kontrasepsi

Kontrasepsi adalah alat untuk mencegah kehamilan. Kini, telah tersedia berbagai jenis kontrasepsi yang memiliki cara kerja berbeda-beda. Beberapa di antaranya bekerja dengan memengaruhi hormon, namun ada juga yang menghalangi secara fisik proses masuknya sperma ke vagina.

Macam-Macam Alat Kontrasepsi

Alat kontrasepsi terdiri dari beberapa jenis, yang mana masing-masing jenisnya memiliki kelebihan dan kekurangan tersendiri. Selain itu, cara penggunaan dan tingkat efektivitasnya pun berbeda. Karenanya, setiap pasangan perlu memahami dan menentukan jenis kontrasepsi yang paling sesuai.

Berikut adalah masing-masing penjelasan tentang jenis alat kontrasepsi wanita dan pria beserta kekurangan dan kelebihannya.

1. Kondom Pria

Kondom merupakan alat kontrasepsi pria yang banyak dipilih karena cara menggunakannya cukup praktis. Selain mencegah kehamilan, penggunaan kondom juga berguna untuk menurunkan risiko penyebaran penyakit menular seksual. Kondom pria bekerja dengan menghalangi sperma masuk ke vagina.

Kelebihan kondom pria sebagai alat kontrasepsi adalah harganya yang terjangkau, praktis digunakan, serta mudah didapatkan. Penggunaan kondom dengan cara yang benar dapat mencegah kehamilan hingga 98%. Namun, penggunaan yang kurang tepat atau kondisi kondom tidak baik (terdapat robekan atau kebocoran) dapat meningkatkan kegagalan alat kontrasepsi ini. Selain itu, kondom hanya bisa digunakan satu kali.

2. Pil KB

Selain kondom, salah satu alat yang tak kalah diminati sebagai kontrasepsi adalah pil KB. Kontrasepsi ini mengandung hormon progestin dan estrogen yang berperan mencegah terjadinya ovulasi. Pil KB umumnya terdiri dari 21–35 butir dan penggunaannya harus berkelanjutan selama satu siklus.

Pil KB memiliki tingkat efektivitas yang cukup tinggi dengan risiko kegagalan rendah. Mengonsumsi pil KB juga membuat haid semakin lancar. Namun, penggunaan pil KB dapat menimbulkan beberapa efek samping, seperti pembekuan darah, jerawat, nyeri pada payudara, hingga pada beberapa kasus tekanan darah tinggi.

3. KB Implan

Berbeda dengan pil KB, KB implan merupakan alat kontrasepsi yang berukuran kecil dan tampak seperti batang korek api. KB implan dapat mencegah kehamilan selama tiga tahun dengan cara mengeluarkan hormon progestin secara perlahan.

Cara penggunaan KB implan sebagai kontrasepsi adalah dengan memasukkan alat ini ke bagian bawah kulit, umumnya di lengan bagian atas. Di balik efektivitasnya yang cukup tinggi, penggunaan alat ini diketahui dapat menyebabkan siklus menstruasi tidak teratur serta menimbulkan memar pada kulit saat baru dilakukan pemasangan implan.

4. Suntik KB

Cara kerja suntik KB hampir sama dengan pil KB, hanya saja cara penggunaannya berbeda. Bagi wanita yang tidak suka minum obat setiap hari, maka suntik KB bisa menjadi alternatifnya. Berdasarkan periode penggunaannya, suntik KB terbagi menjadi dua yaitu 1 bulan dan 3 bulan.

Kelebihan suntik KB sebagai alat kontrasepsi adalah penggunaannya lebih praktis dengan risiko kegagalan di bawah 1% jika digunakan dengan tepat. Di sisi lain, suntik KB dapat menyebabkan siklus menstruasi tidak teratur dan efek samping seperti keluarnya bercak darah.

5. IUD

IUD (Intra-Uterine Device) atau yang dikenal juga dengan KB spiral adalah alat kontrasepsi wanita yang bisa bekerja selama 5–10 tahun. Alat berbentuk T ini memiliki dua jenis, yaitu IUD hormonal (berisi hormon progestin) dan IUD nonhormonal (terbuat dari tembaga).

IUD memiliki kelebihan bisa bertahan lama di dalam rahim, namun posisinya bisa bergeser dan menyebabkan rasa tidak nyaman pada rahim atau saat berhubungan intim. IUD juga berpotensi menimbulkan kram dan meningkatkan volume darah saat menstruasi.

6. MOW

Kontrasepsi mantap pada wanita atau MOW (Metoda Operasi Wanita) atau tubektomi, yaitu tindakan pengikatan dan pemotongan saluran telur agar sel telur tidak dapat dibuahi oleh sperma.

Efek samping jangka panjang dari prosedur tubektomi antara lain:

seorang wanita menjadi steril (tidak bisa hamil lagi)

bila kehamilan terjadi (karena sel telur bertemu dengan sperma di luar tuba fallopi) maka akan terjadi kehamilan ektopik

Perdarahan yang sangat banyak disertai dengan nyeri di pinggul saat menstruasi yang anda alami kemungkinan besar bukan merupakan efek dari tubektomi yang pernah anda lakukan. Bila anda mengalami menstruasi dalam jumlah sangat banyak kemungkinan anda mengalami kondisi yang disebut dengan menorrhagia. Menorrhagia adalah perdarahan menstruasi yang jumlahnya sangat banyak atau lamanya menstruasi lebih dari 7 hari.

7. MOP

Vasektomi adalah proses operasi pemotongan vas deferens (saluran berbentuk tabung kecil di dalam skrotum yang membawa sperma dari testikel menuju penis). Metode KB pria ini juga dikenal dengan istilah sterilisasi. Vasektomi bertujuan untuk mencegah pembuahan dan kehamilan karena tertutupnya akses sperma menuju air mani. Vasektomi adalah metode kontrasepsi yang bersifat permanen, tapi tidak akan memengaruhi kemampuan laki-laki dalam ejakulasi dan orgasme.

Seberapa ampuh vasektomi dalam mencegah kehamilan?

Vasektomi adalah salah satu jenis kontrasepsi yang paling efektif dengan tingkat keberhasilan mencapai 99 persen. Artinya, hanya kurang dari 1 di antara 100 orang wanita yang hamil setelah satu tahun pria menjalani prosedur vasektomi.

Setelah 8-16 minggu melakukan vasektomi, laki-laki direkomendasikan untuk melakukan tes lanjutan untuk memastikan tidak ada sperma yang tersisa di kepala penis. Selain itu, pada beberapa kasus, saluran vas deferens bisa terhubung kembali secara tidak terduga. Namun, ini jarang terjadi.

ALAT KONTASEPSI

D

I

S

U

S

U

N

OLEH :

NAMA: NUR AZIZAH

JABATAN: PKB

KEC: PANYABUNGAN TIMUR

DINAS PENGENDALIAN PENDUDUK KELUARGA BERENCANA KABUPATEN MANDAILING NATAL TAHUN 2023