2019 menjadi 24,4 persen tahun 2021. Hampir Sebagian besar dari 34 provinsi menunjukkan penurunan dibandingkan tahun 2019 dan 5 Provinsi yang menunjukkan

- a. Kemudian, berdasarkan hasil pemeriksaan tersebut, kedua calon pengantin akan mendapatkan bimbingan/konseling kesehatan (disini tentunya sangat diharapkan agar kedua calon pengantin menjadi mitra kesehatan yang cerdas dan proaktif). Premarital checkup idealnya dilakukan 6 bulan sebelum hari H menikah (meskipun jika waktu yang dimiliki terbatas, pemeriksaan ini dapat dilakukan kapanpun) dengan harapan jika ada penyakit yang diketahui selama pemeriksaan, masih ada waktu untuk melakukan tindakan penanggulangannya.
- b. Pendidikan Pranikah. Pernikahan merupakan suasana baru yang akan ditempuh oleh sepasang pengantin, kadang selain menggembirakan ada juga hal hal yang sulit untuk dilewati yakni penyesuaian dengan keluarga pasangan yang mungkin ada beberapa yang tidak sesuai, juga penyesuaian dalam bidang ekonomi yang barangkali biasa hidup enak dari fasilitas orang Tua menjafi hidup terbatas karena penghasilan pasangan yang tidak bisa memenuhi apa yang diinginkan. Informasi tentang Keluarga, bentuk Keluarga serta Tugas Keluarga perlu diinformasikan.
- c. Pendidikan Kewirausahaan. Faktor Ekonomi memegang peranan yang sangat penting dalam Kekokohan Keluarga oleh karena itu pada pasangan yang akan menikah perlu dibari pengetahuan tentang Wira usaha dalam mendukung

perekonomian dalam keluarga, memanfaatkan potensi sarana fasilitas dan kompetensi yang dimiliki oleh pasangan.

PERSIAPAN PERKAWINAN DAN KESEHATAN REPRODUKSI

Dr. Atit Tajmiati, S.Kep, Ns, MPd

Etin Rohmatin, SST, M.Kes

Uly Artha Silalahi, SST.,M.Keb



Tujuan

Setelah membaca BAB ini, diharapkan calon pengantin mampu :

1. Mengetahui apa itu perkawinan
2. Mengapa perkawinan harus di catat



3. Persiapan pernikahan
4. Mengetahui tindakan kekerasan dalam pernikahan

5. Mengetahui solusi menangani tindakan kekerasan
6. Bentuk ketidaksetaraan Gendre

7. Mengetahui Organ reproduksi perempuan
8. Mengetahui organ reproduksi laki-laki



Apa itu perkawinan???

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan BAB I Ayat 1. Perkawinan adalah ikatan lahir bathin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.

DASAR HUKUM PENCATATAN PERKAWINAN

**PP Nomor 9 Tahun 1975 Tentang
Pelaksanaan UU Nomor 1 Tahun 1974
Tentang Perkawinan**

Bab II Pasal 2

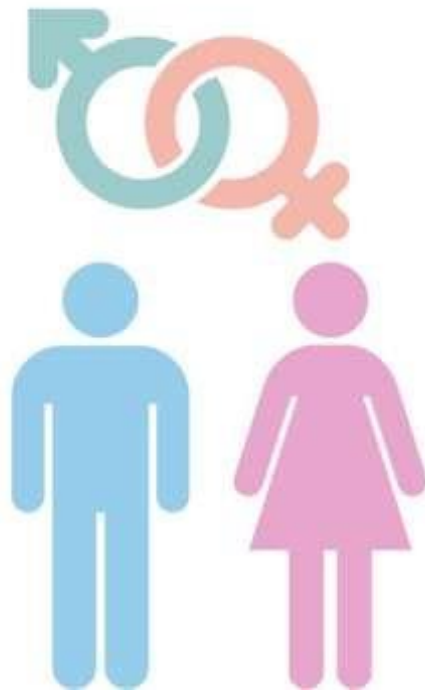
Ayat 1:

"Pencatatan Perkawinan dari mereka yang melangsungkan perkawinannya menurut Agama Islam, dilakukan oleh Pegawai Pencatat sebagaimana dimaksud dalam UU Nomor 32 tahun 1954 tentang Pencatat Nikah, Talak, dan Rujuk."

Ayat2:

"Pencatatan Perkawinan dari mereka yang melangsungkan perkawinannya menurut agamanya dan kepercayaannya itu selain agama Islam dilakukan oleh Pegawai Pencatat Perkawinan pada Kantor Catatan Sipil sebagaimana dimaksud dalam berbagai perundang-undangan mengenai pencatatan perkawinan."

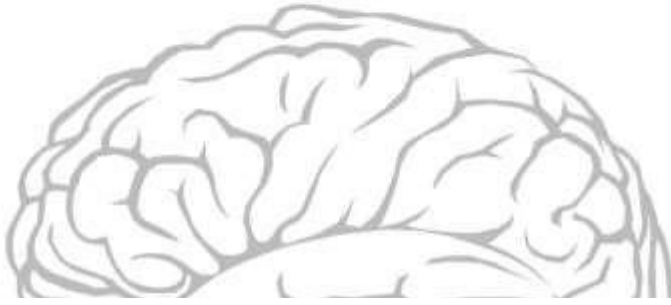
PEMBEKALAN KESEHATAN REPRODUKSI



PERSIAPAN KEHAMILAN SEHAT

Sinar Pertiwi, SST, MPH
Ir Ir Khaeriyah, SST.,M.Keb





PSIKOLOGI PERNIKAHAN

Fauzan, Psi.M.Psi.Psikolog





MENGENAL STUNTING DALAM KEHAMILAN

Dr. Atit Tajmiati, S.Kep, Ns, MPd



KEBIJAKAN PROGRAM PERIKANAN





BUDIDAYA DAN PENGOLAHAN IKAN, DIVERSIFIKASI PENGEMBANGAN PRODUK PERIKANAN

**Decu Sumartini, SP
(Penyuluh Perikanan Kota Tasikmalaya)**



KEWIRAUSAHAAN

Kusmiyati, SKp,M.Kes



PENUTUP

Demikian penyusunan buku saku “ Bunga Rumapai Bacaan Calon Pengantin” yang didalamnya memuat informasi terkait dengan Pendidikan Pranikah, Pendidikan Kesehatan Reproduksi, serta Pendidikan Kewirausahaan.

Harapan besar dari adanya buku saku ini, bukan hanya untuk menunjang Kesehatan calon pasangan, namun diharapkan dapat memiliki keluarga yang stabil secara ekonomi.

Penulis

RESEP PELATIHAN
PENGOLAHAN MAKANAN DARI TEPUNG IKAN

KECAMATAN BUNGURSARI KOTA
TASIKMALAYA

TAHUN 2022



DAFTAR PUSTAKA

- Medise, B, dkk. 2017. Promosi Dan Konseling Kesehatan Reproduksi Bagi Kelompok Kegiatan Pik Remaja (Pik R). Jakarta: Direktorat Kesehatan Reproduksi Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional
- Rahayu, A, dkk. 2017. Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja dan Lansia. Surabaya: Airlangga University Press
- Setiarto B, Karo Br & Tambaip T. 2022. Buku Ajar Gizi Kesehatan Reproduksi. Jakarta: Trans Info Media
- Winarni S, Nugroho D & Agus F. Dasar Kesehatan Reproduksi. Semarang : FKM UNDIP Pess

REPUBLIC INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

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 : EC00202244429, 13 Juli 2022

Pencipta
Nama : Dr. Hj. Atit Tajmiati, S.Kep. Ns, MPd, Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM, MKM dkk
Alamat : Jl. Bumi Resik Indah Bumi Sukamanah Damai RT 01/RW 014, Tasikmalaya , JAWA BARAT, 46133
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta
Nama : Dr. Hj. Atit Tajmiati, S.Kep. Ns, MPd, Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM, MKM dkk
Alamat : Jl. Bumi Resik Indah Bumi Sukamanah Damai RT 01/RW 014, Tasikmalaya , JAWA BARAT, 46133
Kewarganegaraan : Indonesia
Jenis Ciptaan : **Buku**
Judul Ciptaan : **Bunga Rampai Bacaan Calon Pengantin**
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 13 Juli 2022, 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 : 000360157

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

Anggoro Dasananto
NIP.196412081991031002

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