

Cerdas Memilih Alat/Obat Kontrasepsi

Kontrasepsi merupakan metode atau alat yang dapat mencegah kehamilan saat berhubungan intim. Metode atau alat kontrasepsi tersebut dapat diaplikasikan pada wanita maupun pria.

Alat kontrasepsi merupakan Alat yang digunakan untuk mencegah kehamilan sebagai akibat pertemuan antara sel telur yang matang dengan sel sperma tersebut, memiliki expire date (tanggal kadaluarsa) dan penggunaannya dapat dipakai sendiri, namun sebagian alat kontrasepsi juga perlu mendapat bantuan tenaga kesehatan untuk memasangkan alat kontrasepsi tersebut.

7 Jenis Alat Obat Kontrasepsi: Pengertian, Cara Kerja, Kelebihan, Kekurangan, Cara Penggunaan, Efek Samping.

1. SUNTIK KB 3 BULAN



- a. Pengertian : hormone progesteron yang diberikan secara suntikan/injeksi untuk mencegah kehamilan.
- b. Cara kerja :
 - Mencegah lepasnya sel telur dari indung telur perempuan.
 - Mengentalkan lendir mulut rahim sehingga sel telur tidak masuk ke dalam rahim
 - Menipisnya selaput lender sehingga tidak siap hamil.
- c. Kelebihan:
 - Mudah digunakan
 - Tidak berpengaruh pada hubungan suami istri
 - Membantu mencegah kanker endometrium dan kehamilan ektopik.
- d. Kekurangan:

- Tidak melindungi dari resiko IMS (Infeksi Menular Seksual)
 - Kelebihannya kesuburan lebih lambat rata-rata 4 bulan
- e. Cara penggunaan:
- Saat pemasangan yang tepat adalah pada saat haid atau 1-2 hari setelah menstruasi
- f. Efek Samping:
- Terjadinya perubahan haid tidak teratur, pendarahan atau bercak, atau pendarahan sela sampai 10 hari. Semua itu bersifat individual dan sementara, akan hilang setelah 3-6 kali suntikan.
 - Mual, sakit kepala, nyeri payudara ringan, dan keluhan seperti ini akan hilang setelah suntikan kedua atau ketiga

2. PIL KOMBINASI



- a. Pengertian : Tablet yang mengandung hormone esterogen dan progesteron yang diminum setiap hari selama 28 hari.
- b. Cara kerja:
- Mengendalikan lender mulut rahim sehingga sel sperma tidak dapat masuk ke dalam rahim.
 - Menipiskan selaput lender di vagina.
- c. Kelebihan:
- Kesuburan segera kembali setelah pil dilepas.
 - Mengurangi rasa nyeri saat haid.

- Mudah menggunakannya.
 - Cocok digunakan untuk menunda kehamilan PUS (Pasangan Usia Subur) muda
- d. Kekurangan:
- Pemakaian harus disiplin, minum pil setiap hari, jika tidak kemungkinan hamil tinggi.
 - Dapat mempengaruhi produksi ASI untuk pil yang mengandung esterogen.
 - Dapat meningkatkan infeksi jamur di sekitar kemaluan perempuan.
 - Tidak dianjurkan perempuan yang berumur di atas 35 tahun dan perokok karena mempengaruhi keseimbangan metabolisme tubuh.
- e. Cara penggunaan:
- Pil pertama diminum pada hari ke 5 haid, seterusnya berturut-turut setiap hari satu pil, setiap pemakai lupa minumnya satu hari maka segera minum 2 tablet keesokan harinya.
- f. Efek samping:
- Mual, berat badan bertambah, sakit kepala atau berkunang-kunang, perubahan warna kulit atau dapat menimbulkan bercak kehitaman di daerah muka. Semua itu bersifat individual dan sementara.
3. IUD (Intrauterine Device) = AKDR (Alat Kontrasepsi Dalam Rahim)



- a. Pengertian :Teknik kontrasepsi ini adalah dengan cara memasukkan alat yang terbuat dari tembaga kedalam rahim.

b. Cara kerja:

- Menimbulkan reaksi peradangan lokal dalam endometrium kavum uteri sehingga menghambat terjadinya penempelan sel telur yang telah dibuahi ke dinding rahim.
- IUD diduga juga menghambat motilitas tuba sehingga memaksa sperma "berenang" melawan arus.

c. Kelebihan:

- Bisa digunakan untuk metode jangka panjang
- Bisa digunakan untuk klien yang mempunyai tekanan darah tinggi
- Tidak mengganggu produksi ASI

d. Kekurangan:

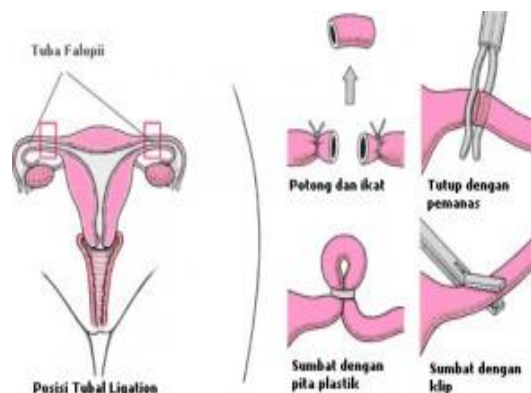
- Mengganggu hubungan seksual
- Harus datang ke tenaga kesehatan untuk memasang, melepas, dan kontrol
- Mahal
- Tidak bisa mencegah dari PMS

e. Cara penggunaan: IUD dapat dipasang pada saatnya menjelang haid berakhir.

f. Efek Samping

- Amenorhea untuk kondisi dimana seorang wanita tidak dapat mengalami menstruasi pada masa menstruasi sebagaimana mestinya atau secara sederhana disebut dengan tidak haid pada periode atau masa menstruasi.
- Spoting / perdarahan bercak
- Nyeri
- Kadang-kadang terjadi keputihan

4. MOW /TUBEKTOMI



- a. Pengertian : Tindakan operasi menutup saluran telur yang sangat efektif dan aman bagi hampir semua perempuan yang tidak ingin mempunyai anak lagi.

- b. Cara Kerja : Rahim tidak diangkat dan ibu masih bisa mendapatkan haid. Operasi dapat dilakukan dalam 48 jam setelah melahirkan atau setelah 4 minggu.
- c. Kelebihan :
 - sangat efektif (5 kehamilan dan 1.000 pemakai).
 - tidak ada efek samping jangka panjang dan tidak mengurangi gairah seksual.
- d. kekurangan
 - cara KB yang tidak mudah dikembalikan ke semula, hanya untuk yang tidak mengigikan anaka lagi.
 - tidak melindungi dari infeksi menular seksual (IMS) dan HIV (Virus penyebab AIDS).
- e. efek samping
 - dapat menimbulkan rasa nyeri pada saat pasca operasi
 - nyeri dapat diatas dengan pemberian analgesic (penahan sakit).

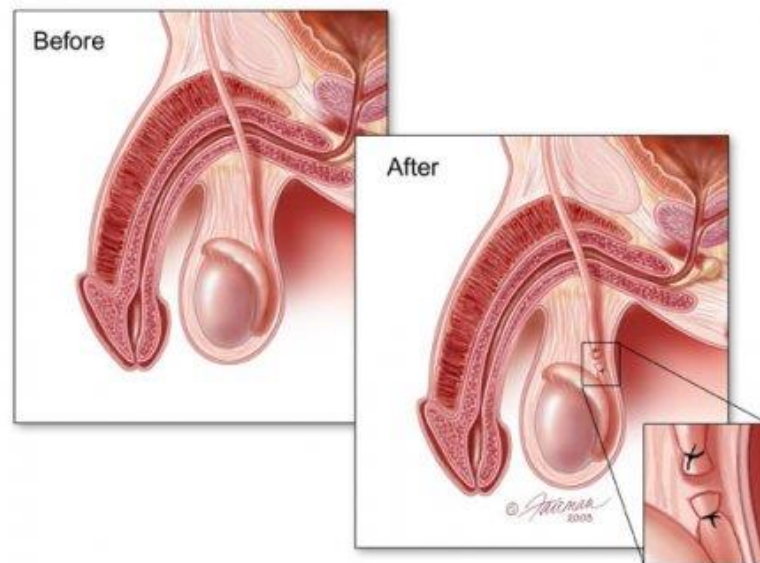
5. IMPLANT



- a. Pengertian : kapsul kecil yang berisi hanya hormone progestin, terbuat dari bahan plastic lentur dan dipasang dibawah kulit lengan atas oleh dokter atau bidan terlatih.
- b. Cara kerja : menghambat ovulasi, menyebabkan selaput lender tak siap untuk menerima pembuahan, mempetebal lender servik atau rahim, menipiskan lapisan selaput lender.
- c. Kelebihan :
 - Aman digunakan ibu menyusui
 - Bila diinginkan bisa diangkat setiap waktu
 - Tidak ada efek negative pada produksi ASI.
- d. Kekurangan : Kadang- kadang pada saat pemasangan akan terasa nyeri membutuhkan prosedur operasi ringan untuk memasukkan dan mengeluarkan alat tersebut.
- e. Cara pemasangan : saat pemasangan yang tepat adalah pada saat haid atau 1-2 hari setelah menstruasi.
- f. Efek samping :

- Pendarahan bercak, haid tidak teratur atau berhenti haid adalah gangguan umum yang terjadi, bukan tanda bahaya.
- Mungkin dapat terjadi gangguan lain seperti sakit kepala, dan mual-mual yang bersifat sementara dan individual.

6. MOP / VASEKTOMI



- a. pengertian : tindakan operasi saluran sel sperma yang sangat efektif dan aman bagi hamper semua pria yang tidak menghendaki anak lagi.
- b. Cara Kerja : Bisa dilakukan kapan saja dan sangat efektif (1 kehamilan dari 1000 pemakaian)
- c. Kelebihan :
 - Tidak mempengaruhi gairah seksula.
 - Biayanya lebih murah daripada sterilisasi wanita.
 - Metode KB untuk laki-laki yang sangat efektif.
 - Dapat dilakukan kapan saja, operasi cepat dan aman.
- d. Kekurangan :
 - Tidak melindungi dari infeksi menular seksual atau IMS.
 - Membutuhkan prosedur operasi ringan
- e. Cara penggunaan : operasi dilakukan oleh dokter terlatih.
- f. Efek samping :
 - Kadang timbul rasa nyeri atau terjadi pendarahan setelah operasi yang ditimbulkan akibat beban terlalu berat serta infeksi scrotum (pembungkus testis) bila operasinya tidak sesuai prosedur.
 - Nyeri dan infeksi bisa diatasi dengan penggunaan.

7. KONDOM



- a. Pengertian : adalah selaput karet atau latex yang dipasang pada penis selama berhubungan seksual sehingga mencegah sel sperma bertemu dengan sel telur.
- b. Cara kerja : mencegah pertemuan spermatozoa (sel mani) dengan ovum (sel telur) pada waktu sanggama. Dapat menghalangi kontak langsung dengan cara terinfeksi.
- c. Kelebihan :
 - Apabila kondom digunakan secara benar dan konsisten maka kegagalan mencegah kehamilan sekitar 3%.
 - Melindungi tertularnya IMS
 - Tidak mengganggu menyusui, harga tidak mahal, dan mudah didapat
 - Memberikan perlindungan tambahan ketika memulai menggunakan metode atau alat KB baru.
- d. Kekurangan :
 - Setiap kali berhubungan, kondom harus digunakan.
 - Orang tertentu alergi terhadap latex/ kondom.
 - Kurang efektif jika dibandingkan dengan metode lain.
 - Cara penggunaannya sangat menentukan keberhasilan.
 - Agak mengganggu atau mengurangi sentuhan langsung.
- e. Efek samping : kadang terjadi alergi terhadap karet/latex dan pelicinnya pada orang-orang tertentu.

Penjelasan di atas merupakan jenis-jenis alat obat kontrasepsi yang harus Anda ketahui. Semoga informasi yang disajikan bisa bermanfaat bagi pembaca.

Sumber : [Perwakilan Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional Provinsi Jawa Timur,2018](#)