



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646
email : info.stikes@hangtuhpekanbaru.ac.id Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuhpekanbaru.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor : 0015.a/PS-S1 BID/STIKes-HTP/III/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Program Studi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru, dengan ini menugaskan untuk melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat kepada:

1. Nama : Juli Selvi Yanti, SST, M.Kes
NIDN : 1006078001
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
2. Nama : Liva Maita, SST, M.Kes
NIDN : 0425058402
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
3. Nama : Ika Putri Damayanti, SKM, M.Kes
NIDN : 1012068101
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
4. Nama : Nelly Karlinah, SST, M.Keb
NIDN : 0120108702
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
5. Nama : Eka Maya Saputri, SST, M.Kes
NIDN : 1004098801
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
6. Nama : Rina Yulviana, SKM, M.Kes
NIDN : 1009058901
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
7. Nama : Octa Dwiena Ristica, SKM, M.Kes
NIDN : 1008108502
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
8. Nama : Rita Afni, SST, M.Kes
NIDN : 1014118701
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
9. Nama : Intan Widya Sari, SST, M.Keb
NIDN : 1001088506
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)

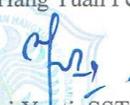
HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646
email : info.stikes@hangtuhapekanbaru.ac.id Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuhapekanbaru.ac.id

10. Nama : Berliana Irianti, S.SiT, M. Keb
NIDN : 1009128261
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Demikianlah surat tugas ini dibuat untuk dapat diketahui dan dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : P E K A N B A R U
Pada Tanggal : 12 Maret 2020
Ketua Program Studi S1 Kebidanan
STIKes Hang Tuah Pekanbaru


Juli Selvi Yanti, SST, M.Kes
NIDN. 1006078001



**LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
PROGRAM INSIDENTAL**



**SOSIALISASI PENTINGNYA PENGGUNAAN KB DALAM
KESEHATAN REPRODUKSI**

OLEH :

Ketua : Intan Widya Sari, SST,M.Keb (1001088506)

Anggota : Riza Febrianti, S.SiT, M.Keb (1027088501)

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA DAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
STIKES HANG TUAH PEKANBARU
TAHUN 2019**

HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul : Sosialisasi Pentingnya Penggunaan KB dalam Kesehatan Reproduksi
2. Bidang Keilmuan : Kebidanan
3. Ketua Tim Pengusul
 - a. Nama : Intan Widya Sari, S.ST, M.Keb
 - b. No.Reg : 10306118280
 - c. Pangkat/Golongan : IIIb
 - d. Jabatan Fungsional / Struktural : Asisten Ahli
 - e. Sedang melakukan pengabdian : Tidak
 - f. Bidang Keahlian : Kebidanan
 - g. Program Studi : Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi
 - h. Alamat Kantor : Jl. MustafaSari No. 05 Tangkerang Selatan
 - i. Alamat Rumah : Jl. Melati, Arifin Ahmad Pekanbaru
4. Jumlah Anggota
 - a. Nama Anggota I : Riza Febrianti, S.SiT, M.Keb
 - b. Nama Anggota II : Anggi Permata Sari
 - c. Nama Anggota III : Lastri
5. Waktu Kegiatan : Selasa, 26 November 2019
6. Bentuk Kegiatan : Penyuluhan Kesehatan
7. Lokasi Kegiatan : Kelurahan Maharani, Kecamatan Rumbai, Pekanbaru

Pekanbaru, 17 Januari 2020

Mengetahui,

Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru

(H.Ahmad Hanafi, SKM, M.Kes)

No Reg : 10306114265

Ketua Pelaksana

(Intan Widya Sari, S.ST, M.Keb)

No.Reg : 10306118280

Menyetujui :

Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

STIKes Hang Tuah Pekanbaru

(Agus Alamsyah, SKM, M.Kes)

No.Reg : 10306113204

RINGKASAN

Hak kesehatan reproduksi adalah hak asasi manusia yang seharusnya diperoleh masyarakat khususnya akseptor Keluarga Berencana (KB) melalui pelayanan KB berkualitas yang menjadi program pemerintah. Pelayanan berkualitas termasuk kualitas medik, artinya menawarkan metode kontrasepsi yang cocok dengan pelayanan yang tersedia, ditunjang dengan konseling yang tepat, dan tenaga penyelenggaranya (provider) yang berkompeten secara teknis. (POGI, 2003).

Dari data yang didapatkan bahwa permasalahan yang terdapat di RT 002 Kelurahan Maharani Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru. Mayoritas penduduk di RT 002 tidak menggunakan KB. Dari 48 PUS hanya 10 PUS yang menggunakan alat kontrasepsi, 38 PUS yang tidak menggunakan alat kontrasepsi. Dimana hal ini dapat menimbulkan peningkatan angka kelahiran, sehingga dapat menimbulkan efek negatif dari berbagai sisi, seperti mengancam kesehatan reproduksi ibu, meningkatkan resiko kematian ibu dan bayi, dan mengganggu perekonomian masyarakat.

Untuk mengatasi permasalahan di RT 002 kami mengadakan Kegiatan Sosialisasi Pentingnya Penggunaan KB dalam Kesehatan Reproduksi yang diselenggarakan pada tanggal 26 November 2019 pukul 14.00 WIB di Masjid RT 002 Kelurahan Maharani. Tujuan pelaksanaan kegiatan ini yaitu membantu para ibu yang tidak ber-KB untuk dapat menggunakan alat kontrasepsi.

Sosialisasi KB ini memberikan pelayanan kesehatan reproduksi yang komprehensif kepada perempuan termasuk kehidupan seksual dan hak-hak reproduksi perempuan sehingga dapat meningkatkan kemandirian perempuan dalam mengatur fungsi dan proses reproduksinya yang pada akhirnya dapat membawa pada peningkatan kualitas kehidupannya. Setelah sosialisasi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan antusias warga terhadap KB.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kami ucapkan kepada Allah SWT, karena atas rahmat dan ridho-Nya lah kami dapat menyelesaikan Laporan Pengabdian Masyarakat “Sosialisasi Pentingnya Penggunaan KB dalam Kesehatan Reproduksi “ sebagai tugas yang telah diamanahkan kepada kami serta dapat menjadi bahan pengetahuan bagi masyarakat.

Kami mengucapkan banyak terimakasih kepada orang-orang yang telah membantu kami dalam penyajian laporan ini. Serta dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih dan penghargaan sebesar-besarnya kepada :

1. H. Ahmad Hanafi, SKM, M.Kes selaku Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru
2. Juli Selvi Yanti, SST, M. Kes selaku Ketua Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Prodi Pendidikan Profesi Bidan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
3. Kiki Megasari,SKM,M.Kes Selaku Ketua panitia penyelenggara kegiatan Praktik Kebidanan Komunitas (PKK)
4. M. Rizky Pramdani, S.STP selaku Lurah Kelurahan Maharani Kec.Rumbai
5. Drg.Meri Delfitri selaku kepala UPTD Puskesmas Rumbai Bukit
6. Masro Mawaty Sihombing,S.Tr.Keb selaku Bidan Koordinator Kelurahan Maharani Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru

Akhirnya kami berharap semoga laporan ini sedikitnya dapat memberikan ilmu yang dapat bermanfaat khususnya bagi penyusun dan umumnya untuk para pembaca dan kami meminta maaf apabila ada kesalahan dalam pembuatan laporan ini, semoga laporan yang disajikan dapat sesuai dengan indikator yang diharapkan.

Pekanbaru, 17 Januari 2020

Penyusun

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
RINGKASAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 .Latar Belakang	1
1.2 .Rumusan Masalah	3
1.3 .TujuanKegiatan	3
1.4 .Manfaat Pengabdian	3
BAB II PERMASALAHAN DAN SOLUSI	5
BAB III METODE PELAKSANAAN	7
BAB IV LUARAN DAN TARGET CAPAIAN	7
BAB V BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN	11
5.1 .Anggaran Biaya.....	11
5.2 .Jadwal Kegiatan	11
BAB VI DAFTAR PUSTAKA	11
LAMPIRAN	15

DAFTAR LAMPIRAN

- 1. Daftar Riwayat Hidup Ketua**
- 2. Daftar Riwayat Hidup Anggota**
- 3. Gambaran/Peta Lokasi Pengabdian**
- 4. Materi Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM)**

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hak kesehatan reproduksi adalah hak asasi manusia yang seharusnya diperoleh masyarakat khususnya akseptor Keluarga Berencana (KB) melalui pelayanan KB berkualitas yang menjadi program pemerintah. Pelayanan berkualitas termasuk kualitas medik, artinya menawarkan metode kontrasepsi yang cocok dengan pelayanan yang tersedia, ditunjang dengan konseling yang tepat, dan tenaga penyelenggaranya (provider) yang berkompeten secara teknis. Pelayanan juga harus mengakomodasi harapan perempuan yang membutuhkan hubungan interpersonal agar dapat diketahui pandangan dan pendapat perempuan tersebut (POGI, 2003).

Program KB bertujuan mengendalikan fertilitas yang membutuhkan metode kontrasepsi yang berkualitas agar dapat meningkatkan kesehatan reproduksi dan kesehatan seksual. Pelaksanaannya dipengaruhi sumberdaya pelaksanaan program KB, cara pandang masyarakat sendiri terhadap kesehatan reproduksi dan pelayanan KB, serta pemakaian alat kontrasepsi. Badan Kependudukan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) merupakan badan yang diberi tanggung jawab dalam pengaturan laju pertumbuhan penduduk. BKKBN memiliki visi “Seluruh Keluarga Ikut KB” dan misi baru BKKBN yaitu “Mewujudkan Keluarga Kecil Bahagia dan Sejahtera”. Kementerian Kesehatan memiliki kewajiban menindaklanjuti tugas BKKBN dengan memberikan pelayanan KB kepada masyarakat yang membutuhkan (BKKBN, 2010).

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial secara utuh tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam suatu yang berkaitan dengan system reproduksi, fungsi dan prosesnya (WHO).

Kesehatan Reproduksi adalah suatu keadaan sehat mental, fisik dan kesejahteraan sosial secara utuh pada semua hal yang berhubungan dengan sistem dan fungsi serta proses reproduksi dan bukan hanya kondisi yang bebas dari penyakit dan kecacatan serta dibentuk berdasarkan perkawinan yang sah, mampu memenuhi kebutuhan spiritual dan material yang layak, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha

Esa, spiritual yang memiliki hubungan yang serasi, selaras dan seimbang antara anggota keluarga dan antara keluarga dengan masyarakat dan lingkungan (BKKBN,1996).

Keluarga Berencana merupakan suatu tindakan yang membantu seseorang maupun pasangan suami isteri untuk menghindari kelahiran yang tidak diharapkan, mendapatkan kelahiran yang diinginkan pasutri, mengatur interval atau jarak diantara kelahiran, mengontrol waktu pada saat kelahiran yang berhubungan dengan umur suami dan istri, menentukan jumlah anak. Sumber ; WHO (World Health Organisation).

Dari data yang didapatkan bahwa permasalahan yang terdapat di RT 002 Kelurahan Maharani Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru. Mayoritas penduduk di RT 002 tidak menggunakan KB. Dari 48 PUS hanya 10 PUS yang menggunakan KB , 38 PUS yang tidak menggunakan KB. Dimana hal ini dapat menimbulkan peningkatan angka kelahiran, sehingga dapat menimbulkan efek negative dari berbagai sisi, seperti mengancam kesehatan reproduksi ibu, meningkatkan resiko kematian ibu dan bayi, dan mengganggu perekonomian masyarakat.

Dukungan yang menunjang wanita untuk membuat keputusan yang berkaitan dengan proses reproduksi, berupa pengadaan informasi dan pelayanan yang dapat memenuhi kebutuhan untuk mencapai kesehatan reproduksi secara optimal.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang ada di terdapat di RT 002 Kelurahan Maharani Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru mayoritas penduduk tidak menggunakan KB.

1.3 Tujuan

1. Tujuan Umum

Memberikan pelayanan kesehatan reproduksi yang komprehensif kepada perempuan termasuk kehidupan seksual dan hak-hak reproduksi perempuan sehingga dapat meningkatkan kemandirian perempuan dalam mengatur fungsi

dan proses reproduksinya yang pada akhirnya dapat membawa pada peningkatan kualitas kehidupannya.

2. Tujuan Khusus

- a. Meningkatnya kemandirian wanita dalam memutuskan peran dan fungsi reproduksinya.
- b. Meningkatnya hak dan tanggung jawab sosial wanita dalam menentukan kapan hamil, jumlah dan jarak kehamilan.
- c. Meningkatnya peran dan tanggung jawab sosial pria terhadap akibat dari perilaku seksual dan fertilitasnya kepada kesehatan dan kesejahteraan pasangan dan anaknya.

1.4 Manfaat Pengabdian

1. Memberikan Informasi kepada ibu tentang pentingnya menggunakan KB dan menjarakkan kehamilan, agar menurunkan angka kematian ibu dan bayi.
2. Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan reproduksi
3. Meningkatkan rasa percaya masyarakat terhadap tenaga kesehatan dalam ber-KB.

BAB II

PERMASALAHAN DAN SOLUSI

Setelah pendataan didapatkan bahwa permasalahan yang terdapat di RT 002. Mayoritas penduduk tidak menggunakan KB karena kurangnya pengetahuan dan informasi tentang KB. Dimana hal ini dapat menimbulkan peningkatan angka kelahiran sehingga dapat menimbulkan efek negatif dari berbagai sisi, seperti mengancam kesehatan reproduksi ibu, meningkatkan resiko kematian ibu dan bayi dan mengganggu perekonomian masyarakat. Oleh sebab itu diadakan sosialisasi tentang pentingnya penggunaan KB dalam Kesehatan Reproduksi, dalam sosialisasi ini PUS di beri pengetahuan tentang alat kontrasepsi, kelebihan dan kelemahan masing masing alat kontrasepsi serta PUS di berikan kesempatan untuk bertanya tentang permasalahan yang selama ini di alaminya. Setelah sosialisasi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang KB dan lebih antusias lagi dalam menggunakan KB.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

Dalam kegiatan pengabdian ini metode yang digunakan adalah sosialisasi . Materi yang diberikan dalam sosialisasi adalah tentang kesehatan reproduksi dan pentingnya untuk ber-KB. Pelaksanaan sosialisasi di lakukan sesuai dengan materi kesehatan reproduksi dan kb.

A. Pengertian Keluarga Berencana

Keluarga berencana adalah tindakan yang membantu individu untuk mendapatkan objek-objek tertentu, menghindari kehamilan yang tidak diinginkan mendapatkan kehamilan yang diinginkan, mengatur interval kehamilan, menentukan jumlah anak dalam keluarga, mengontrol saat kelahiran dalam hubungan dengan umur suami istri. Kontrasepsi adalah upaya untuk mencegah terjadinya kehamilan, alat yang digunakan untuk menunda kehamilan dan menjarangkan jarak kelahiran.

B. Macam-macam alat kontrasepsi

1. Kontrasepsi PIL



1.1 GAMBAR PIL

a) Pengertian

Kontrasepsi Pil adalah metode kontrasepsi hormonal yang digunakan wanita, berbentuk tablet. Pada dasarnya kontrasepsi pil terbagi menjadi tiga bagian, yaitu pil kombinasi, pil yang mengandung progesteron dan pil yang mengandung estrogen. Kontrasepsi Pil adalah salah satu kontrasepsi yang paling banyak digunakan kontrasepsi pil mengandung hormon

ekstrogen dan progesterone serta dapat menghambat ovulasi. Kontrasepsi pil ini harus diminum setiap hari secara teratur.

❖ Keuntungan

Keuntungan menggunakan kontrasepsi pil adalah dapat diandalkan jika pemakaiannya teratur, meredakan dismenorea, mengurangi resiko anemia, mengurangi resiko penyakit payudara, dan melindungi terhadap kanker endometrium dan ovarium.

❖ Kerugian

Kerugian menggunakan kontrasepsi pil adalah harus diminum secara teratur, cermat, dan konsisten, tidak ada perlindungan terhadap penyakit menular, peningkatan resiko hipertensi dan tidak cocok digunakan ibu yang merokok pada usia 35 tahun.

❖ Mekanisme Kerja

Mekanisme kerja pil adalah dengan cara menekan gonadotropin releasing hormon. Pengaruhnya pada hipofisis terutama adalah penurunan sekresi luteinizing hormon (LH), dan sedikit folikel stimulating hormon. Dengan tidak adanya puncak LH, maka ovulasi tidak terjadi. Disamping itu, ovarium menjadi tidak aktif, dan pemasakan folikel terhenti beserta lendir serviks mengalami perubahan, menjadi lebih kental, gambaran daun pakis menghilang sehingga penetrasi sperma menurun.

❖ Efek Samping

Efek samping kontrasepsi pil Kombinasi adalah penambahan berat badan, perdarahan diluar siklus haid, mual, pusing dan amenorea

❖ Cara pemakaian

Pil pertama dari bungkus pertama diminum pada hari kelima siklus haid, dapat juga dimulai pada suatu hari yang diinginkan, misalnya hari minggu, agar mudah diingat lalu diminum terus – menerus pada pil yang berjumlah 28 tablet.

2. Suntik



1.2 GAMBAR SUNTIK

a) Pengertian

Kontrasepsi Suntik adalah alat kontrasepsi yang mengandung hormon progesterone dan ekstrogen, kontrasepsi ada ada 2 macam yaitu suntik yang sebulan sekali (syclopen) dan suntik 3 bulan sekali (depo propera), akan tetapi ibu lebih suka menggunakan suntik yang sebulan karena suntik sebulan dapat menyebabkan perdarahan bulanan teratur dan jarang menyebabkan spotting.

❖ Kerugian

Kerugian kontrasepsi suntik adalah perdarahan tidak teratur, perdarahan bercak, mual, sakit kepala, nyeri payudara ringan, efektivitasnya berkurang bila digunakan bersamaan dengan obat epilepsi dan kemungkinan terjadi tumor hati

❖ Keuntungan

Keuntungan kontrasepsi suntik adalah kontrasepsi sederhana setiap 8 sampai 12 minggu, tingkat keefektivasannya tinggi, tidak mengganggu pengeluaran ASI.

❖ Efek samping

Efek samping kontrasepsi suntik adalah sakit kepala, kembung, depresi, berat badan meningkat, perubahan mood, perdarahan tidak teratur dan amenore.

❖ Mekanisme Kerja

Mekanisme kerja kontrasepsi suntik adalah menghalangi pengeluaran FSH dan LH sehingga tidak terjadi pelepasan ovum, mengentalkan lendir serviks sehingga sulit ditembus spermatozoa, perubahan peristaltik tuba fallopi sehingga konsepsi dihambat mengubah suasana endometrium sehingga tidak sempurna untuk implantasi hasil konsepsi.

❖ Cara pemakaian

Cara pemakaian kontrasepsi suntik adalah melalui suntikan, dapat dilakukan segera setelah post partum, setelah post abortus :Depoprovera harus diberikan dalam 5 hari pertama haid, tidak dibutuhkan kontrasepsi tambahan dan selanjutnya diberikan setiap 12 minggu. Noristerat harus diberikan pada masa menstruasi, tidak dibutuhkan kontrasepsi tambahan setelah itu diberikan setiap 8 minggu.

3. Implan/Norplant/Susuk



1.3 GAMBAR IMPLAN

a) Pengertian

Implant adalah alat kontrasepsi yang dimasukkan kedalam bawah kulit, yang memiliki keefektivitas yang cukup tinggi, dan merupakan kontrasepsi jangka panjang 5 tahun serta efek perdarahan lebih ringan tidak menaikkan tekanan darah. Sangat efektif bagi ibu yang tidak boleh menggunakan obat yang mengandung estrogen.

❖ Keuntungan

Keuntungan kontrasepsi implant adalah dipasang selama 5 tahun, control medis ringan, dapat dilayani di daerah pedesaan, penyulit tidak terlalu tinggi, biaya ringan.

❖ Kerugian

Kerugian kontrasepsi implant adalah terjadi perdarahan bercak, meningkatnya jumlah darah haid, berat badan bertambah, menimbulkan acne, dan membutuhkan tenaga yang ahli untuk memasang dan membukanya.

❖ Efek samping

Efek samping kontrasepsi implant adalah nyeri, gatal atau infeksi pada tempat pemasangan, sakit kepala, mual, perubahan mood, perubahan berat badan, jerawat, nyeri tekan pada payudara, rambut rontok

❖ Waktu pemasangan

Waktu pemasangan yang baik dalam pemasangan implan adalah : Setiap saat selama siklus haid hari ke – 2 sampai hari ke- 7 tidak diperlukan metode kontrasepsi tambahan. Inseri dapat dilakukan setiap saat, asal saja diyakini tidak terjadi kehamilan, bila inseri setelah hari ke – 7 siklus haid, klien jangan melakukan hubungan seksual atau menggunakan kontrasepsi lainnya untuk 7 hari saja. Bila menyusui antara 6 minggu sampai 6 bulan pasca persalinan inseri dapat dilakukan setiap saat, bila menyusui penuh, klien tidak perlu memakai metode kontrasepsi lain. Waktu yang paling untuk pemasangan implant adalah sewaktu haid berlangsung atau masa pra ovulasi dari siklus haid, sehingga adanya kehamilan dapat disingkirkan.



1.4 GAMBAR IUD/SPIRAL

a) A. Pengertian

IUD adalah suatu benda kecil dari plastic lentur, kebanyakan mempunyai lilitan tembaga yang dimasukkan kedalam rahim. IUD adalah alat kontrasepsi yang dimasukkan kedalam rahim yang megandung tembaga. Kontrasepsi ini sangat efektif digunakan bagi ibu yang tidak boleh menggunakan kontrasepsi yang mengandung hormonal dan merupakan kontrasepsi jangka panjang 8 -10 tahun. Tetapi efek dari IUD dapat menyebabkan perdarahan yang lama dan kehamilan ektopik.

❖ Keuntungan

keuntungan pemakaian kontrasepsi IUD adalah : Dapat segera aktif setelah pemasangan. Metode jangka panjang, tidak mempengaruhi produksi asi. Tidak mengurangi laktasi. Kesuburan cepat kembali setelah IUD dilepas. Dapat di pasang segera setelah melahirkan. Meningkatkan kenyamanan hubungan suami istri karena rasa aman terhadap resiko kehamilan. Tidak ada efek samping hormonal. Tidak mempengaruhi kualitas dan volume asi. Dapat digunakan hingga menopause. Tidak ada interaksi dengan obat – obatan.

❖ Efek Samping

Efek samping adalah akibat yang ditimbulkan atau reaksi yang disebabkan oleh benda asing yang masuk kedalam tubuh dan tidak diharapkan. Efek samping IUD menurut Saifuddin. 2003 antara lain : Haid lebih banyak dan lama. Saat haid terasa sakit. Perdarahan spotting. Terjadinya pendarahan yang banyak.

❖ Mekanisme Kerja

Mekanisme kerja IUD adalah mencegah terjadinya pembuahan dengan penghambatan bersatunya ovum dengan sperma, mengurangi jumlah sperma yang mencapai tuba fallopi dan menonaktifkan sperma. Mekanisme kerja IUD adalah menghambat bersatunya sperma dan ovum, mengurangi jumlah sperma yang mencapai tuba fallopi, menonaktifkan sperma, menebalkan lendir serviks sehingga menghalangi pergerakan sperma. Mekanisme kerja IUD adalah dapat menimbulkan reaksi radang pada endometrium dengan mengeluarkan leukosit yang dapat menghancurkan blastokista atau sperma. IUD yang mengandung tembaga juga dapat menghambat khasiat anhidrase karbon dan fosfatase alkali, memblok bersatunya sperma dan ovum, mengurangi jumlah sperma yang mencapai tuba fallopi dan menonaktifkan sperma. IUD dapat menimbulkan infeksi benda asing sehingga akan terjadi migrasi leukosit, makrofag dan menimbulkan perubahan susunan cairan endometrium yang akan menimbulkan gangguan terhadap spermatozoa sehingga gerakannya menjadi lambat dan akan mati dengan sendirinya.

❖ Kerugian

Kerugian pemakaian kontrasepsi IUD adalah : Menstruasi yang lebih banyak dan lebih lama. Infeksi dapat terjadi saat pemasangan yang tidak steril. Ekspulsi (IUD yang keluar atau terlepas dari rongga rahim). Sedangkan kerugian pemakaian kontrasepsi IUD adalah : Haid menjadi lebih lama dan banyak. Perdarahan spotting (bercak – bercak). Kadang – kadang nyeri haid yang hebat, perlu tenaga terlatih untuk memasang dan membuka IUD.

❖ Waktu Pemasangan

Waktu pemasangan IUD yang baik antara lain : Bersamaan dengan menstruasi, Segera setelah menstruasi, Pada masa akhir masa nifas, Bersamaan dengan seksio secaria, Hari kedua dan ketiga pasca persalinan, Segera setelah post abortus.

3 KONDOM



1.5 GAMBAR KONDOM

a) Pengertian

Kondom adalah suatu selubung atau sarung karet yang dipasang pada penis (kondom pria) atau vagina (kondom Wanita) pada saat senggama. Kondom pertama kali dipakai untuk menghindari terjadinya penularan penyakit kelamin terbuat dari karet tipis (Lateks).

Cara kerja:

1. Barrier penis sewaktu melakukan coitus
2. Mencegah pengumpulan sperma pada vagina

Efektifitas

- Gagal karena kondom yang bocor atau kurangnya kedisiplinan pemakai.
- Kondom hanya digunakan untuk sekali pakai
- Pakailah kondom manakala penis sudah ereksi penuh
- Sarungkan dan tinggalkan sebagian kecil dari ujung kondom untuk menampung sperma
- Kondom yang mempunyai kantong kecil diujungnya, jepit ujung kondom sehingga yakin tidak ada udara
- Gunakan lubrikan ketika vagina kering untuk mencegah pergesekan atau sobeknya kondom

- Keluarkan penis dari vagina sewaktu masih dalam keadaan ereksi dan tahan sisi kondom untuk mencegah tertumpahnya sperma ke dalam atau dekat vagina
- Simpan kondom ditempat yang kering dan sejuk
- Jangan memakai Vaseline sebagai pelumas karena dapat merusak karet
- Periksa kondom setelah senggama untuk melihat adanya kerusakan atautkah masih utuh atau tidak

Keuntungan

- Memberi perlindungan terhadap PMS
- Tidak mengganggu kesehatan klien
- Murah dan dibeli secara umum
- Tidak perlu pemeriksaan medis
- Tidak mengganggu produksi ASI
- Metode kontrasepsi sementara

Kerugian

- Angka kegagalan cukup tinggi (3-15 kehamilan per 100 wanita pertahun)
- Perlu dipakai pada setiap saat hubungan seksual
- Mungkin mengurangi kenikmatan hubungan seksual
- Memerlukan penyediaan setiap kali hubungan seksual

Efek Samping

- Pernah dilaporkan kondom yang tertinggal di vagina
- Infeksi ringan
- Reaksi alergi terhadap kondom karet

BAB IV

HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

A. Hasil

Kegiatan sosialisasi pentingnya penggunaan KB ini telah dilaksanakan pada tanggal 26 November 2019 pada 25 orang PUS yang di berikan penjelasan tentang KB.

Berdasarkan pengamatan selama kegiatan berlangsung, kegiatan pegabdian pada masyarakat ini memberikan hasil sebagai berikut :

1. Meningkatnya pengetahuan dan pemahaman PUS mengenai pentingnya ber-KB bagi kesehatan reproduksi, dan PUS memahami bahwa dengan ber-KB memiliki banyak manfaat seperti dapat mengatur jarak kehamilan , menjaga kesehatan reproduksi ibu, serta menurunkan angka kematian ibu dan bayi . Hal ini dilihat dari kemampuan dan semangat PUS dalam menjawab pertanyaan yang diajukan oleh pemateri.
2. Meningkatnya Rasa ingin ber-KB PUS setelah dilaksanakannya sosialisasi ini.

B. Luaran Yang Dicapai

Hasil dari kegiatan ini akan diterbitkan pada jurnal online Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat.

BAB V

RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA

Rencana tahapan berikutnya untuk mengatasi PUS yang tidak ber KB adalah kami berkoordinasi dengan petugas puskesmas untuk memantau dan meningkatkan antusias PUS untuk ber KB. Bentuk tindakan yang bisa dilakukan adalah lebih sering memberikan sosialisasi tentang KB pada PUS dan meningkatkan rasa percaya PUS terhadap petugas kesehatan untuk ber KB.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dapat disimpulkan bahwa:

1. Mayoritas penduduk tidak menggunakan Kb
2. Minimnya pengetahuan dan pemahaman warga tentang KB
3. Sosialisasi ini meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya KB dalam Kesehatan Reproduksi

B. Saran

1. Diharapkan petugas kesehatan lebih memperhatikan kesehatan reproduksi masyarakat
2. Hendaknya secara rutin mengadakan sosialisasi tentang KB
3. Hendaknya lebih memperluas jangkauan dalam memanfaatkan tempat pelayanan KB

DAFTAR PUSTAKA

https://www.academia.edu/10524863/SATUAN_ACARA_PENYULUHAN_SAP_TENTANG_KB_KELUARGA_BERENCANA?auto=download

BKKBN,1999.Kependudukan KB dan KIA. Bandung, Balai Litbang

Hartanto, Hanafi. 2004. Keluarga Berencana dan Kontrasepsi.

Prawirohardjo, Sarwono.2006. Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi.Jakarta:Yayasan Bina Pustaka

<http://rizanurzaman.blogspot.com/2012/11/sejarah-keluarga-berencana.html>

<http://nurelfata.blogspot.com>

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Riwayat Hidup Ketua

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

1. Nama Lengkap Dan Gelar Akademik : Intan Widya Sari, S.ST, M.Keb
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Padang, 01 Agustus 1985
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Program Studi : Kebidanan
5. NIP/NIDN : 1001088506
6. Bidang Keahlian : Kebidanan
7. Kedudukan dalam Tim : Ketua
8. Alamat Kantor : JL. Mustafa Sari No. 5
Tangerang Selatan
9. Riwayat Pendidikan :
 - D-III Kebidanan STIKes
Prima Nusantara Bukittinggi
 - DIV Kebidanan STIKes
Prima Nusantara Bukittinggi
 - S2 Kebidanan Universitas
Andalas Padang

Pekanbaru, 28 November 2019



Intan Widya Sari, S.ST, M.Keb
No Reg. 10306118280



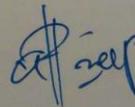
2. Riwayat Hidup Anggota

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

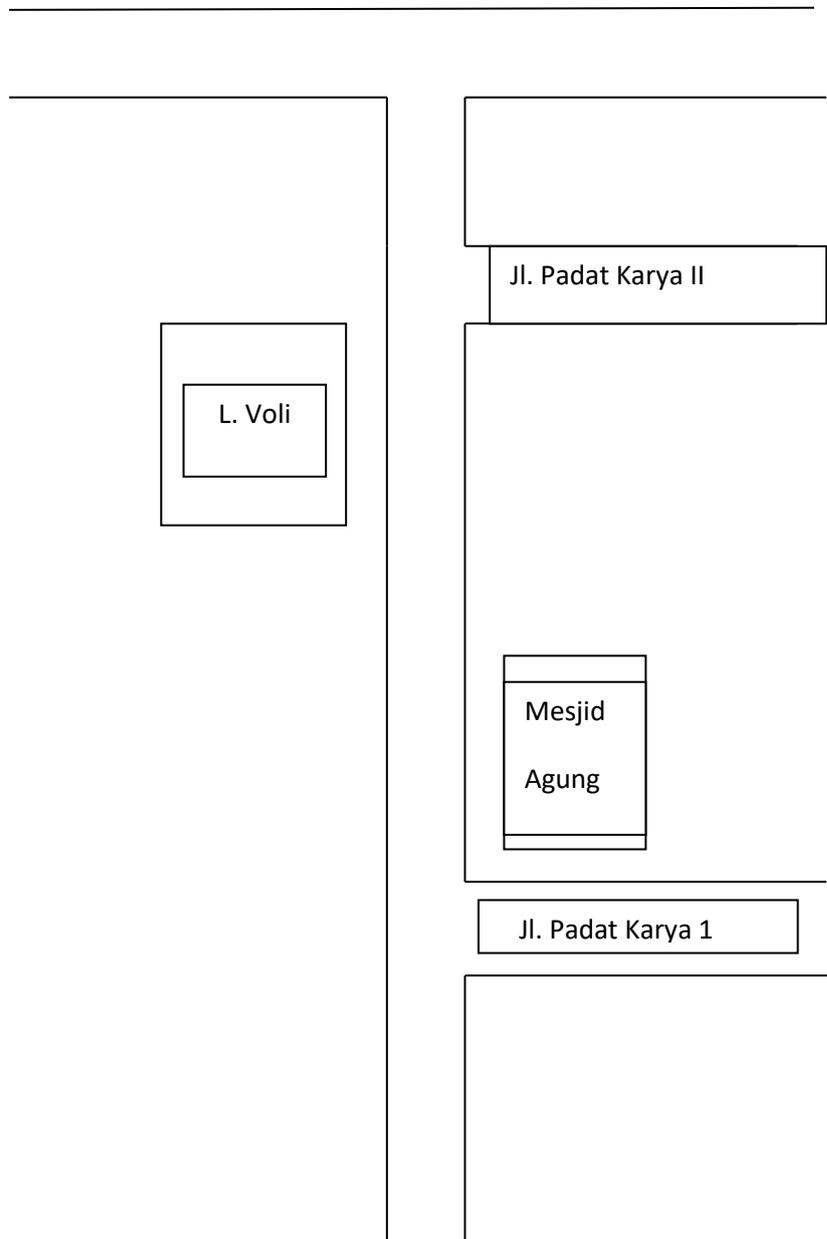
1. Nama lengkap dan Gelar Akademik : Riza Febrianti, S.SiT, M.Keb
2. Nama Panggilan : Riza
3. Tempat dan tanggal lahir : Padang, 27 Februari 1985
4. Jenis kelamin : Perempuan
5. Program Studi : Kebidanan
6. NIP/NIDN : 1027028501
7. Kedudukan dalam tim : Anggota
8. Alamat Kantor : JL. Mustafa Sari No. 5
Tangerang Selatan
9. Riwayat Pendidikan :
 - D-III Kebidanan Poltekes
Kemenkes Padang
 - D-IV Bidan Pendidik
Poltekes Padang
 - S2 Magister Kebidanan
Universitas Andalas

Pekanbaru, 28 November 2019



Riza Febrianti, S.SiT, M.Keb
No Reg. 10306118281

Gambaran/Peta Lokasi Pengabdian



C. JADWAL PELAKSANAAN PENGABDIAN

JADWAL KEGIATAN PENGABDIAN PADA MASYARAKAT DALAM KEGIATAN PRAKTIK KEBIDANAN KOMUNITAS (PKK) T.A. 2019/2020

No	Hari / Tanggal	Judul Pema	Pelaksana	Tempat
1	Selasa / 26 Nov 2019 Pukul 08.00	Pelatihan Pembuatan Menu Isi Piringku pada Anak SD	1. Widya Julianti, SKM, M.Kes 2. Miratu Megasari, SST, M.Kes 3. Fani Kiarwati Putri 4. Tessa Utami Ferli 5. Lidia Karinagipta 6. Widia Rahmi 7. Aulia Aska	Aula Kantor Camat Rumbai
2	Selasa / 26 Nov 2019 Pukul 14.00	Sosialisasi Pentingnya Penggunaan KB dalam Kesehatan Reproduksi	1. Intan Widayarsi, SST, M.Keb 2. Anggi Permata Sari 3. Lastri 4. Sinta Rahmadani 5. Indah Puspita 6. Herdina Novella 7. Rezky Puspita Sari Afri	Mesjid
3	Selasa / 26 Nov 2019 Pukul 14.00	• Sosialisasi Pentingnya Imunisasi untuk Mencapai <i>Universal Child Immunization (UCI)</i> • Sosialisasi <i>Unmet Need</i> pada Pasangan Usia Subur (PUS)	1. Nelly Karimah, SST, M.Keb 2. Octa Dwienda Ristica, SKM, M.Kes 3. Dian Komala Dewi 4. Meli Rasyita 5. Resti Utari 6. Nursilawati 7. Novi Ambarwati	Mesjid
3	Rabu / 27 Nov 2019	• Sosialisasi Pencegahan Penyakit Degeneratif pada Lansia • Senam Lansia	1. Rita Afri, SST, M.Kes 2. Ani Triana, SST, M.Kes 3. Jannah Riski Tarisa 4. Vivin Wulandari 5. Firtina Nafa Saskia 6. Loli Amynovkarina 7. Sri Mayang	Kantor Lurah Maharani
4	Rabu / 27 Nov 2019	Sosialisasi Pemeriksaan IVA Pada Wanita Usia Subur	1. Rina Yulviana, SKM, M.Kes 2. Surya Tri Wulandari 3. Mela Aprina 4. Fera Safitri 5. Marissa Yusufiani 6. Tri Sasmita	Rumah RT 01 RW 02 / Mesjid
5	Rabu / 27 Nov 2019	Upaya Peningkatan Kesadaran Masyarakat tentang Bahaya Gigitan Nyamuk	1. Ika Putri Damayanti, SST, M.Kes 2. Febriana Dwi Putri 3. Riska Agustiana 4. Asih Pra Lestari 5. Dita Radhalah	Rumah RT 01 RW 02 / Mesjid



PENTING NYA KB DAN KESEHATAN REPRODUKSI

PENGERTIAN KESEHATAN REPRODUKSI

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial secara utuh tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam suatu yang berkaitan dengan sistem reproduktif, fungsi dan prosesnya (WHO).

KESEHATAN REPRODUKSI DALAM SIKLUS HIDUP PEREMPUAN

Konsep Kesehatan Reproduksi menggunakan pendekatan siklus kehidupan perempuan (life-cycle-approach) atau pelayanan kesehatan reproduksi dilakukan sejak dari janin sampai lanjut kubur (from womb to tomb) atau biasa juga disebut dengan "Continuum of care women cycle". Kesehatan reproduksi menggunakan pendekatan sepanjang siklus kehidupan perempuan hal ini disebabkan status kesehatan perempuan semasa kanak-kanak dan remaja mempengaruhi kondisi kesehatan saat memasuki masa reproduksi yaitu saat hamil, bersalin, dan masa nifas.

Masa konsepsi

Adalah Masa setelah bersatunya sel telur dengan sperma kemudian janin akan tumbuh menjadi morula, blastula, gastrula, neurula yang akhirnya menjadi janin dan dengan terbentuknya plasenta akan terjadi interaksi antara ibu dan janin.

1. Masa bayi dan anak adalah masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat. Tumbuh kembang motorik kasar dan motorik halus akan berjalan dengan baik bila kesehatan bayi dan anak dalam keadaan prima.

2. Masa Remaja

Masa remaja pada masa ini terjadi perubahan fisik dan psikologis. Perubahan fisik yang terjadi diantaranya adalah tumbuhnya rambut kemaluan (pubeshe), buah dada mulai tumbuh (thelarche), pertumbuhan tinggi badan yang cepat (maximal growth), mendapatkan haid yang pertama kali (menarche)

3. Masa Reproduksi

Masa dimana perempuan menjalankan tugas kehidupannya yaitu mulai hamil, melahirkan, masa nifas dan menyusui dan masa antara yaitu merencanakan jumlah atau jarak anak dengan menggunakan alat kontrasepsi.

4. Masa Usia lanjut

Masa usia lanjut yaitu masa dimana hormone Estrogen sudah mulai menurun atau habis dikarenakan produksi sel telur juga sudah mulai menurun atau habis. Dengan menurunnya hormon estrogen akan terjadi perubahan fisik dan psikologis pada perempuan diantaranya perubahan pada organ reproduksi, perubahan pada metabolisme tubuh dan turunya massa tulang (osteoporosis)



Scanned with
CamScanner

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEHATAN REPRODUKSI

Banyak faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan reproduksi. Faktor-faktor tersebut secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi empat golongan yang dapat berdampak buruk bagi kesehatan reproduksi, yaitu:

1. Faktor Demografi - Ekonomi
2. Faktor Budaya dan Lingkungan
3. Faktor Psikologis
4. Faktor Biologis

MASALAH KESEHATAN REPRODUKSI

1. Masalah reproduksi Kesehatan, merujuk pada gangguan kesehatan dan kematian perempuan yang berkaitan dengan kehamilan.
2. Masalah gender dan seksualitas adalah peraturan dan kebijakan negara mengenai pornografi, pelacuran dan pendidikan seksualitas.
3. Masalah kekerasan dan perkosaan terhadap perempuan Kecenderungan penggunaan kekerasan secara sengaja kepada perempuan, perkosaan, serta dampaknya terhadap korban trauma sosial mengenai kekerasan dalam rumah tangga, serta mengenai berbagai tindak kekerasan terhadap perempuan.
4. Masalah Penyakit yang Ditularkan Melalui Hubungan Seksual Masalah penyakit menular seksual yang lama, seperti sifilis, dan gonorehea.
5. Masalah Pelacuran
6. Masalah Sektor teknologi

Hak-Hak Reproduksi

Hak reproduksi merupakan bagian dari hak asasi manusia yang melekat pada manusia sejak lahir dan dilindungi keberadaannya. Sehingga pengingkaran terhadap hak reproduksi berarti pengingkaran terhadap hak asasi manusia. Selain itu orang tidak boleh mendapatkan perlakuan diskriminatif berkaitan dengan kesehatan reproduksi karena ras, jenis kelamin, kondisi sosial ekonomi, keyakinan/agamanya dan kebangsannya. Di bawah ini diuraikan hak-hak Kesehatan Reproduksi.

KB (Keluarga Berencana)

Keluarga Berencana merupakan suatu tindakan yang membantu seseorang maupun pasangan suami isteri untuk mengidarkan kelahiran yang tidak merapikan, meniadakan kelahiran yang diinginkan, mengatur interval atau jarak diantara kelahiran, mengontrol waktu pada saat kelahiran yang berhubungan dengan umur suami dan ato, menentukan jumlah anak.

TUJUAN KB (keluarga berencana)

- Mengatur waktu kehamilan yang sesuai dengan keinginan.
- Menjaga kesehatan dan mengurangi angka kematian ibu dan bayi.
- Mengembangkan kualitas informasi, dan konseling pelayanan keluarga berencana dan kesehatan reproduksi
- Mengembangkan partisipasi dan kesertaan pria dalam praktek keluarga berencana.
- Mempromosikan penyusuan bayi sebagai usaha untuk menjarangkan jarak kehamilan.

MACAM MACAM KONTRA SEPSI

1. **PIB** Kontrasepsi PI adalah metode kontrasepsi hormonal yang digunakan wanita berbentuk tablet. Pada dasarnya kontrasepsi pi terbagi menjadi tiga bagian, yaitu pil kombinasi, pi yang mengandung progesteron dan pi yang mengandung estrogen. Kontrasepsi PI adalah salah satu kontrasepsi yang paling banyak digunakan. Kontrasepsi pi mengandung hormon ekstrogen dan progesterone serta dapat menghambat ovulasi. Kontrasepsi pi ini harus digunakan setiap hari secara teratur.



Keuntungan
Keuntungan menggunakan kontrasepsi pil adalah dapat diandalkan jika pemakaiannya teratur, meredakan dismenorea, mengurangi risiko anemia, mengurangi risiko penyakit payudara, dan melindungi terhadap kanker endometrium dan ovarium.

Kerugian
Keuntungan menggunakan kontrasepsi pil adalah dapat diandalkan jika pemakaiannya teratur, meredakan dismenorea, mengurangi risiko anemia, mengurangi risiko penyakit payudara, dan melindungi terhadap kanker endometrium dan ovarium.

Kontrasepsi SUNTIK

kontrasepsi suntik adalah alat kontrasepsi yang mengandung hormon progesterone dan estrogen, kontrasepsi ada ada 2 macam yaitu suntik yang sebulan sekali (cycloper) dan suntik 3 bulan sekali (depo provera), akan tetapi ibu lebih suka menggunakan suntik yang sebulan karena suntik sebulan dapat menyebabkan perdarahan bulanan teratur dan jarang menyebabkan spotting.



Keuntungan
Kontrasepsi suntik adalah kontrasepsi sederhana setiap 8 sampai 12 minggu, tingkat keefektifitasnya tinggi, tidak mengganggu pengeluaran ASI.

Kerugian
kerugian kontrasepsi suntik adalah perdarahan tidak teratur, perdarahan bercak, mual, sakit kepala, nyeri payudara ringan, efektivitasnya berkurang bila digunakan bersamaan dengan obat epilepsi dan kemungkinan terjadi tumor hati.

IMPLAN

Implan adalah alat kontrasepsi yang dimasukkan kedalam bawah kulit, yang memiliki keefektifitas yang cukup tinggi, dan merupakan kontrasepsi jangka panjang 5 tahun serta efek perdarahan lebih ringan tidak menaikkan tekanan darah. Sangat efektif bagi ibu yang tidak boleh menggunakan obat yang mengandung estrogen.



Keuntungan
Keuntungan kontrasepsi implant adalah dipasang selama 5 tahun, control mediasi ringan, dapat dilayani di daerah pedesaan, penyulit tidak terlalu tinggi, biaya ringan.

Kerugian
kerugian kontrasepsi implant adalah terjadi perdarahan bercak, meningkatnya jumlah darah haid, berat badan bertambah, menimbulkan acne, dan membutuhkan tenaga yang ahli untuk memasang dan membukanya.

IUD/SPIRAL

IUD adalah suatu benda kecil dari plastic lentur, kebanyakan mempunyai lilitan tembaga yang dimasukkan kedalam rahim. IUD adalah alat kontrasepsi yang dimasukkan kedalam rahim yang mengandung tembaga. Kontrasepsi ini sangat efektif digunakan bagi ibu yang tidak boleh menggunakan kontrasepsi yang mengandung hormonal dan merupakan kontrasepsi jangka panjang 8-10 tahun. Tetapi efek dari IUD dapat menyebabkan perdarahan yang lama dan kehamilan ektopik.



- Keuntungan**
- dapat segera aktif setelah pemasangan.
 - Metode jangkapanjang, tidak mempengaruhi produksi asi.
 - Tidak mengurangi laktasi.
 - Kesuburan cepat kembali setelah IUD dilepas. Dapat di pasang segera setelah melahirkan.
 - Meningkatkan kenyamanan hubungan suami istri karena rasa aman terhadap resiko kehamilan.
 - Tidak ada efek samping hormonal.
 - Tidak mempengaruhi kualitas dan volume asi.
 - Dapat digunakan hingga menopause.
 - Tidak ada interaksi dengan obat - obatan.

KONDOM

Kondom adalah suatu selubung atau sarung karet yang dipasang pada penis (kondom pria) atau vagina (kondom wanita) pada saat senggama. Kondom pertama kali dipakai untuk menghindari terjadinya penularan penyakit kelamin terbuat dari karet tipis (lateks).



- Cara kerja:**
- barier penis sewaktu melakukan coitus
 - mencegah pengumpulan sperma pada vagina efektifitas
 - gagal karena kondom yang bocor atau kurangnya kedisiplinan memakai.
 - Kondom hanya digunakan untuk sekali pakai
 - pakailah kondom manakala penis sudah ereksi penuh
 - sarungkan dan tinggalkan sebagian kecil dari ujung kondom untuk menampung sperma
 - kondom yang mempunyai kantong kecil diujungnya,jepit ujung -kondom sehingga yakin tidak ada udara
 - gunakan lubrican ketika vagina kering untuk mencegah -pergesekan atau sobeknya kondom
 - keluarkan penis dari vagina sewaktu masih dalam keadaan ereksi dan tahan sisi kondom untuk mencegah tertumpahnya sperma ke dalam atau dekat vagina
 - simpan kondom ditempat yang kering dan sejuk

- Keuntungan**
- memberi perlindungan terhadap PMS
 - tidak mengganggu kesehatan klien
 - murah dan dibeli secara umum
 - tidak perlu pemeriksaan medis
 - tidak mengganggu produksi ASI
 - metode kontrasepsi sementara
 - kerugian
 - angka kegagalan cukup tinggi (3-15 kehamilan per 100 wanita pertahun)
 - perlu dipakai pada setiap saat hubungan seksual
 - mungkin mengurangi kenikmatan hubungan seksual
 - memerlukan penyediaan setiap kali hubungan seksual



Scanned with
CamScanner



Penyuluhan Kesehatan

KB

Keluarga Berencana



Pengertian KB ?

Keluarga Berencana merupakan suatu tindakan yang membantu seseorang maupun pasangan suami isteri untuk mengindari kelahiran yang tidak diharapkan, mendapatkan kelahiran yang diinginkan pasutri, mengatur interval atau jarak diantara kelahiran, mengontrol waktu pada saat kelahiran yang berhubungan dengan umur suami dan istri, menentukn jumlah anak. Sumber ; WHO (World Health Organisation)



Tujuan KB ?

Menurut UU RI. No 52 tahun 2009 mengenai perkembangan kependudukan dan pembangunan keluarga, kebijakan keluarga berencana bertujuan untuk :

- ✓ Mengatur waktu kehamilan yang sesuai dengan keinginan.
- ✓ Menjaga kesehatan dan mengurangi angka kematian ibu dan bayi.
- ✓ Mengembangkan kualitas informasi, dan konseling pelayanan keluarga berencana dan kesehatan reproduksi.
- ✓ Mengembangkan partisipasi dan kesetaraan pria dalam praktek keluarga berencana.
- ✓ Mempromosikan penyusuan bayi sebagai usaha untuk menjarangkan jarak kehamilan.

Macam-macam KB

1. Pili KB

Pili KB adalah alat kontrasepsi pencegah kehamilan, pencegah konsepsi yang digunakan dengan cara per-oral/kontrasepsi oral.

Kelebihan Pili KB

- Efektif dan mudah untuk berhenti
- Aman untuk hampir semua ibu
- Membantu mengurangi pendarahan menstruasi dan kram
- Perempuan sering mengalami efek samping pada awalnya - tidak berakut
- Tidak memberi perlindungan terhadap HIV/IMS



2. KB Spiral

KB Spiral merupakan pasangan kawat dalam selubung batang kawat per yang dimasukkan ke dalam kavum uteri, umumnya pada bagian tengah atau bagian bawah panggul keahamilan minimal 3 tahun

Kelebihan KB Spiral

- Sangat efektif
- Efektif selama 3 tahun untuk 1-2 kawat dan 5 tahun untuk 6 kawat
- Mudah untuk berhenti. Bisa dikeluarkan kapan saja.
- Aman bagi hampir semua perempuan
- Biasanya mempengaruhi hasil
- Tidak melindungi terhadap IMS, HIV





5.1. KB Suntik

Kontrasepsi suntik adalah alat kontrasepsi yang mengandung hormon progesteron dan estrogen. Kontrasepsi ini di bagi 2 macam yaitu, suntik yang 1 bulan atau suntik 3 bulan, akan tetapi ibu lebih suka menggunakan suntik yang 1 bulan karena suntik sebulan dapat perdarahan bulanan teratur dan jarang menyebabkan spotting.

➤ Suntik 3 Bulan

- Sangat efektif
- Mudah Untuk berhenti, tunggu waktu untuk dapat hamil
- Aman bagi hampir semua perempuan
- Merubah haid bulanan
- Tidak melindungi terhadap HIV/IMS

➤ Suntik 1 Bulan

- Sangat efektif dan mudah berhenti
- Aman hampir semua untuk ibu
- Beberapa pemakai mengalami efek samping tidak berbahaya segera hilang
- Tidak melindungi terhadap HIV/IMS



Kontrasepsi IUD adalah suatu benda kecil dari plastik, lembar, kebanyakan lilin tembaga yang di masukkan ke dalam rahim. IUD adalah alat Kontrasepsi yang di masukkan dalam rahim yang mengandung tembaga. Kontrasepsi ini sangat efektif digunakan pada ibu yang tidak boleh menggunakan kontrasepsi yang hormonal yang merupakan alat kontrasepsi jangka panjang 8 - 10 tahun..

➤ KB IUD

- Sangat efektif dan aman
- Dapat di cabut kapan saja, anda inginkan
- Bekerja dengan 10 tahun tergantung jenisnya



5. Kondom

Kondom adalah selubung atau sarung karet yang dipasang pada penis (Kondom Pria) / Vagina (Kondom wanita) pada saat senggama. kondom pertama kali untuk menghindari penularan penyakit kelamin terbuat dari karet tipis (lateks)

➤ Kondom

- Mencegah kehamilan dan IMS termasuk HIV
- Sangat efektif bila digunakan setiap kali bersenggama
- Bisa hanya kondom dan atau bersama dengan metode KB lainnya
- Mudah di dapat dan digunakan
- Perlu bicara dengan pasangan



Zanak Zanak

KAMI BANGGA Ikut Keluarga Berencana

SURAT PERNYATAAN KETUA PENGUSUL

Nama : Intan Widya Sari, M.Keb
NIDN : 1001088506
Pangkat/ Golongan : IIIb
Jabatan Fungsional : Asisten Ahli

Dengan ini menyatakan bahwa proposal saya dengan judul :

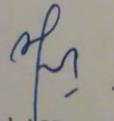
**SOSIALISASI PENTINGNYA PENGGUNAAN KB DALAM KESEHATAN
REPRODUKSI DI KELURAHAN MAHARANI KEC. RUMBAI**

Yang diusulkan dalam Skema Pengabdian untuk Tahun Anggaran 2019/2020 bersifat original dan tidak plagiat.

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Mengetahui,
Ketua Prodi Kebidanan Program Sarjana dan
Prodi Pendidikan Profesi Bidan Program
Profesi



Juli Selvi Yanti, SST, M.Kes
No Reg : 10306112189

Pekanbaru, 10 September 2019
Yang menyatakan,



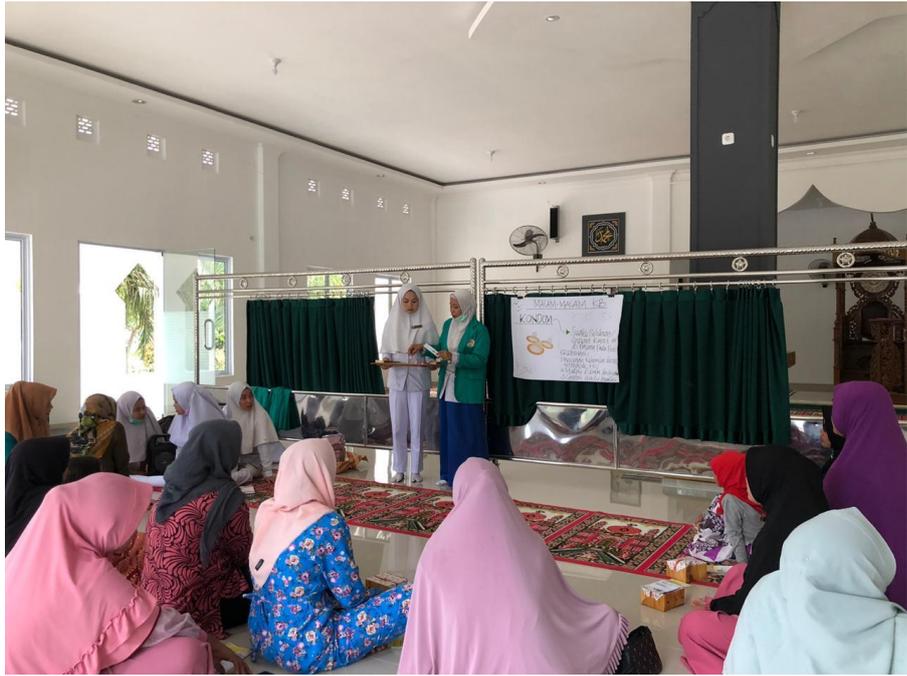
Intan Widya Sari, M.Keb
No Reg. 10306118280



Scanned with
CamScanner

DOKUMENTASI







LAPORAN PENGGUNAAN ANGGARAN

1. Honorarium				
Honor	Honor/jam	Waktu	Minggu	Jumlah Honor
	(Rp)	(jam/wkt)		
Ketua				Rp 125.000
Anggota				Rp 100.000
SUB TOTAL				Rp 225.000
2. Peralatan Penunjang dan Bahan Habis Pakai				
Material	Justifikasi	Kuantitas	Harga	Jumlah Harga
	Pemakaian		Satuan (Rp)	
Kertas A4	1 rim	1	Rp 40.000	Rp 40.000
Penjilitan Laporan	3 rangkap	3	Rp 25.000	Rp 75.000
Penjilitan Proposal	3 rangkap	3	Rp 15.000	Rp 45.000
Kenang-kenangan		20	Rp 25.000	Rp 500.000
Foto Copy	25 lembar	25	Rp 200	Rp 665.000
SUB TOTAL				Rp 665.000
3. Perjalanan				
Perjalanan		Kuantitas	Harga	Jumlah Harga
			Satuan (Rp)	
Akomodasi		3	Rp 50.000	Rp 150.000
Konsumsi		25	Rp 6.500	Rp 162.500
SUB TOTAL				Rp 312.500
4. Lain-lain				
Lain-lain		Kuantitas	Harga	Jumlah Harga
			Satuan (Rp)	
Biaya Publikasi		1	Rp 300.000	Rp 300.000
SUB TOTAL				Rp 300.000
TOTAL KESELURUHAN				Rp 1.502.500