

TUGAS SATUAN ACARA PENYULUHAN KELUARGA BERENCANA

Makalah ini Disusun untuk Memenuhi Penugasan
Mata Kuliah Pendidikan Promosi Kesehatan
Dosen Pengampu : Cecilya Kustanti, S.Kep.,Ns.,M.Kes



Disusun oleh :

An Nida Lil Mau'idloh	SKA12022007
Aninda Kusumaningrum	SKA12022009
Bekti Nanda Widiyaningrum	SKA12022011
Chelsa Etadea Utami	SKA12022013
Ratih Mukti Sasmila	SKA12022029
Syalita Azzahra	SKA12022037
Sindy Oktavia Maharani	SKA12022036

KELOMPOK 2

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NOTOKUSUMO
YOGYAKARTA
2023**

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP) KELUARGA BERENCANA

Poko Bahasan	: Keluarga Berencana
Sub Pokok Bahasan	: Alat Kontrasepsi KB Hormonal
Sasaran	: Pasangan Usia Subur
Hari/Tanggal	: Kamis, 09 Maret 2023
Waktu/Jam	: 90 menit/08.00 – 09.30 WIB
Tempat	: Kelurahan Tegalrejo
Penyuluh	: Kelompok 2

A. Latar Belakang

Keluarga Berencana (KB) adalah 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. Disebutkan dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 87 Tahun 2014 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, Keluarga Berencana, dan Sistem Informasi Keluarga.

Keluarga Berencana merupakan upaya peningkatan kepedulian dan peran serta masyarakat melalui pendewasaan usia perkawinan, pengaturan kelahiran, pembinaan ketahanan keluarga, meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak serta meningkatkan kesejahteraan keluarga untuk mewujudkan keluarga kecil, bahagia dan sejahtera untuk mengendalikan pertumbuhan penduduk Indonesia.

Program keluarga berencana memberikan kesempatan untuk mengatur jarak kelahiran atau mengurangi jumlah kelahiran dengan menggunakan metode kontrasepsi hormonal atau non hormonal upaya ini dapat bersifat sementara atau pun permanen meskipun masing-masing jenis kontrasepsi memiliki tingkat efektifitas yang berbeda dan hampir sama. Usia produktif perempuan pada umumnya adalah 15-49 Tahun. Maka dari itu perempuan atau pasangan usia subur ini lebih diprioritaskan untuk menggunakan kontrasepsi atau cara KB.

Target capain KB di Daerah Tegalrejo semakin meningkat dikarenakan masyarakat kurang faham tentang jenis alat kontrasepsi dan takut menggunakan KB. Keluarga berencana merupakan usaha untuk mewujudkan

keluarga yang berkualitas melalui promosi perlindungan, dan bantuan dalam mewujudkan hak-hak reproduksi serta penyelenggaraan pelayanan, pengaturan dan dukungan yang diperlukan untuk membentuk keluarga dengan usia kawin yang ideal mengatur jumlah, jarak, dan usi ideal melahirkan anak mengatur kehamilan dan membina ketahanan serta kesejahteraan anak

Keputusan Presiden Keluarga Berencana (KB) adalah gerakan untuk membentuk keluarga yang sehat dan sejahtera dengan membatasi kelahiran Itu bermakna adalah perencanaan jumlah keluarga dengan pembatasan yang bisa dilakukan dengan penggunaan alat-alat kontrasepsi atau penanggulangan kelahiran seperti kondom, spiral IUD, dan sebagainya Jumlah anak dalam sebuah keluarga yang dianggap ideal adalah dua.

B. Tujuan Instruksional Umum

Setelah mendapat penyuluhan diharapkan ibu-ibu dapat mengetahui tentang Alat Kontrasepsi KB Hormonal.

C. Tujuan Instruksional Khusus

Setelah selesai mengikuti penyuluhan, diharapkan :

- a) Peserta dapat menjelaskan pengertian KB Hormonal
- b) Peserta dapat Menyebutkan Macam Macam KB Hormonal
- c) Peserta dapat menjelaskan Mekanisme Kerja KB Hormonal
- d) Peserta dapat menjelaskan efektifitas KB Hormonal
- e) Peserta dapat menjelaskan efek samping dari KB Hormonal
- f) Peserta dapat menjelaskan indikasi dan kontra indikasi dari penggunaan KB Hormonal

D. Sasaran

Pasangan Usia Subur

E. Materi

Terlampir

F. Metode

1. Ceramah
2. Tanya Jawab

G. Media dan Alat

1. Laptop
2. LCD
3. Poster

H. Strategi Pelaksanaan

No.	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta	Waktu
1.	Pembukaan : Mengucapkan salam Memperkenalkan diri Menjelaskan tujuan yang telah disepakati pada saat pengkajian Menyebutkan materi/pokok bahasan yang akan disampaikan	Menjawab salam Mendengarkan dan memperhatikan	10 menit
2.	Pelaksanaan : Menjelaskan materi penyuluhan secara teratur dan berurutan	Memperhatikan penjelasan materi yang akan diberikan	50 menit
3.	Evaluasi : a. Memberikan pertanyaan berkaitan dengan materi yang sudah dijelaskan b. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya	Merespon Menjawab pertanyaan yang akan diberikan	15 menit
4.	Penutup : a. Menyimpulkan hasil penyuluhan b. Memperlihatkan Poster c. Mengakhiri dengan salam	a. Mendengarkan dan memahami Poster b. Menjawab salam	15 menit

I. Setting Tempat

Aula Kelurahan Tegalrejo

J. Evaluasi

1. Evaluasi Struktur

- a. Kontrak waktu dengan peserta telah dilakukan sebelum penyuluhan dimulai, yaitu pada pukul 08.00 WIB, 09 Maret 2023.
- b. Peserta berangkat dan mengisi absen 15 menit sebelum acara penyuluhan dimulai.
- c. Tempat dan peralatan penyuluhan sudah sesuai dengan Satuan Acara Penyuluhan(SAP), yaitu pada Aula Kelurahan Tegalrejo dengan peralatan atau media penyuluhan berupa laptop, LCD dan Poster.

2. Evaluasi Proses

1) Proses

- a. Penyuluhan berlangsung dengan lancar
- b. Pada awal penyuluhan moderator memperkenalkan diri masing-masing anggota kelompok, kemudian menjelaskan tujuan dari penyuluhan, menjelaskan kebiasaan acara penyuluhan dan berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk penyuluhan.
- c. Pada sesi penarikan materi yang akan diberikan pada peserta, penyaji bertanya terlebih dahulu apakah ada ibu-ibu yang mengerti dan dapat menyebutkan apa saja alat kontrasepsi KB Hormonal.
- d. Kemudian pada sesi tanya jawab, selebaran disebar. Moderator menanyakan kepada peserta apakah ada peserta yang belum paham atau ingin bertanya seputar Alat Kontrasepsi KB Hormonal.
- e. Pada akhir sesi penyuluhan yaitu saat moderator menanyakan kembali kepada peserta, tentang dapatkah menyebutkan Alat Kontrasepsi KB Hormonal, peserta dapat menjawab.
- f. Pada sesi saat moderator menanyakan bagaimana perasaan peserta setelahnyamemberikan penyuluhan, peserta menjawab bahwa mereka sangat senang dan mendapat ilmu baru.
- g. Acara dimulai pada pukul 08.00 WIB, jumlah peserta yang hadir sebanyak 30 orang.
- h. Penyuluhan berlangsung selama 1 jam, 30 menit , 10 menit pembukaan, 50 menit untuk pemaparan materi,15 tanya jawab dan 15 menit untuk penutupan.
- i. Peserta hadir sebanyak 30 orang.
- j. Peserta yang hadir tepat pada waktunya.
- k. Tempat dan alat tersedia sesuai dengan perencanaan.

3. Evaluasi Hasil

- a. Beberapa peserta mampu menjawab pertanyaan materi tentang Alat Kontrasepsi KB Hormonal.
- b. Tidak ada peserta yang pergi meninggalkan ruangan penyuluhan.

K. Referensi

Kurniawati, P., & Saudah. (2022). PENTINGNYA ALAT KONTRASEPSI PASANGAN USIA SUBUR(PUS) DIDESA. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)*, 127-132.

- Manuaba. (2015). *Buku Acuan Pelayanan Maternal Neonatal dan Keluarga Berencana*.
- Saifuddin, & AB. (2018). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta
- Sundquist, k. (2020). *Kontrasepsi Apa Yang Terbaik Untuk Anda*. Jakarta: Pustaka.
- Wulandari, L., Abidin, Z., & Widodo, M. D. (2021). IMPLEMENTASI PROGRAM KELUARGA BERENCANA DI PUSKESMAS SIMPANG. *Media Kesmas*, 339-352.
- Zettira, Z., & Nisa, K. (2015). Analisis hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan disfungsi seksual pada wanita. *Jurnal Majority*, 103-108.

L. Lampiran Materi (Lengkap)

METODE KONTRASEPSI HORMONAL

1. Pengertian

Keluarga Berencana (KB) adalah 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. Disebutkan dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 87 Tahun 2014 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, Keluarga Berencana, dan Sistem Informasi Keluarga (Kemenkes RI, 2018).

Keluarga Berencana merupakan upaya peningkatan kepedulian dan peran serta masyarakat melalui pendewasaan usia perkawinan, pengaturan kelahiran, pembinaan ketahanan keluarga, meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak serta meningkatkan kesejahteraan keluarga untuk mewujudkan keluarga kecil, bahagia dan sejahtera untuk mengendalikan pertumbuhan penduduk Indonesia (BKKBN, 2018).

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 87 Tahun 2014 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, Keluarga Berencana, dan Sistem Informasi Keluarga. Upaya pemerintah diantaranya pembangunan keluarga berkualitas yang hidup di lingkungan yang sehat dengan jarak kehamilan normal serta kesehatan ibu hamil (Profil Kesehatan RI, 2019).

2. Macam-Macam Metode Kontrasepsi

A. Metode Amenore Laktasi (MAL) adalah kontrasepsi yang mengandalkan pemberian air susu ibu (ASI). MAL sebagai kontrasepsi bila:

- 1) Menyusui secara penuh
- 2) Belum haid
- 3) Umur bayi kurang dari 6 bulan
Cara kerja: Penundaan/penekanan ovulasi.

Keuntungan kontrasepsi:

- 1) Efektivitas tinggi
- 2) Tidak mengganggu senggama
- 3) Tidak ada efek samping secara sistemik
- 4) Tidak perlu obat atau alat
- 5) Tanpa biaya

Keterbatasan:

- 1) Perlu persiapan sejak perawatan kehamilan agar segera menyusui dalam 30 menit pasca persalinan.
- 2) Tidak melindungi terhadap IMS.

Cara pemakaian:

- 1) Bayi disusui menurut kebutuhan bayi (ngeksel).
- 2) Biarkan bayi menghisap sampai melepaskan sendiri hisapannya.
- 3) Susui bayi anda juga pada malam hari, karena menyusui pada waktu malam membantu mempertahankan kecukupan kebutuhan ASI.
- 4) Bayi terus disusukan walau ibu atau bayi sedang sakit.
- 5) Ketika mendapat haid pertanda ibu sudah subur kembali dan harus segera mulai metode KB lainnya.

B. PIL

Cocok untuk ibu menyusui, tidak menurunkan produksi ASI, dapat digunakan sebagai kontrasepsi darurat. Efek samping: gangguan perdarahan (perdarahan bercak atau perdarahan tidak teratur)

Cara kerja:

- 1) Menekan ovulasi.
- 2) Rahim tidak bisa menerima hasil pembuahan.
- 3) Mengentalkan lendir servik.
- 4) Mengganggu transportasi sperma.

Keuntungan:

- 1) Tidak mengganggu hubungan seksual.
- 2) Tidak mempengaruhi ASI.
- 3) Kesuburan cepat kembali.
- 4) Dapat dihentikan setiap saat.

Keterbatasan:

- 1) Mengganggu siklus haid.
- 2) Peningkatan atau penurunan berat badan.
- 3) Harus digunakan setiap hari dan pada waktu yang sama.
- 4) Bila lupa 1 pil saja kegagalan menjadi lebih besar.
- 5) Payudara menjadi tegang, mual, pusing, jerawat.

Cara pemakaian:

- A. Mulai hari pertama sampai hari kelima siklus haid.
- B. Diminum setiap hari pada saat yang sama.
- C. Bila lupa 1 atau 2 pil minumlah segera pil yang terlupa dan gunakan metode pelindung sampai akhir bulan.
- D. Bila tidak haid, mulailah paket baru 1 hari setelah paket terakhir.

C. Suntik Progestin.

Sangat efektif dan aman. Dapat dipakai oleh semua perempuan dalam usia reproduksi. Kembalinya kesuburan lebih lambat, rata-rata 4 bulan. Cocok untuk masa menyusui, karena tidak menekan produksi ASI.

Cara kerja :

- 1) Mencegah ovulasi.
- 2) Mengentalkan lendir servik.
- 3) Menghambat transportasi sperma.

Keuntungan :

- 1) Sangat efektif
- 2) Tidak berpengaruh pada hubungan suami istri
- 3) Dapat digunakan oleh perempuan usia lebih dari 35 tahun sampai pre menopause
- 4) Tidak mengandung estrogen sehingga tidak berdampak serius terhadap penyakit jantung dan gangguan pembekuan darah

Keterbatasan :

- 1) Gangguan siklus haid.
- 2) Tidak dapat dihentikan sewaktu waktu sebelum suntikan berikutnya.
- 3) Padapenggunaan jangka Panjang dapat menimbulkan kekeringan pada vagina, menurunkan libido, gangguan emosi (jarang), sakit kepala, jerawat.

Cara pemakaian :

- 1) Setiap saat selama siklus haid, asal tidak sedang hamil.
- 2) Mulai hari pertama sampai hari ke tujuh siklus haid.
- 3) Selama 7 hari setelah suntikan pertama tidak boleh melakukan hubungan seksual.
- 4) Kontrasepsi suntikan DMPA diberikan setiap 3 bulan dengan cara disuntik IM dalam didaerah pantat. suntikan diberikan setiap 90 hari.

D. Kontrasepsi IMPLAN

Efektif selama 5 tahun, untuk Norplant, 3 tahun untuk Jadena, Indoplant, dan Implanon.

Dapat dipakai oleh semua perempuan dalam usia reproduksi. Pemasangan dan pencabutan perlu pelatihan. Kesuburan segera kembali setelah implant di cabut. Aman dipakai saat laktasi.

Cara Kerja:

- 1) Lendir serviks menjadi kental
- 2) Mengganggu proses pembentukan endometrium sehingga sulit terjadi implantasi.
- 3) Mengurangi transportasi sperma.

4) Menekan ovulasi

Keuntungan:

- 1) Daya guna tinggi, perlindungan jangka panjang (sampai 5 tahun)
- 2) Pengembalian tingkat kesuburan cepat setelah pencabutan.
- 3) Tidak memerlukan pemeriksaan dalam
- 4) Bebas pengaruh estrogen
- 5) Tidak mengganggu senggama
- 6) Tidak mengganggu produksi ASI
- 7) Dapat dicabut setiap saat sesuai kebutuhan

Keterbatasan:

- 1) Pada kebanyakan klien dapat menyebabkan perubahan pola haid berupa perdarahan bercak (spotting), hipermenorhea, atau meningkatnya jumlah darah haid, serta amenorhea.
- 2) Timbul keluhan-keluhan seperti: nyeri kepala, nyeri dada, perasaan mual, pening/ pusing kepala, peningkatan/ penurunan berat badan.
- 3) Membutuhkan tindak pembedahan minor.

Cara Pemakaian:

- 1) Setiap saat selama siklus haid hari ke-2 sampai hari ke-7, atau 6 minggu sampai 6 bulan pasca persalinan, pasca keguguran.
- 2) Bila klien menggunakan kontrasepsi hormonal atau AKDR dan ingin menggantinya dengan implant, insersi dapat dilakukan setiap saat.
- 3) Daerah pemasangan atau insersi pada lengan kiri atas bagian dalam (sub kutan).
- 4) Daerah insersi harus tetap kering dan bersih selama 48 jam pertama (untuk mencegah infeksi pada luka insisi)
- 5) Balutan penekan tetap ditinggalkan selama 48 jam, sedangkan plester dipertahankan hingga luka sembuh (biasanya 5 hari)
- 6) Setelah lukasembuhdaerahtersebutdapatdisentuhdandicudengan tekanan wajar.
- 7) Bila ditemukan adanya tanda-tanda infeksi seperti demam peradangan, atau bila ada rasa sakit menetap selama beberapa hari, segera kembali ke klinik.

8) Setelah masa pemakaian habis, implan harus segera dilepas.

E. Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR).

Sangat efektif, reversibel, dan berjangka panjang. Haid menjadi lebih lama dan lebih banyak. Pemasangan dan pencabutan memerlukan pelatihan. Dapat dipakai oleh semua perempuan usia reproduksi. Tidak boleh dipakai oleh wanita yang terpapar Infeksi Menular Seksual. Ada beberapa jenis : CuT-380A, NOVA-T, LÍpez Loops.

Cara Kerja :

- 1) Menghambat kemampuan sperma untuk masuk ke tuba fallopi.
- 2) Mempengaruhi fertilitas sebelum ovum mencapai kavum uteri.
- 3) Mencegah sperma dan ovum bertemu atau membuat sperma sulit masuk ke dalam alat reproduksi perempuan dan mengurangi kemampuan sperma untuk fertilisasi
- 4) Memungkinkan untuk mencegah implantasi telur dalam uterus

Keuntungan :

- 1) Efektifitas tinggi (0,6-0,8 kehamilan/ 100 wanita dalam 1 tahun pertama, 1 kegagalan dalam 125-170 kehamilan).
- 2) Metode jangka panjang (10 tahun proteksi dari CuT-380A dan tidak perlu diganti).
- 3) Tidak mempengaruhi hubungan seksual, dan meningkatkan kenyamanan seksual karena tidak perlu takut untuk hamil.
- 4) Tidak mempengaruhi kualitas dan produksi ASI.
- 5) Dapat dipasang segera setelah melahirkan dan sesudah abortus (apabila tidak terjadi infeksi)
- 6) Dapat digunakan sampai menopause (1 tahun atau lebih setelah haid terakhir).
- 7) Tidak ada interaksi dengan obat-obat.

Kerugian :

- 1) Efek samping yang umum terjadi : perubahan siklus haid (umumnya pada 3 bulan pertama dan akan berkurang setelah 3 bulan), haid lebih lama dan banyak, perdarahan spotting antar menstruasi, saat haid lebih sakit.

- 2) Komplikasi lain : merasakan sakit dan kejang selama 3-5 hari setelah pemasangan perforasi dinding uterus, perdarahan berat pada waktu haid yang memungkinkan penyebab anemia.
- 3) Tidak mencegah IMS termasuk HIV/AIDS.
- 4) Tidak baik digunakan pada perempuan dengan IMS atau perempuan yang sering berganti-ganti pasangan.

Cara Pemakaian :

- 1) Setiap waktu dalam siklus haid, dan dipastikan klien tidak hamil.
- 2) Hari pertama sampai ke-7 siklus haid.
- 3) Segera setelah melahirkan (4 minggu pasca persalinan) dan setelah 6 bulan dengan metode MAL.
- 4) Setelah abortus (bila tidak ada gejala infeksi)
- 5) Selama 1-5 hari setelah senggama yang tidak dilindungi
- 6) AKDR dipasang di dalam rahim.
- 7) Kembali memeriksakan diri setelah 4-6 minggu setelah pemasangan.
- 8) Selama bulan pertama pemakaian AKDR, periksa benang secara rutin terutama setelah haid.
- 9) Segera kembali ke klinik apabila: tidak dapat meraba benang AKDR, merasakan bagian yang keras dari AKDR, AKDR terlepas, siklus haid terganggu atau meleset, terjadi pengeluaran cairan vagina yang mencurigakan, adanya infeksi.
- 10) Setelah masa pemakaian habis, AKDR harus segera dilepas.

3. MEKANISME KERJA HORMON

A. Siklus Menstruasi

Umumnya siklus menstruasi terjadi secara periodik setiap 28 hari (ada pula setiap 21 hari dan 30 hari) yaitu sebagai berikut : Pada hari 1 sampai hari ke-14 terjadi pertumbuhan dan perkembangan folikel primer yang dirangsang oleh hormon FSH. Pada saat tersebut sel oosit primer akan membelah dan menghasilkan ovum yang haploid. Saat folikel berkembang menjadi folikel Graaf yang masak, folikel ini juga menghasilkan hormon estrogen yang merangsang keluarnya LH dari hipofisis.

Estrogen yang keluar berfungsi merangsang perbaikan dinding uterus yaitu endometrium yang habis terkelupas waktu menstruasi, selain itu estrogen menghambat pembentukan FSH dan memerintahkan hipofisis menghasilkan LH yang berfungsi merangsang folikel Graaf yang masak untuk mengadakan ovulasi yang terjadi pada hari ke-14, waktu di sekitar terjadinya ovulasi disebut fase estrus. Selain itu, LH merangsang folikel yang telah kosong untuk berubah menjadi badan kuning (Corpus Luteum). Badan kuning menghasilkan hormon progesteron yang berfungsi mempertebal lapisan endometrium yang kaya dengan pembuluh darah untuk mempersiapkan datangnya embrio. Periode ini disebut fase luteal, selain itu progesteron juga berfungsi menghambat pembentukan FSH dan LH, akibatnya korpus luteum mengecil dan menghilang, pembentukan progesteron berhenti sehingga pemberian nutrisi kepada endometrium terhenti, endometrium menjadi mengering dan selanjutnya akan terkelupas dan terjadilah perdarahan (menstruasi) pada hari ke-28. Fase ini disebut fase perdarahan atau fase menstruasi. Oleh karena tidak ada progesteron, maka FSH mulai terbentuk lagi dan terjadilah proses oogenesis kembali.

B. Hormon Estrogen

Estrogen merupakan hormon yang dihasilkan oleh folikel yang matang dan corpus luteum. Hormon ini memiliki organ target dan fungsi pada setiap organ targetnya, yaitu :

- a) Tubuh secara umum adalah Estrogen berfungsi menstimulus perkembangan karakteristik seksual sekunder pada wanita
- b) Uterus
Estrogen berfungsi menstimulus proliferasi sel-sel uterus
- c) Ovaries Estrogen berfungsi dalam pembentukan sel telur (Ovum)
- d) KelenjarMamae (Payudara)

Estrogen berfungsi menstimulus perkembangan saluran kelenjar ASI Sebagai fungsi primer, estrogen meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan rahim, saluran tuba dan vagina. Hormon lain, seperti hormon hipofisis dan progesteron, mereka menyebabkan pembesaran payudara duktal melalui promosi

pertumbuhan, perkembangan stroma dan penambahan lemak. Estrogen juga rumit terlibat dengan hormon lain, khususnya progesteron, dalam proses-proses ovulasi siklus menstruasi dan kehamilan dan mempengaruhi pelepasan gonadotropin hipofisis. Selain mengatur siklus haid, estrogen mempengaruhi saluran reproduksi, saluran kemih, jantung dan pembuluh darah, tulang, payudara, kulit, rambut, selaput lendir, panggul otot dan otak. Karakteristik seksual sekunder, seperti rambut kemaluan dan ketiak juga mulai berkembang saat tingkat estrogen meningkat. Banyak sistem organ, termasuk sistem muskuloskeletal dan kardiovaskular dan otak dipengaruhi oleh estrogen.

Penelitian telah diproyeksikan korelasi antara peningkatan kadar estrogen dan pembekuan darah. Primer ini hormon seks wanita juga diketahui memainkan peranan penting dalam promosi koagulasi atau pembekuan darah. Pembekuan adalah fungsi tubuh alami yang berlimpah mencegah perdarahan dengan pembentukan gumpalan. Proses ini melibatkan sel-sel darah dan fibrin. Ia telah mengamati bahwa peningkatan tingkat estrogen dapat menyebabkan koagulasi abnormal mengakibatkan pembentukan bekuan darah di kaki dan paru-paru. Peningkatan tingkat estrogen bisa dijelaskan faktor-faktor seperti masa kehamilan memanjang sampai 6 minggu setelah kelahiran anak, konsumsi pil KB dan menjalani terapi penggantian hormon setelah menopause. Dari sudut pandang ini, menjadi penting untuk menjaga tingkat hormon seks ini dalam batas-batas sebagai gumpalan darah di paru-paru sering mengakibatkan penyumbatan arteri yang dapat menghambat aliran darah, yang dapat mengakibatkan stroke.

C. Hormon progesteron

Progesteron merupakan hormon yang dihasilkan oleh corpus luteum dan placenta. Hormon ini memiliki organ target dan fungsi pada setiap organ targetnya, yaitu :

- a. Uterus
- b. Memelihara ketebalan endometriu
- c. Menstimulus pelepasan nutrisi
- d. Kel.Mamae(payudara)

Menstimulus perkembangan alveoli dalam memproduksi ASI Progesteron (alami) diproduksi terutama di korpus luteum di ovarium, sebagian diproduksi di kelenjar adrenal, dan pada kehamilan juga diproduksi di plasenta. Progesteron menyebabkan terjadinya proses perubahan sekretorik (fase sekresi) pada endometrium uterus, yang mempersiapkan endometrium uterus berada pada keadaan yang optimal jika terjadi implantasi.

D. Hormon campuran yaitu estrogen dan progesterone

Baik estrogen maupun progesteron adalah hormon wanita. Estrogen merupakan hormon steroid kelamin karena memiliki struktur kimia berintikan steroid dan secara fisiologik sebagian besar diproduksi oleh kelenjar endokrin system reproduksi. Pengaruh kombinasi hormon estrogen dan progesteron dapat

- a. Menekan ovulasi
- b. Mencegah implantasi
- c. Lendir servik mengental sehingga sulit di lalui sperma.
- d. Pergerakan tuba terganggu sehingga transportasi telur dengan sendirinya akan terganggu pula
- e. Mengganggu kualitas dan kwantitas ASI

Keuntungan dan Kerugian/Keterbatasan :

1. Pil

1) Pil Kombinasi:

a. Keuntungan

- a) Tidak mengganggu hubungan sex
- b) Dapat di gunakan jangka panjang
- c) Mudah di hentikan setiap saat
- d) Kesuburan segera kembali setelah penggunaan pil di hentikan
- e) Dapat di gunakan sebagai kontrasepsi darurat

b. Kerugian/keterbatasan

- a) Membosankan karena harus menggunakannya setiap hari
- b) Tidak boleh di berikan pada perempuan yang menyusui
- c) Harus mengingat untuk minum pil

d) Tidak mencegah IMS/HIV, HBV

2) Pil Progestin/Minipil

a. Keuntungan

- a) Tidak mengganggu hub sex
- b) Tidak mempengaruhi ASI
- c) Kesuburan cepat kembali
- d) Nyaman/ mudah di gunakan
- e) Sedikit efek samping
- f) Dapat di hentikan setiap saat
- g) Tidak mengandung estrogen

b. Kerugian/keterbatasan

- a) Harus di gunakan setiap hari pada waktu yang sama
- b) Bila lupa 1 pil saja kegagalan menjadi lebih besar
- c) Efektifitasnya menjadi rendah bila di gumakan bersamaan dengan obat epilepsi/tuberkolosis
- d) Tidak melindungi dari HIV/IMS

3) Kombinasi Menurut Keuntungan dan kerugian suntik meliputi

a. Keuntungan

- a) Tidak berpengaruh terhadap hubungan suami istri
- b) Jangkapanjang
- c) Efeksamping sangat kecil tidak di perlukan px dalam
- d) Klien tidak perlu menyimpan obat suntik

b. Kerugian

- a) Terjadi perubahan pola haid, seperti tidak teratur, perdarahan bercak/spotting atau perdarahan sampai 10 hari
- b) Mual, sakit kepala, nyeri payudara ringan, dan keluhan seperti ini akan hilang setelah suntikan ke 2 atau ke 3
- c) Ketergantungan klien terhadap pelayanan kesehatan. Klien harus Kembali setiap 1 bulan sekali untuk mendapatkan suntikan
- d) Penambahan BB

2. Suntikan

1) Suntik Progestin

a. Keuntungan:

- a) Tidak berpengaruh terhadap hubungan sex
- b) Tidak mengandung estrogen sehingga tidak berdampak serius terhadap penyakit jantung dan gangguan pembekuan darah
- c) Tidak mempengaruhi asi
- d) Efek samping sedikit
- e) Membantu mencegah kanker endometrium dan KET
- f) Mencegah penyebab penyakit radang panggul

b. Kerugian:

- a) Sering ditemukan gangguan haid (Siklus haid yang memendek atau memanjang, Perdarahan yang banyak atau sedikit, Perdarahan tidak teratur atau perdarahan bercak, Amenorhea)
- b) Klien sangat bergantung pada tempat sarana pelayanan kesehatan
- c) Tidak dapat dihentikan sewaktu-waktu sebelum suntikan berikut
- d) Permasalahan berat badan merupakan efek samping tersering
- e) Tidak menjamin perlindungan terhadap penularan infeksi menular seksual terlambatnya kembalinya kesuburan setelah pemakaian dihentikan

3. Implan,

1. Keuntungan Kontrasepsi implant :

- a) Sangat efektif (kegagalan 0,2-1 kehamilan per 100 perempuan)
- b) Perlindungan jangka panjang (sampai 5 tahun)
- c) Pengembalian kesuburan yang cepat setelah pencabutan
- d) Tidak memerlukan pemeriksaan dalam
- e) Tidak mengganggu kegiatan senggama
- f) Tidak mengganggu ASI
- g) Dapat dicabut setiap saat sesuai dengan kebutuhan

2. Kerugian atau keterbatasan implant

- a) Dapat menyebabkan perubahan pola haid berupa perdarahan bercak (Spotting)
- b) Hipermenhorea atau meningkatnya jumlah darah haid, ammenhorea
- c) Tidak memberikan efek protektif terhadap IMS termasuk AIDS, Klien tidak dapat menghentikan sendiri pemakaian kontrasepsi ini dan harus pergi ke klinik atau tenaga medis.

4. IUD

a. Keuntungan

- a) Protektif dengan perlindungan jangka panjang (1 tahun)
- b) Tidak mengganggu hubungan suami istri
- c) Tidak berpengaruh terhadap ASI
- d) Kesuburan segera kembali setelah AKDR di angkat

b. Kerugian/keterbatasan

- a) Di perlukan PD sebelum pemasangan AKDR
- b) Di perlukan tenaga terlatih untuk pemasangan dan pencabutan AKDR
- c) Penggunaan jangka panjang dapat terjadi amenorea
- d) Mahal
- e) Progestin dapat memicu pertumbuhan miom uterus.

M. Lampiran Media (Leaflet, Lembar Balik, Booklet, atau lainnya)



N. Lampiran Kuesioner Evaluasi

kuis pemahaman KB (keluarga berenci

Pertanyaan Jawaban 6 Setelan

6 jawaban [Link ke Spreadsheet](#)

Menerima jawaban

Ringkasan Pertanyaan Individual

Siapa yang telah menjawab?

Email

ratihmuktisasmilla020@gmail.com

fairuz.razzan09@gmail.com

sindyoktavia24@gmail.com

annidalilmauidloh@gmail.com

anida@gmail.com

estro.kaos@gmail.com

Usia

6 jawaban

28

otw 20

18

35 tahun

34

17

kuis pemahaman KB (keluarga berenci

Pertanyaan Jawaban 6 Setelan

17

Nama

6 jawaban

Karina putri

perus

Zanna

Ani

Sari

yanti

Alamat rumah

6 jawaban

Bener Tegalrejo Yogyakarta

jalan benda

Gondang rejo

Jl. Bener No.86

Jl. Bener, No 35

jalan doang jadian kaga

Pemahaman KB(Keluarga Berencana)

Salin

Apa yang dimaksud dengan keluarga berencana?

6 jawaban

