

KENALI KONTRASEPSI LAWAN MITOSNYA

"Jangan Takut Ber-KB, Yuk Cari Tahu Faktanya!"



APA ITU KONTRASEPSI ?

Kontrasepsi adalah cara atau alat yang digunakan dengan tujuan untuk mencegah terjadinya kehamilan.



Pil KB



IUD



Suntik KB



Kondom








Implan



MOW/MOP

**“PILIHAN KB BERAGAM,
SESUAIKAN DENGAN KEBUTUHANMU!”**

Tujuan

-  Mengatur jarak kelahiran
-  Menjaga kesehatan ibu dan anak
-  Mencegah kehamilan berisiko
-  Mewujudkan keluarga yang sejahtera
-  Membantu perencanaan masa depan keluarga



MANFAAT PENGGUNAAN KONTRASEPSI



Bagi Ibu:

- Menjaga kesehatan reproduksi
- Mengurangi risiko kehamilan berisiko
- Memberikan waktu pemulihan setelah melahirkan



Bagi Anak

- Mendapat perhatian dan pengasuhan optimal
- Mendukung tumbuh kembang anak



Bagi Keluarga

- Membantu perencanaan ekonomi keluarga
- Meningkatkan kesejahteraan keluarga





KONTRASEPSI WANITA



Pil KB

PIL KB adalah kontrasepsi berupa tablet yang diminum setiap hari untuk mencegah kehamilan



Cara Kerja

Pil diminum setiap hari



Kelebihan

Mudah digunakan, siklus haid lebih teratur



Kekurangan

Harus diminum setiap hari pada waktu yang sama



Efek Samping

Mual, sakit kepala, perubahan mood, dan bercak darah diawal pemakaian



Mitos & Fakta



Mitos : "Pil KB bikin gemuk."

Fakta : "Perubahan berat badan bervariasi dan tidak selalu disebabkan oleh pil KB".



Suntik KB

SUNTIK KB adalah kontrasepsi berupa suntikan hormon yang diberikan secara berkala untuk mencegah kehamilan

Cara Kerja



Hormon disuntikkan setiap 1 atau 3 bulan untuk mencegah ovulasi

Kelebihan



Praktis, tidak perlu diminum setiap hari, cocok untuk ibu menyusui



Kekurangan



Harus datang ke faskes secara rutin, dapat menyebabkan perubahan siklus haid



Efek Samping



Perubahan pola haid, kenaikan berat badan, sakit kepala, dan perubahan mood



Mitos & Fakta



Mitos : "Suntik KB bikin mandul."

Fakta : "Kesuburan akan kembali setelah berhenti menggunakan suntik KB."



Implan / Susuk KB

IMPLAN adalah alat kontrasepsi berbentuk batang kecil yang ditanam di bawah kulit lengan atas untuk mencegah kehamilan



Cara Kerja



Melepaskan hormon progesterin secara perlahan untuk mencegah ovulasi

Kelebihan



Efektif hingga 3 tahun, praktis, cocok untuk ibu menyusui

Kekurangan



Harus dipasang & dilepas oleh tenaga kesehatan, bisa memengaruhi siklus haid

Efek Samping



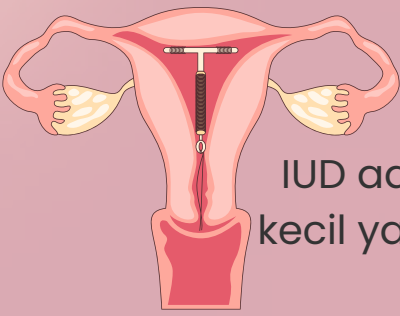
Perubahan pola haid, sakit kepala, perubahan berat badan, jerawat

Mitos & Fakta



Mitos : "Implan bisa hilang di dalam tubuh."

Fakta : "Implan tetap di tempatnya dan bisa diraba di bawah kulit lengan".



IUD / Spiral

IUD adalah alat kontrasepsi berbentuk T kecil yang dipasang di dalam rahim untuk mencegah kehamilan

Cara Kerja



Mencegah sperma bertemu sel telur dan mengubah lapisan rahim

Kelebihan



Efektif hingga 5-10 tahun, praktis, tidak mengganggu ASI

Kekurangan



Harus dipasang & dilepas oleh tenaga kesehatan, bisa menyebabkan kram

Efek Samping



Nyeri saat pemasangan, perubahan pola haid, kram perut

Mitos & Fakta

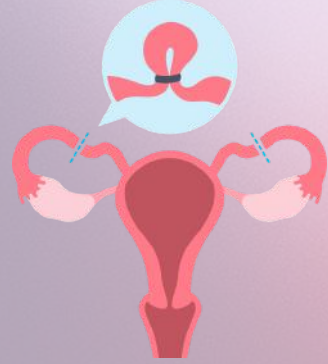


Mitos : "IUD bisa berpindah ke organ lain."

Fakta : "IUD tetap di rahim dan aman digunakan jangka panjang"

Tubektomi (MOW)

Tubektomi adalah prosedur sterilisasi permanen pada wanita dengan mengikat atau memotong saluran tuba



Cara Kerja



Memotong/mengikat saluran tuba sehingga sel telur tidak bisa bertemu sperma

Kelebihan



Permanen, sangat efektif (99,5%), tidak perlu kontrol rutin

Kekurangan



Bersifat permanen (sulit dikembalikan), memerlukan prosedur bedah

Efek Samping



Nyeri pasca operasi, risiko infeksi, reaksi terhadap anestesi

Mitos & Fakta



Mitos : "Tubektomi membuat wanita cepat tua."

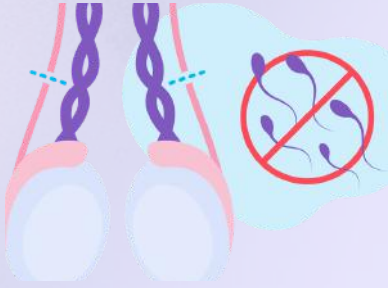
Fakta : "Tubektomi tidak mempengaruhi hormon atau proses penuaan"



KONTRASEPSI PRIA



Vasektomi (MOP)



Metode kontrasepsi permanen pada pria dengan memotong atau mengikat saluran vas deferens agar sperma tidak keluar

Cara Kerja



Memotong/mengikat vas deferens sehingga sperma tidak bisa keluar saat ejakulasi

Kelebihan



Permanen, sangat efektif (99,85%), prosedur singkat, tidak mempengaruhi hormon

Kekurangan



Bersifat permanen (sulit dikembalikan), membutuhkan tindakan medis

Efek Samping



Nyeri/bengkak pasca operasi, risiko infeksi ringan

Mitos & Fakta

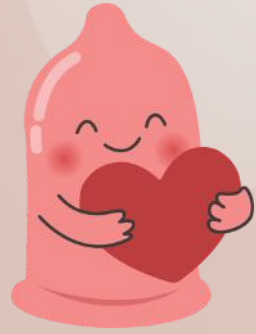


Mitos : "Vasektomi membuat pria tidak jantan."

Fakta : "Vasektomi tidak mempengaruhi hormon atau kemampuan seksual"

Kondom

Selubung tipis dari lateks yang dipakai pada penis saat berhubungan untuk mencegah sperma masuk ke rahim dan mencegah infeksi menular seksual (IMS)



Cara Kerja



Menghalangi sperma agar tidak bertemu sel telur

Kelebihan



Mudah didapat, murah, melindungi dari IMS, tanpa efek hormonal, bisa dipakai kapan saja

Kekurangan



Bisa robek/bocor jika tidak dipakai dengan benar, mengurangi sensasi bagi sebagian orang

Efek Samping



Alergi lateks pada sebagian orang (bisa gunakan kondom non-lateks)

Mitos & Fakta



Mitos : "Kondom mengurangi kenikmatan."

Fakta : "Kondom tipis modern hampir tidak terasa dan melindungi dari IMS"

KB BUKAN HANYA UNTUK WANITA

KB adalah tanggung jawab bersama antara suami dan istri. Dukungan pasangan sangat penting dalam:

- ✓ Memilih kontrasepsi
- ✓ Mendukung kesehatan reproduksi
- ✓ Membangun keluarga berkualitas



TIPS MEMILIH KONTRASEPSI

Sebelum memilih kontrasepsi:

- ✓ Konsultasikan dengan tenaga kesehatan
- ✓ Cari informasi dari sumber terpercaya
- ✓ Sesuaikan dengan kondisi kesehatan
- ✓ Diskusikan bersama pasangan

Hindari:

- ✗ Percaya informasi yang belum jelas
- ✗ Takut karena mitos di media sosial
- ✗ Menggunakan informasi tanpa konsultasi

**“CARI TAHU FAKTANYA,
BUKAN SEKEDAR KATANYA!”**



Pentingnya Memilih Kontrasepsi yang Tepat

Setiap orang memiliki kebutuhan yang berbeda. Kontrasepsi yang tepat harus disesuaikan dengan:

- 1 **Usia & kondisi kesehatan**
- 2 **Jumlah anak yang diinginkan**
- 3 **Efek samping yang bisa ditoleransi**
- 4 **Rencana kehamilan**
- 5 **Persetujuan bersama pasangan**



Konsultasikan dengan bidan atau dokter untuk menemukan metode yang paling sesuai dengan kebutuhan Anda.



YUK LAWAN MITOS KB!

❌ Mitos bisa membuat masyarakat takut menggunakan kontrasepsi.

📣 Mari sebarkan informasi yang benar dan edukatif agar masyarakat lebih memahami manfaat KB.

Ayo Mulai dari Sekarang !

- ✓ Berani bertanya
- ✓ Mau mencari informasi yang benar
- ✓ Mendukung program KB
- ✓ Membagikan edukasi positif




Kenali Kontrasepsi

Rencanakan Masa Depan Keluarga



Punya pertanyaan seputar alat kontrasepsi?
Jangan ragu untuk menghubungi kami!

 **Hubungi PLKB : Evi (085196532886)**

Kami siap membantu Anda merencanakan keluarga sehat

TENTANG PENERBIT

Flipbook ini disusun sebagai media edukasi tentang Keluarga Berencana (KB) dan alat kontrasepsi untuk masyarakat.

Penyusun

Evi Noviyanti

Diterbitkan oleh

Petugas Lapangan Keluarga Berencana
Suku Dinas PPAPP Jakarta Pusat

Tahun Terbit

2026

Kontak

 085196532886 (Evi)

Flipbook ini dibuat untuk kepentingan edukasi dan tidak diperjualbelikan.