



NARASUMBER :

Hardianti, S.Ked

Mutiah Audiah, S.Ked



**LEBIH DEKAT DENGAN PROGRAM
KELUARGA BERENCANA**

- **Tujuan Instruksi Umum :**

“Untuk meningkatkan pengetahuan dan memilih alat kontrasepsi yang tepat untuk Keluarga Berencana”

- **Tujuan Instruksi Khusus :**

- Memahami apa itu Keluarga Berencana
- Memahami manfaat alat kontrasepsi
- Mengenal jenis-jenis alat kontrasepsi

APA ITU KB?



Keluarga Berencana (KB) :

Upaya mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal melahirkan, mengatur kehamilan, melalui promosi perlindungan dan bantuan sesuai dengan hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas.

APA SIH MANFAAT KONTRASEPSI?

Mencegah/menunda kehamilan

1

Menjaga jarak kehamilan

2

Mencegah nyeri haid

3

Mengatur siklus haid

4

Pengobatan hormon

5

Pengobatan jerawat

6

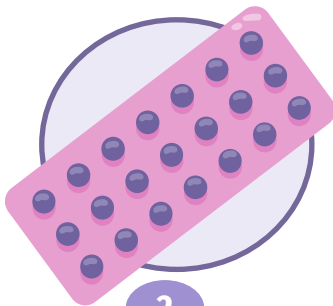


JENIS KONTRASEPSI



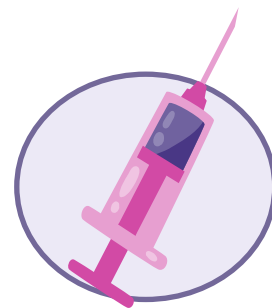
1

KONDOM



2

KONTRASEPSI ORAL



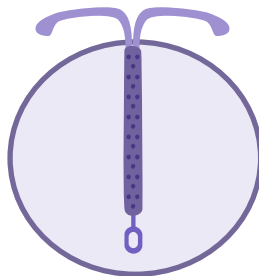
3

SUNTIK



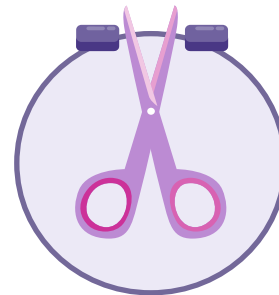
4

IMPLAN



5

IUD



6

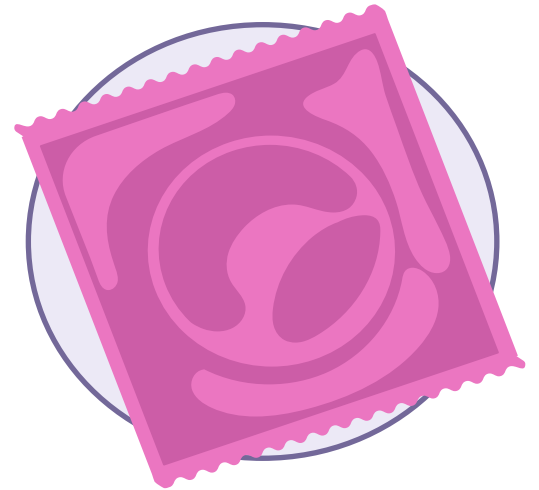
OPERASI

MENGENAL JENIS KONTRASEPSI

1

KONDOM

- Kontrasepsi yang paling mudah untuk digunakan dan paling minimal efek sampingnya.
- Efektivitas mencapai 98%
- **Kelebihan** : harga terjangkau, lebih aman, mudah didapatkan, melindungi dari penyakit menular seksual
- **PERHATIKAN!!** Hindari penggunaan kondom jika alergi terhadap bahan karet lateks.



MENGENAL JENIS KONTRASEPSI

2

KONTRASEPSI ORAL/PIL KB

- Pil KB merupakan alat kontrasepsi hormonal yang perlu dikonsumsi secara teratur setiap harinya.
- Jenis Pil (berdasarkan kandungan bahan pil) : Pil Kombinasi (monofasik, trifasik, tetrafasik), Pil Mini/progestin.
- **Manfaat** : Mencegah efek menopause, mengurangi nyeri haid, mengobati kelainan hormonal seperti jerawat dll.

PERINGATAN!!

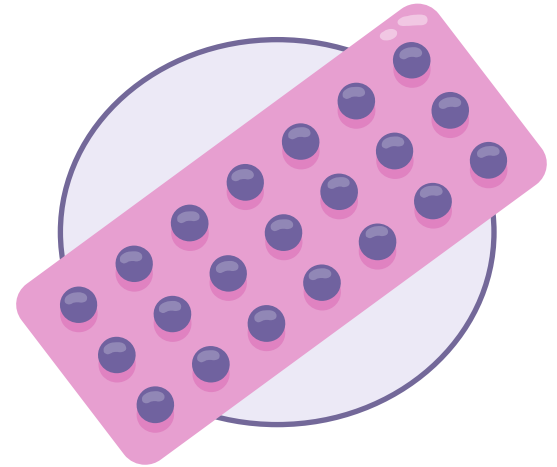
KONSUMSI PIL SESUAI KONDISI DAN KEBUTUHAN MOMS

(Setiap PIL KB berbeda-beda efek dan manfaatnya)

Jangan berikan PIL KB anda kepada orang lain.

DISKUSIKAN DENGAN DOKTER SEBELUM MENKONSUMSI PIL KB.

TERUTAMA PADA PENYAKIT TERTENTU : JANTUNG, KANKER, DIABETES, HT DLL



TAHUKAH BAHWA :

Jenis PIL KB lama yang menyebabkan efek samping BB bertambah, mual/muntah.

**TELAH DIPERBARUHI DAN
DISEMPURNAKAN UNTUK
MENGURANGI EFEK SAMPING
DAN MEMPERBAIKI FUNGSINYA**

MENGENAL JENIS KONTRASEPSI

3

KB SUNTIK

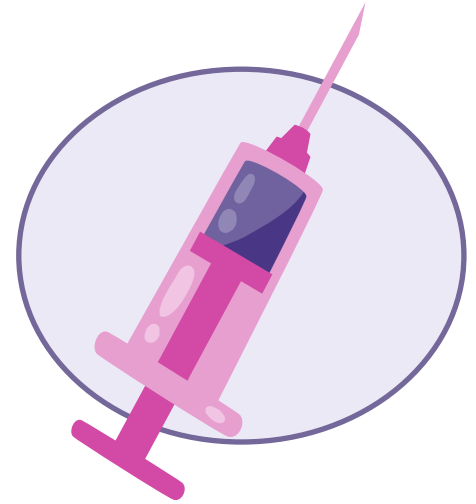
- KB suntik adalah kontrasepsi hormonal yang mengandung hormon progesteron (progestin).
- Dua jenis : 1 bulan dan 3 bulan

*1 bulan

- Kelebihan: tidak mempengaruhi siklus mens, pemulihan cepat (3 bulan setelah stop pemakaian), tidak mempengaruhi BB
- Kekurangan : risiko terjadi perdarahan (jarang), tidak cocok untuk menyusui

*3 bulan

- Kelebihan: aman utk menyusui, mengurangi resiko kanker ovarium dan rahim, interaksi minimal dengan obat lain.
- Kekurangan : siklus haid tidak teratur, meningkatkan BB



Suntikan KB :

*Lengan atas, bokong, perut bawah dan paha

Kapan di suntik :

*1 bulan (haid hari 1-5 dan kembali tiap bulan/28 hari+3 hari)

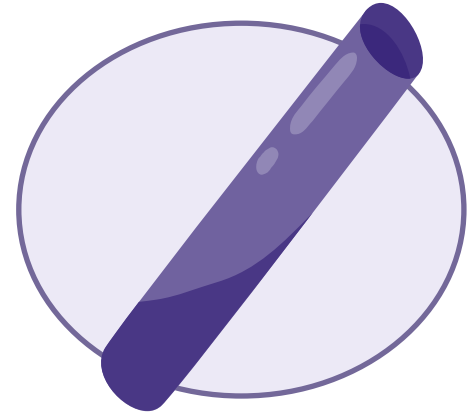
* 3 bulan (haid ke 1-7 dan kembali setiap 3 bulan).

MENGENAL JENIS KONTRASEPSI

4

KB IMPLAN

- KB implan adalah kontrasepsi yang mengandung hormon progesteron, berbentuk tabung mirip korek api dan digunakan dengan cara dipasang dibawah kulit lengan atas.
- Durasi 3 tahun
- Efektif cegah kehamilan >99%
- Kesuburan dapat kembali setelah pengangkatan implan
- **KEKURANGAN** : tidak cocok untuk ibu dengan kondisi penyakit hati, kanker payudara, jantung dll., pemasangan dan pelepasan kurang nyaman.



DIPASANG :
Dilakukan oleh bidan/dokter
Saat haid hari ke 1-5 haid.
Sebelum pemasangan di beri obat
penghilang nyeri

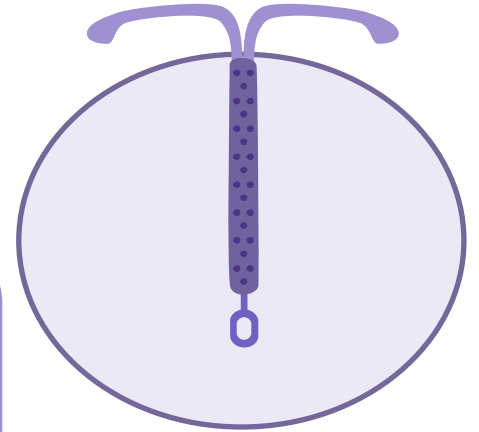
MENGENAL JENIS KONTRASEPSI

5

IUD/ KB SPIRAL

- Ada dua jenis : hormonal dan non hormonal
- Durasi 3-8 tahun
- Aman untuk busui
- **IUD Tembaga : aman untuk kondisi seperti HT, Diabetes, Jantung.**
- **Tidak menaikan BB dan tidak mengganggu siklus haid.**
- Pemulihan kesuburan cepat.

- **KEKURANGAN :** Harus dilakukan oleh dokter/bidan, pemasangan tidak nyaman, IUD hormon mahal.



MENGENAL JENIS KONTRASEPSI

6

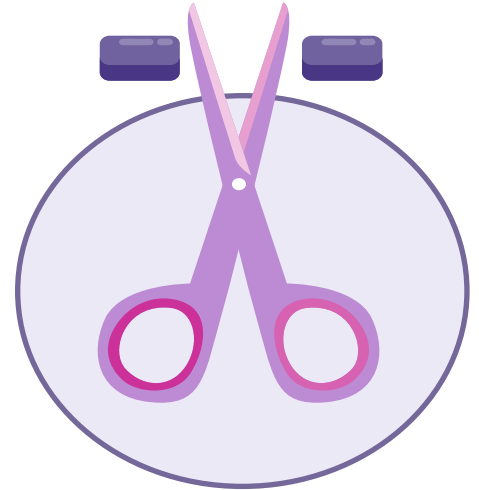
KB MANTAP/ KB STERIL

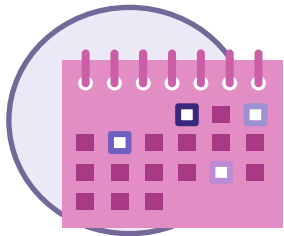
- Efektivitas tinggi >99%
- Aman jangka panjang
- Tidak mengganggu fungsi seksual
- Tidak mempengaruhi proses menyusui
- Mengurangi risiko kanker ovarium

KEKURANGAN : PERMANEN

PENTING!!

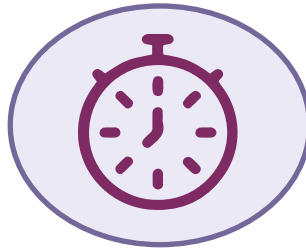
**PASTIKAN MENDAPAT PERSETUJUAN PASANGAN SEBELUM MEMILIH
KB MANTAP**





7

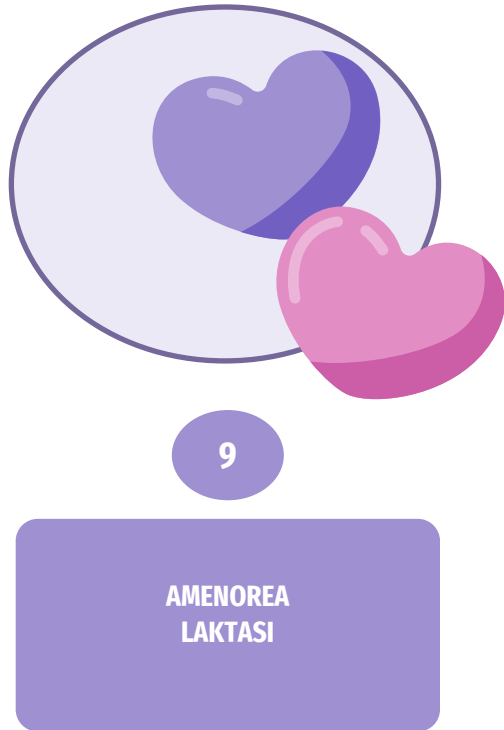
PERHITUNGAN
SIKLUS MENTRUASI



8

SENGGAMA
TERPUTUS

**PILIHAN
KONTRASEPSI
ALAMI**



- Amenorea laktasi : metode kontrasepsi dimana ibu tidak haid setelah melahirkan dan saat menyusui.
- **Efektif jika :**
 - Belum haid kembali**
 - bayinya < 6 bulan**
 - ASI eksklusif tiap 4-6 jam.**
- **Gagal bila :**
 - Haid sudah kembali/ timbul flek**
 - ASI berkurang atau berhenti**

KESIMPULAN

- **PILIH KONTRASEPSI YANG SESUAI DENGAN KONDISI DAN KEBUTUHAN MOMS**
- **KONSULTASIKAN DENGAN DOKTER UNTUK MENGETAHUI KONTRASEPSI YANG TERBAIK UNTUK KONDISI MOMS**
- **PASTIKAN MENGAJAK PASANGAN BERSAMA-SAMA MELAKUKAN KONSULTASI**

REFERENSI

- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 52 Tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga
- BKKBN. 2005. Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi. Jakarta: BKKBN
- Matahari R, Utami F. Buku Ajar Keluarga Berencana dan Kontrasepsi, 2018.

THANK YOU

