

Apasih KB itu?

KB adalah suatu usaha untuk mengatur jumlah & jarak antara kelahiran anak, guna meningkatkan kesehatan & kesejahteraan keluarga.

Apa saja manfaatnya?

- Menghindari kehamilan resiko tinggi
- Menurunkan angka kematian ibu & bayi
- Meringankan beban ekonomi keluarga
- Membentuk keluarga bahagia sejahtera

Siapa yang harus ber-KB?



Pasangan usia subur yaitu usia 15-49 tahun yang ingin menunda kehamilan, menjarangkan kehamilan, & mengakhiri kehamilan.

METODE KONTRASEPSI

Merupakan cara, alat, obat-obatan yang digunakan untuk mencegah terjadinya kehamilan, antara lain:

1. MAL
2. Kondom
3. Pil KB
4. KB suntik
5. Implan/susuk
6. IUD/spiral
7. Steril

1. MAL (Metode Amenore Laktasi)

Metode KB yang cocok untuk ibu nifas, syaratnya :

- Menyusui bayinya secara eksklusif setelah melahirkan (hanya ASI secara penuh, teratur dan sesering mungkin)
- Belum haid
- Efektif hanya sampai 6 bulan



2. Kondom

Keuntungan

- Efektif jika digunakan dengan benar
- Tidak mengganggu ASI
- Murah & mudah didapat
- Mencegah penyakit menular seksual

Kerugian

- Efektifitas tidak terlalu tinggi
- Agak mengganggu hubungan seksual
- Bisa terjadi alergi bahan dasar kondom

3. Pil KB

- Efektif bila digunakan dengan benar
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Harus diminum setiap hari

Pil Kombinasi (Berisi estrogen & progesteron)

- Efektif bila digunakan dengan benar
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Harus diminum setiap hari
- Tidak untuk ibu menyusui
Contoh: microgynon, mercilon, diane, yasmin, dll.

Mini Pil

- Tidak mengganggu ASI, Cocok untuk ibu menyusui.
- Dapat terjadi gangguan haid (siklus haid memendek/memanjang, tidak haid, berdarahan bercak).
Contoh : excluton, mikrolut, dll.

4. KB Suntik

- Efektifitas tinggi, esek samping sedikit
- Tidak mengganggu hubungan seksual.

- Ada 2 Macam :

Suntikan 1 Bulan

- Mengandung estrogen & progesterone
- Mengganggu produksi ASI
- Harus datang setiap 1bulan untuk suntik.

Suntikan 3 Bulan

- Mengandung progesterone saja
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Harus datang setiap 3 bulan
- Dapat terjadi gangguan haid

KELUARGA BERENCANA

& KONTRASEPSI

026/LF/PKRS/RSSH/2022



POLIKLINIK PKBR
RUMAH SAKIT UMUM
SARILA HUSADA
Jalan Veteran No.41-43, Sragen

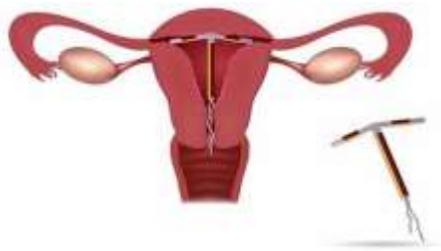
5. Implan/Susuk



Dipasang di lengan atas bagian dalam, Ada yang berisi 2 batang dan 1 batang . Efektif selama 3 tahun.

- Mengandung hormone progesterone
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Dapat dicabut setiap saat sesuai kebutuhan & kembali kesuburan sangat cepat
- Dapat terjadi perubahan pola haid
- Dapat terjadi perubahan berat badan

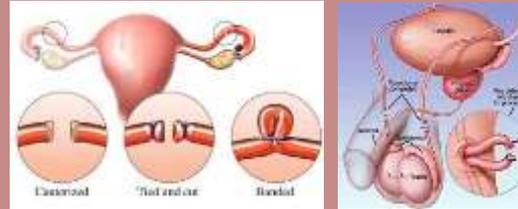
6. IUD/Spiral



Spiral ditanam didalam rahim untuk mencegah pertemuan sel telur & sperma.

- Efektifitas tinggi
- Jangka panjang 5 tahun
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Tidak mengganggu hubungan seksual
- Tidak mempengaruhi berat badan
- Haid bisa lebih banyak

7. Kontrasepsi Mantap/Steril



Khusus digunakan untuk pasangan suami istri yang benar-benar tidak menginginkan tambah anak lagi

- Dilakukan dengan pembedahan (bias bus local)
- Harus dilakukan oleh dokter terlatih
- Sangat efektif dan bersifat permanen
- Tidak ada efek samping
- Tidak ada perubahan fungsi seksual

Contoh : Metode Operatif Wanita (MOW),
Metode Operatif Pria (MOP)

Kapan harus ber-KB?

6 Minggu setelah melahirkan, dalam 7 hari saat haid, setiap saat jika tidak hamil

