



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS ANDALAS
FAKULTAS KEDOKTERAN**

Kampus Universitas Andalas Limau Manis Padang, Sumatera Barat 25163
Telepon : +62 751 31746, Fax. : +62 751 32838, Dekan : +62 751 39844

KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS

Nomor : *274* /UN16.02.D/PP/PSPPB/2022

TENTANG

**PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT
"EDUKASI KELUARGA BERENCANA"**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN FAKULTAS KEDOKTERTAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

DEKAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS

- Menimbang** : a. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat "Edukasi Keluarga Berencana" tanggal 26 Januari 2022.
b. Untuk Kelancaran kegiatan pengabdian masyarakat maka perlu ditunjuk pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat dengan suatu surat keputusan Dekan.
- Mengingat** : 1. Undang – undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistim Pendidikan Nasional;
2. Undang – undang nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen;
3. Undang – undang nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi;
4. Undang – undang nomor 5 Tahun 2014 tentang Aparatur Sipil Negara;
5. Peraturan Pemerintah nomor 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
6. Peraturan Pemerintah No. 95 Tahun 2021 tentang Perguruan Tinggi Negeri Badan Hukum Universitas Andalas;
7. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 47 Tahun 2013 tentang Statuta Universitas Andalas;
8. Peraturan Menteri Keuangan RI no 190/PMK.05/2012 tentang tata cara pembayaran dalam pelaksanaan pendapatan dan belanja Negara;
9. Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor: 134151/MPK/RHS/KP tanggal 22 November 2019 tentang pemberhentian dan pengangkatan Rektor Universitas Andalas periode 2019-2023;
10. Keputusan Rektor Universitas Andalas No. 257/UN16.R/KPT/2021 tentang Pemberhentian dan Pengangkatan Dekan Fakultas Pertanian dan Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Periode 2021 – 2025;
11. Surat Pengesahan RKAT Universitas Andalas Tahun Anggaran 2022 Nomor : 04/UN.16/mwa.PTN-BH/2021 tanggal 14 Desember 2021;

MEMUTUSKAN :

- MENETAPKAN : PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT EDUKASI KELUARGA BERENCANA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS
- Kesatu : Mengangkat nama yang tersebut pada lampiran surat keputusan ini sebagai Pelaksana Pengabdian Masyarakat Edukasi Keluarga Berencana Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- Kedua : Dalam melaksanakan tugasnya sebagai Pelaksana Pengabdian Masyarakat bertanggung jawab kepada Dekan.
- Ketiga : Segala biaya yang ditimbulkan dengan diterbitkannya Surat Keputusan ini dibebankan kepada dana RKAT Universitas Andalas.
- Keempat : Surat Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dengan ketentuan apabila dikemudian hari terdapat kekeliruan dalam penetapan ini akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di Padang

Pada tanggal 22 Juni 2022

DEKAN FAKULTAS KEDOKTERAN,



ARRIWARDI

NIP 196704211997021001

LAMPIRAN
KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
NOMOR : 22/4 /UN16.2.D/PP/PSPPB/2022
TANGGAL : 22 JUNI 2022
TENTANG
PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN
MASYARAKAT EDUKASI KELUARGA
BERENCANA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
PROFESI BIDAN FAKULTAS KEDOKTERTAN
UNIVERSITAS ANDALAS

No	Nama	Jabatan
1	Henni Fitria, S.ST., M.Keb	Ketua
2	Yulizawati, S.ST., M.Keb	Anggota
3	Aldina Ayunda Insani, Bd, M.Keb	Anggota
4	Miranie Safaringa, SST, M.Keb	Anggota
5	Feri Anita Wijayanti, Bd., M.Mid	Anggota
6	Selly Widianti	Anggota
7	Vania Dominica D	Anggota
8	Radilla Safitri	Anggota
9	Dwi Riska Putri	Anggota
10	Frisna Dwika M	Anggota
11	Fitriani Maissy I	Anggota

Ditetapkan di Padang
pada tanggal 22 Juni 2022
DEKAN FAKULTAS KEDOKTERAN,

AFRIWARDI
NIP 196704211997021001

**LAPORAN KEGIATAN PELAKSANAAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

**“PERAN BIDAN KOMUNITAS MENUJU MASYARAKAT SEHAT, DENGAN
PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT”
KEGIATAN : KIE KELUARGA BERENCANA**



Ketua Pelaksana :

Henni Fitria, S.ST., M.Keb

Anggota :

Yulizawati, S.ST., M.Keb

Aldina Ayunda Insani, Bd, M.Keb

Miranie Safaringa, SST, M.Keb

Feri Anita Wijayanti, Bd., M.Mid

Selly Widiанти (2040322017)

Vania Dominica D (20240322018)

Radilla Safitri (20240322019)

Dwi Riska Putri (20240322020)

Frisna Dwika M (20240322021)

Fitriani Maissy I (20240322022)

**PROGRAM STUDI
S1 KEBIDANAN DAN PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS
TAHUN 2022**

**LAPORAN KEGIATAN PELAKSANAAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

1	Nama Kegiatan	Pengabdian Kepada Masyarakat “Peran Bidan Komunitas Menuju Masyarakat Sehat, Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat”. Kegiatan : KIE Keluarga Berencana
2	Tempat Kegiatan	Mushalla Nurul Hidayah Kelurahan Lambung Bukik Kecamatan Pauh Kota Padang.
3	Lama Kegiatan	1 hari (26 Januari 2022)
4	Ketua	Henni Fitria, S.ST., M.Keb
5	Anggota	Yulizawati, S.ST., M.Keb Aldina Ayunda Insani, Bd, M.Keb Miranie Safaringa, SST, M.Keb Feri Anita Wijayanti, Bd., M.Mid Selly Widianti (2040322017) Vania Dominica D (20240322018) Radilla Safitri (20240322019) Dwi Riska Putri (20240322020) Frisna Dwika M (20240322021) Fitriani Maissy I (20240322022)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Bidan
Fakultas Kedokteran Unand



Rafika Oktova, SST, M.Keb
NIP. 198410122019032011

Padang, 20 Maret 2022

Ketua Pelaksana,

Henni Fitria, S.ST., M.Keb

BAB I

PENDAHULUAN

Prodi S1 Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas memiliki program pengabdian kepada masyarakat yang diselenggarakan oleh dosen sesuai dengan Visi dan Misi Universitas. Dalam program ini, kami melaksanakan kegiatan pengabdian dengan judul kegiatan “Peran Bidan Komunitas Menuju Masyarakat Sehat, Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat”.

Berdasarkan hasil pendataan yang telah dilakukan terhadap lokasi pelaksanaan kegiatan pada RT 02 RW 02 dan RT 01 RW 04 Kelurahan Lambung Bukit Kecamatan Pauh, ditemukan masih banyaknya pasangan usia subur yang tidak ingin mempunyai anak lagi tetapi tidak menggunakan alat kontrasepsi. Pada RT 02 RW 02 ditemukan sebanyak 23 pasangan usia subur (77 %) tidak menggunakan alat kontrasepsi, sedangkan data pada RT 01 RW 04 ditemukan sebanyak 30 pasangan usia subur (75%) tidak menggunakan alat kontrasepsi. Alasan pasangan usia subur tidak menggunakan KB bervariasi yaitu ada yang menyatakan tidak tahu, tidak cocok ber KB dan juga tidak diizinkan suami.

Berdasarkan hasil pengumpulan data di RT 2 RW 02 Kelurahan Lambung Bukit, didapatkan jumlah penduduk 301 penduduk dengan jumlah kepala keluarga sebanyak 75 orang. Berdasarkan kelompok umur, sebagian besar penduduk Kelurahan Lambung Bukit RT 02 RW 02 berada pada rentang usia 16-45 tahun yaitu 164 penduduk (54%), ini berarti sebagian besar penduduk berada pada kelompok usia muda/dewasa. Berdasarkan pendidikan terakhir, sebagian besar masyarakat Lambung Bukit RT 02 RW 02 memiliki latar pendidikan SD, yaitu 94 penduduk (31%).

Dengan diadakannya kegiatan ini diharapkan masalah yang ditemukan pada masyarakat RT 02 RW 02 dan RT 01 RW 04 Kelurahan Lambung Bukit Kecamatan Pauh dapat dipecahkan melalui tindakan yang bersifat promotif dan preventif sesuai dengan pendekatan family oriented.

Letak Geografis :



BAB II

PELAKSANAAN KEGIATAN

2.1 Bentuk Kegiatan

Kegiatan yang digelar dalam Pengabdian Masyarakat ini berupa kegiatan penyuluhan Keluarga Berencana yang ditujukan kepada Pasangan Usia Subur (PUS) di Kelurahan Lambung Bukit. Kegiatan dilaksanakan pada hari rabu, 26 Januari 2022 bertempat di Mushalla Nurul Hidayah Kelurahan Lambung Bukik Kecamatan Pauh Kota Padang.

Kepada PUS tersebut dilakukan pemberian KIE mengenai KB dimana dalam Keluarga Berencana, dikenal adanya istilah Kontrasepsi yaitu pencegahan pertemuan antara sel telur yang matang dan sel sperma yang mengakibatkan kehamilan. Beberapa hal yang ditekankan dalam pemberian KIE KB adalah pentingnya penggunaan kontrasepsi bagi pasangan usia subur diantaranya :

1. Manfaat penggunaan kontrasepsi
2. Siapa saja yang harus menggunakan kontrasepsi
3. Macam-macam metode kontrasepsi
4. Efektivitas masing-masing kontrasepsi
5. Efek samping kontrasepsi

2.2 Sasaran

Sasaran adalah pasangan usia subur yang ada di kelurahan Lambung Bukit Kecamatan Pauh, Kota Padang.

Kegiatan dihadiri oleh 20 orang`peserta, kegiatan ini melibatkan 19 orang mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Bidan, Dosen Prodi S1 Kebidanan, Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, Preseptor dari Puskesmas Pauh, dan Bapak/Ibu petugas dari Kelurahan dan kader kesehatan kelurahan Lambung Bukik Kecamatan Pauh.

2.3 Output dan Outcome

Output yang didapat dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diantaranya adalah :

1. Pasangan Usia Subur diberikan pendidikan kesehatan (penyuluhan) mengenai pentingnya penggunaan kontrasepsi.

2. Dari hasil penyuluhan, PUS memahami mengenai isi materi yang telah disampaikan.
3. Banyak ibu yang berkonsultasi terkait permasalahan KB yang dialaminya.

Sedangkan outcome yang didapatkan diantaranya adalah :

1. Dengan adanya program pengabdian masyarakat yang berupa penyuluhan Keluarga Berencana diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan PUS tentang manfaat penggunaan kontrasepsi, siapa saja yang harus menggunakan kontrasepsi, metode kontrasepsi, efektivitas masing-masing kontrasepsi, serta efek samping kontrasepsi.
2. Lebih jauh, diharapkan kegiatan-kegiatan serupa dapat berdampak pada peningkatan kesadaran masyarakat Kelurahan Lambung Bukik khususnya pada PUS agar ikut berpartisipasi dalam program KB.

2.4 Rekomendasi Tindak Lanjut

Berdasarkan evaluasi dan monitoring yang dilakukan maka rekomendasi yang diajukan bagi kegiatan ini adalah agar kegiatan serupa seharusnya dilaksanakan secara kontinyu untuk meningkatkan pengetahuan dan keaktifan PUS dalam program KB. Kegiatan dapat berupa penyuluhan secara berkelanjutan kepada PUS yang ada di kelurahan Lambung Bukik.

BAB III

PENUTUP

3.1. Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini berupa kegiatan penyuluhan Keluarga Berencana yang ditujukan kepada Pasangan Usia Subur (PUS) di Kelurahan Lambung Bukit. Kegiatan telah dilaksanakan pada hari rabu, 26 Januari 2022 bertempat di Mushalla Nurul Hidayah Kelurahan Lambung Bukik Kecamatan Pauh Kota Padang dan terselenggara dengan baik.

3.2. Saran

Kegiatan pengabdian seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda dengan sasaran masyarakat yang benar-benar membutuhkan pelayanan kesehatan terutama mengenai keluarga berencana.

Lampiran

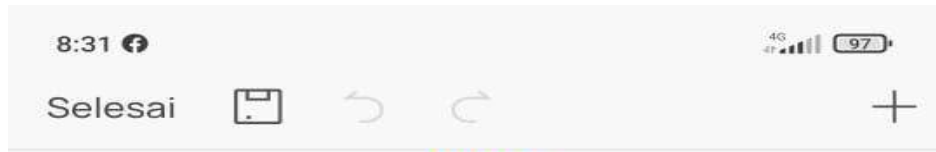
Dokumentasi Kegiatan





Lampiran 2

Dokumentasi Publikasi



Halian

Vaksinasi Anak Hadirkan Badut

PADANG, HALIAN — Badut-badut Polio, Palang, orang-orang lain yang hadir dalam acara vaksinasi massal Covid-19 yang akan dilaksanakan di Taman Al-Salam, Padang, dan Taman Sejahtera, Kecamatan Padang Utara pada Sabtu (17/1/2022).

Badut-badut Polio, Palang, dan orang-orang lain yang hadir dalam acara vaksinasi massal Covid-19 yang akan dilaksanakan di Taman Al-Salam, Padang, dan Taman Sejahtera, Kecamatan Padang Utara pada Sabtu (17/1/2022).



PERHENTIAN PKL — Sejumlah pedagang Satpol PP menahan pedagang di kawasan Air Mancur Pasar Raya Padang, Sabtu (16/1). Perhentian tersebut dilakukan untuk koordinasi dan pengendalian sosial agar tidak terjadi dua hal di satu lokasi.

PENERTIBAN PKL DI AIR MANCUR

Pedagang Siramkan Minyak Panas ke Satpol PP

PADANG, HALIAN — Sejumlah Pedagang di Jalan Lintas PKL di kawasan Air Mancur Pasar Raya Padang, Sabtu (16/1) menahan beberapa personel Satpol PP yang melakukan penertiban. Salah satu pedagang siramkan minyak panas ke Satpol PP.

Sejumlah pedagang di kawasan Air Mancur Pasar Raya Padang, Sabtu (16/1) menahan beberapa personel Satpol PP yang melakukan penertiban. Salah satu pedagang siramkan minyak panas ke Satpol PP.

"Saya akan dibarengi dan dituntut untuk menandatangani surat pernyataan bahwa saya akan pindah ke lokasi lain," kata pedagang di kawasan Air Mancur Pasar Raya Padang, Sabtu (16/1). Pedagang tersebut menyalakan minyak panas ke Satpol PP yang melakukan penertiban. Pedagang tersebut menyalakan minyak panas ke Satpol PP yang melakukan penertiban.



Kebidanan Unand Sosialisasikan KB untuk PUS

PADANG, HALIAN — Organisasi Sosial (OS) Unand Sosialisasikan KB untuk PUS. Unand Sosialisasikan KB untuk PUS. Unand Sosialisasikan KB untuk PUS.

Organisasi Sosial (OS) Unand Sosialisasikan KB untuk PUS. Unand Sosialisasikan KB untuk PUS. Unand Sosialisasikan KB untuk PUS.

Unand Sosialisasikan KB untuk PUS. Unand Sosialisasikan KB untuk PUS. Unand Sosialisasikan KB untuk PUS. Unand Sosialisasikan KB untuk PUS.

Unand Sosialisasikan KB untuk PUS. Unand Sosialisasikan KB untuk PUS. Unand Sosialisasikan KB untuk PUS. Unand Sosialisasikan KB untuk PUS.

Keluarga Besar
Harim Umum

Halian

Mengucapkan Selamat
Atas Pengukuhan

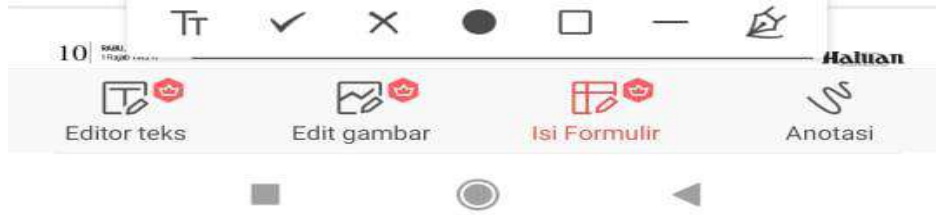
**Dr. H. Fauzi Bahar, M.Si
Ketua LKAAM Sumbar**

Sebagai
Ketua LKAAM Sumbar
Periode 2022 - 2026

Perkuat Hari Senin, 30 Januari 2022

"Semoga sukses mengemban amanah."

Tertanda,
Zul Effendi
Pemimpin Umum



Lampiran 3

Satuan Acara Konseling

SATUAN ACARA KONSELING (SAK)

KELUARGA BERENCANA

I. IDENTIFIKASI MASALAH

Kesejahteraan masyarakat juga merupakan salah satu bagian dari tujuan terbentuknya Negara Indonesia sebagaimana yang tercantum dalam alinea IV Pembukaan Undang – Undang Dasar 1945. Kesadaran pembangunan berwawasan kependudukan dilandasi oleh permasalahan kependudukan (demografi) yang cukup mendasar di Indonesia. Permasalahan kependudukan di Indonesia adalah jumlah penduduk yang besar dan laju pertumbuhan penduduk yang masih tinggi (Susanto et al, 2020) . Masalah kependudukan ini masih berdampak kepada bidang sosial, ekonomi, politik dan pertahanan dan keamanan.

Penerapan KB dalam masyarakat diharapkan mampu meningkatkan kesejahteraan keluarga melalui pengaturan jumlah anak sehingga seluruh kebutuhan keluarga dapat terpenuhi. Program KB telah diyakini telah berkontribusi terhadap penurunan tingkat kelahiran, yang selanjutnya mengakibatkan penurunan jumlah pertumbuhan penduduk. Akses terhadap informasi dan pelayanan KB dianggap penting. Dalam upaya pencapaian tujuan SDG's, terutama tujuan penurunan kemiskinan dan penurunan tingkat kematian ibu dan anak usia balita

II. PENGANTAR

Topic	: Keluarga Berencana
Sasaran	: PUS Kelurahan Lambung Bukit
Hari/tanggal	: Rabu, 26 Januari 2022
Jam	: 09.00 WIB s/d selesai
Waktu	: 5 menit/KK
Tempat	: Mushalla Nurul Hidayah, Kel. Lambung Bukit

III. TUJUAN UMUM

Setelah mengikuti kegiatan konseling diharapkan pasangan usia subur dapat mengerti tentang Keluarga Berencana.

IV. TUJUAN KHUSUS

Setelah mengikuti konseling pus dapat menjelaskan kembali:

1. Pengertian Keluarga Berencana
2. Tujuan dan Manfaat KB
3. Jenis-jenis dan kelebihan serta kekurangan KB

V. KOMUNIKATOR

Mahasiswa Program Studi Profesi Bidan FK UNAND

VI. MATERI

Terlampir (KB)

VII. METODE

1. Ceramah
2. Tanya jawab

VIII. MEDIA

1. Poster
2. Leaflet

IX. KEGIATAN KONSELING

No.	Waktu	Kegiatan Konseling	Kegiatan peserta
1	1 menit	Pembukaan: <ul style="list-style-type: none">- Memberi salam- Menjelaskan tujuan pembelajaran- Menyebutkan materi	<ul style="list-style-type: none">- Menjawab salam- Mendengarkan dan memperhatikan

2	3 menit	Pelaksanaan: – Menjelaskan materi konseling secara berurutan dan teratur 1. Pengertian KB 2. Tujuan dan Manfaat KB 3. Jenis-jenis dan kelebihan dan kekurangan KB	– Menyimak dan memperhatikan
3	1 menit	Evaluasi : 1. Memberikan kesempatan pada keluarga untuk bertanya. 2. Menanyakan kembali pada keluarga tentang materi yang telah diberikan.	Bertanya dan menjawab pertanyaan
4	1 menit	Penutup : Mengucapkan terimakasih dan mengucapkan salam	Menjawab salam

X. EVALUASI

Pertanyaan :

1. Apa itu KB?
 - a. Tahu, jelaskan :
 - b. Tidak tahu
2. Tujuan dan Manfaat KB?
 - a. Tahu, jelaskan :
 - b. Tidak tahu
3. Apa saja jenis dan kelebihan dan kekurangan jenis KB
 - a. Tahu, jelaskan :
.....
 - b. Tidak tahu

XI. LAMPIRAN

EFEKTIF ATAU TIDAK?

SANGAT EFEKTIF

IMPLANT IUD
STERILISASI

1 dari 100 Wanita

EFEKTIF

INJEKSI PIL
LAKTASI

6-9 dari 100 Wanita

KURANG EFEKTIF

KONDOM
KALENDER

12-24 dari 100 Wanita

Pertanyaan yang Sering Muncul

T : Apakah kontrasepsi menyebabkan seseorang tak bisa punya anak selamanya?

J : TIDAK. Hanya metode ligasi tuba dan vasektomi saja yang menyebabkan tidak bisa punya anak selamanya.

T : Apakah kontrasepsi dapat menyebabkan kanker atau kelahiran cacat?

J : Kontrasepsi tidak menyebabkan kanker maupun kelahiran cacat.

T : Apakah kontrasepsi menyebabkan penambahan berat badan?

J : Beberapa wanita dapat mengalami perubahan berat badan bila menggunakan kontrasepsi hormonal. Namun perubahannya biasanya kecil.

Dengan kontrasepsi, keluarga akan menjadi lebih sehat dan bahagia. Jadi, jangan ragu lagi untuk menggunakan Kontrasepsi.

SEHAT DAN BAHAGIA DENGAN KONTRASEPSI

Memilih Kontrasepsi

Tahukah Anda....

- SEKITAR 222 JUTA WANITA DI SELURUH DUNIA BELUM TERPENUHI KEBUTUHANNYA AKAN KONTRASEPSI YANG EFEKTIF
- WANITA YANG MEMPUNYAI ANAK LEBIH DARI 4 DAPAT MENINGKATKAN RISIKO KEMATIAN IBU
- ANAK DENGAN JARAK 3-5 TAHUN MEMPUNYAI 2X KEMUNGKINAN DAPAT BERTAHAN HINGGA USIA 5 TAHUN, DIBANDINGKAN DENGAN ANAK YANG HANYA BERJARAK 2 TAHUN
- 1 DARI 3 KEMATIAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEHAMILAN DAN KELAHIRAN, DAPAT DICEGAH DENGAN KONTRASEPSI

Mengapa perlu menggunakan kontrasepsi...?

Kontrasepsi merupakan metode dalam pencegahan kehamilan untuk mengatur jumlah dan jarak kelahiran anak.

Adapun keuntungannya adalah:

- Pencegahan kehamilan dan persalinan berisiko
- Orang tua mempunyai waktu lebih banyak untuk bekerja dan bersama keluarga
- Perhatian dan kasih sayang lebih tercurah pada anak

Apa?	Kapan?	Efek?	Keuntungan?
PIL KOMBINASI Tablet pil yang mengandung 2 hormon sekaligus.	1 pil/hari.	Kadang terjadi perdarahan tak teratur dan beberapa mengalami rasa tak nyaman di payudara/kepala. Ini adalah hal yang wajar dan AMAN.	Mencegah kram saat menstruasi, anemia, perdarahan berlebih.
PIL PROGESTIN Tablet pil yang mengandung 1 hormon saja.	1 pil/hari pada waktu yang sama	Perdarahan tak teratur, timbul bercak-bercak darah, atau tidak menstruasi. Ini adalah hal wajar dan AMAN.	Cocok untuk ibu yang sedang menyusui.
INJEKSI Injeksi hormon.	Tiap 2 bulan sekali atau 3 bulan sekali.	Perdarahan tak teratur, timbul bercak-bercak darah, atau tidak menstruasi. Ini adalah hal wajar dan AMAN. Dapat pula terjadi perubahan berat badan.	Cocok untuk yang sulit minum pil setiap hari (sering lupa). Bisa untuk ibu menyusui.
KONDOM Metode penghalang untuk pria maupun wanita.	Tiap kali melakukan hubungan seksual.	Tidak ada.	Mencegah kehamilan dan penyakit menular seksual.
IMPLANT Kapsul plastik kecil di bawah kulit, di lengan atas.	3-5 tahun sekali.	Perdarahan tak teratur, timbul bercak-bercak darah, atau tidak menstruasi. Ini adalah hal wajar dan AMAN.	Cocok untuk yang sulit minum pil setiap hari (sering lupa).
INTRAUTERINE DEVICE (IUD) Plastik "T" yang diletakkan di dalam rahim.	Dapat digunakan sampai 12 tahun.	Awal pemakaian saat menstruasi akan terasa kram dan perdarahan yang banyak.	Pemakaian jangka panjang.
LIGASI TUBA Pemotongan atau penyumbatan tuba.	Hanya sekali prosedur.	Bisa timbul rasa sakit beberapa hari setelah dilakukan sterilisasi. Menstruasi tetap berlangsung seperti biasa.	Permanen. Sangat efektif, karena tidak mungkin mempunyai anak kembali.
VASEKTOMI Pemotongan saluran yang membawa sperma.	Hanya sekali prosedur.	Efektif baru timbul setelah 3 bulan dilakukan vasektomi. Mungkin timbul rasa sakit beberapa hari setelah vasektomi.	Tidak mengganggu ereksi maupun ejakulasi. Permanen. Sangat efektif.
LAKTASI Menyusui sebagai metode pencegahan kehamilan.	6 bulan pertama setelah melahirkan.	Efektif saat: • Menyusui secara penuh • Bayi berusia kurang dari 6 bulan. • Belum mendapatkan menstruasi.	Aman tanpa efek samping.
KALENDER Pencatatan masa subur untuk mencegah kehamilan.	Tidak melakukan hubungan seksual pada waktu masa subur.	• Membutuhkan pencatatan mengenai jadwal menstruasi • Kurang efektif bila jadwal menstruasi tidak teratur atau usia yang semakin tua.	Aman tanpa efek samping.

JENIS METODE KONTRASEPSI



IUD

Alat kecil yang dipasang dalam rahim

Tingkat Kegagalan : **0,6-0,8%**

Efektivitas : **10 tahun**

Siapa : **Setiap wanita bisa menggunakan IUD**

*dapat digunakan 48 jam setelah melahirkan atau di atas 4 pekan



IMPLAN

Alat kecil yang dipasang di bawah kulit lengan atas

Tingkat Kegagalan : **0,05%**

Efektivitas : **3 tahun**

Siapa : **Semua wanita, terutama untuk menjarangkan umur anak**



SUNTIK

Metode KB suntik ada 2 jenis: suntik 1 bulan & 3 bulan

Tingkat Kegagalan : **0,2-6%**

Efektivitas : **1 bulan dan 3 bulan, tergantung jenisnya**

Siapa : **Aman bagi hampir semua perempuan**

*efektivitas tergantung pada kedaplinan menggunakannya



PIL

Pil KB harus diminum setiap hari pada waktu yang sama agar efektif

Tingkat Kegagalan : **0,3-9%**

Efektivitas : **Efektif jika digunakan dengan tepat**

Siapa : **Aman untuk hampir semua wanita**



KONDOM

Alat kontrasepsi yang digunakan pria dengan bahan lateks

Tingkat Kegagalan : **2-18%**

Efektivitas : **Sangat efektif bila digunakan setiap kali berhubungan**

Siapa : **Untuk pria yang tidak memiliki alergi terhadap lateks dan bahan pelumas**