

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui atau pedoman dalam membentuk suatu tindakan dari seseorang. Secara garis besar pengetahuan dibagi dalam enam tingkat pengetahuan yaitu : Notoatmodjo (2014):

- a. Tahu (*know*) diartikan hanya sebagai recall (memanggil) memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu.
- b. Memahami (*comprehension*) : memahami suatu objek bukan sekedar tahu terhadap objek tersebut, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi orang tersebut harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui tersebut.
- c. Aplikasi (*application*) diartikan apabila orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi yang lain.
- d. Analisa (*analysis*) merupakan kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan atau memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui.
- e. Sintesis (*synthesis*) sintesis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakan dalam suatu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi - formulasi yang telah ada.

- f. Evaluasi (*Evaluation*) evaluasi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu. Penilaian ini dengan sendirinya didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau norma-norma yang berlaku di masyarakat.

Adapun faktor – faktor yang lain menurut Mubarak (2012) yang dapat mempengaruhi pengetahuan diantaranya:

1. Pendidikan

Pendidikan berarti pembelajaran dan bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain terhadap suatu hal agar mereka dapat memahami sesuatu. Pengetahuan erat hubungannya dengan pendidikan, dimana individu dengan pendidikan yang tinggi diharapkan mempunyai pengetahuan yang semakin luas pula. Namun bukan berarti individu yang memiliki pendidikan rendah mutlak rendah pula pengetahuannya. Hal ini mengingat bahwa peningkatan pengetahuan tidak hanya didapatkan dari pendidikan formal, namun dapat berasal dari pendidikan non formal (Soraya Y, 2020). Pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi sikap terhadap kontrasepsi, individu yang berpendidikan tinggi akan memberikan respon yang lebih rasional dari mereka yang berpendidikan rendah (Notoatmodjo, 2014).

2. Pekerjaan

Suatu lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengetahuan dan informasi yang diterima dapat secara langsung maupun tidak langsung. Seorang ibu yang bekerja mempunyai wawasan yang lebih luas sehingga informasi yang didapatkan terkait penggunaan kontrasepsi juga akan didapat dari teman kerjanya (Soraya Y, 2020).

3. Umur

Bertambah umur seseorang akan mengalami perubahan aspek fisik dan psikologis (mental) . Karena dengan bertambahnya umur kematangan mental maupun organ akan semakin bertambah pula. Disini usia mempunyai hubungan yang bermakna dengan pengetahuan ibu, ini dikarenakan usia ibu yang produktif, sehingga ibu cenderung mencari informasi dalam menggunakan kontrasepsi (Soraya Y, 2020).

4. Minat

Minat adalah kecenderungan atau suatu keinginan yang tinggi terhadap sesuatu minat menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni suatu hal maka dengan minat yang baik akan lebih menambah pengetahuan yang ada.

5. Pengalaman

Pengalaman adalah suatu kejadian yang pernah dialami seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Dengan adanya pengalaman seseorang akan lebih dapat mempelajari kesalahan. Menurut Notoatmodjo (2014) pengalaman seseorang sangat mempengaruhi, semakin matang pengalaman seseorang tentang suatu hal, maka akan semakin bertambah pula pengetahuan seseorang akan hal tersebut. Pengalaman sebelumnya akan mempengaruhi tingkat ansietas individu. Ibu hamil yang telah memiliki anak sebelumnya telah memiliki pengalaman dalam program KB termasuk pengetahuan terkait penggunaan Kontrasepsi pasca persalinan (Soraya Y, 2020)

6. Informasi

Informasi adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, informasi yang diperoleh dari berbagai sumber akan

mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Sumber informasi adalah proses pemberitahuan yang dapat membuat seseorang mengetahui informasi dengan mendengar atau melihat sesuatu secara langsung maupun tidak langsung dan semakin banyak informasi yang didapat, akan semakin luas pengetahuan seseorang (Fahmi, 2012).

Dengan adanya paparan informasi maka seseorang akan lebih mudah mengetahui suatu hal, seseorang memperoleh informasi bisa melalui pendidikan formal maupun non formal dapat memberi pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Pemberian informasi yang tentang KB akan meningkatkan pengetahuan ibu hamil serta akan meningkatkan kesediaan menjadi akseptor KB pasca persalinan (Suyanti, 2019). Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan cara pengisian kuesioner yang menyangkut tentang isi materi yang diukur dari subjek penelitian atau responden. Masing-masing jenis pertanyaan memiliki nilai bobot tertentu, setelah itu akan diperoleh skor setiap responden dari setiap pertanyaan yang dijawab benar (Arikunto, 2012). Hasil ukur pengetahuan dapat dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu: skor baik (76-100%), skor cukup (57-75%), dan skor kurang ($\leq 56\%$).

B. Dukungan Suami

1. Pengertian suami

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia suami adalah pria yang menjadi pasangan hidup resmi seorang wanita /istri yang telah menikah. Suami merupakan pemimpin serta pelindung bagi istrinya, maka kewajiban suami terhadap istrinya yaitu mendidik, mengarahkan istri kepada kebenaran, kemudian memberi nafkah lahir batin. Suami merupakan pria yang menjadi pasangan hidup resmi seorang

wanita, suami memiliki peranan penting dalam keluarga dimana suami sangat dituntut sebagai motivator dalam kebijakan yang akan diputuskan termasuk keluarga berencana.

Kamus besar Indonesia (KBBI) tahun 2008 menyatakan dukungan sebagai sesuatu yang didukung, dorongan atau untuk memberi semangat kepada seseorang. Chaplin (2009) menyatakan dukungan juga dapat diartikan sebagai memberikan dorongan/motivasi atau semangat dan nasihat kepada orang lain dalam situasi pembuat keputusan. Dukungan yang dirasakan oleh individu dalam kehidupannya membuat dia merasakan akan dicintai, dihargai, dan diakui serta membuat dirinya menjadi lebih berarti dan dapat mengoptimalkan potensi yang ada dalam dirinya. Orang yang mendapat dukungan akan merasa menjadi bagian dari pemberi dukungan (Bobak dalam Indrawati dkk, 2017).

2. Jenis - jenis dukungan

a. Dukungan *emosional*

Aspek-aspek dari dukungan *emosional* meliputi dukungan yang diwujudkan dengan adanya kepercayaan, perhatian, mendengarkan, dan didengarkan. Dukungan emosional suami merupakan bentuk atau jenis dukungan yang diberikan oleh suami. Dukungan *emosional* meliputi ekspresi empati, misalnya mendengarkan, bersikap terbuka, menunjukkan sikap percaya terhadap apa yang dikeluhkan, memahami, ekspresi kasih sayang dan perhatian. Dukungan emosional akan membuat individu merasa nyaman (Friedman dalam Kinasih, 2017). Menurut House dalam Annisa dan Swastiningsih (2015), aplikasi dukungan emosional yang dapat diberikan suami pada ibu nifas yaitu:

- 1) Mendengarkan dengan penuh perhatian keluhan maupun permasalahan yang sedang dihadapi oleh ibu nifas
- 2) Peduli pada setiap keluhan yang dialami oleh ibu.
- 3) Memahami keputusan dan tindakan yang dilakukan oleh ibu.

b. Dukungan informasi

Menurut Selye dalam Annisa dan Swastiningsih (2015), dukungan informasi adalah memberikan dukungan seperti penjelasan, nasihat, pengarahan, dan saran tentang situasi dan segala sesuatu yang berhubungan dengan masalah yang sedang dihadapi oleh individu sehingga bisa menentukan sikap dalam menghadapi situasi yang dianggap beban. Memberi saran bukan perintah sehingga ibu dapat memutuskan untuk mencoba atau tidak. Hal ini akan membuat ibu merasa memiliki hak untuk menguasai keadaan dan dipercaya sehingga muncul lagi percaya dirinya. Menurut Cohen dan Syme dalam (Dewi 2021), aplikasi dukungan informasi yang dapat diberikan suami pada ibu nifas yaitu;

- 1) Memberikan petunjuk untuk setiap keluhan yang dirasakan ibu nifas
- 2) Membantu memecahkan masalah yang sedang dihadapi oleh ibu

c. Dukungan *appraisal* atau penilaian

Dukungan penilaian dapat berupa penilaian positif dan penilaian negatif yang berpengaruh sangat berarti bagi seseorang. Dukungan penilaian suami memainkan peran penting dalam mengintensifkan perasaan sejahtera. Orang yang hidup dalam lingkungan yang suportif kondisinya jauh lebih baik daripada mereka yang tidak memilikinya. Dukungan ini bisa berbentuk penilaian yang positif, penguatan (pembenaran) untuk melakukan sesuatu, umpan balik /menunjukkan perbandingan sosial yang membuka wawasan individu dalam keadaan stres serta

dukungan untuk maju persetujuan terhadap gagasan dan perasaan individu lain (Friedman dalam Kinasih, 2017).

Menurut Cohen dan Syme dalam (Dewi 2021), aplikasi dukungan penilaian yang diberikan suami pada ibu nifas yaitu:

- 1) Suami memberikan pujian selama proses nifas.
- 2) Suami sesekali memberikan hadiah kecil kepada ibu

d. Dukungan *instrumental*

Suami merupakan sebuah dari sumber pertolongan praktis maupun konkrit diantaranya kesehatan pasien dalam hal kebutuhan makan dan minum, istirahat, dan terhindarnya seseorang dari kelelahan. Dukungan instrumental suami merupakan suatu dukungan atau bantuan penuh dari suami seperti memberikan bantuan langsung, bersifat fasilitas atau materi, menyediakan fasilitas yang diperlukan, tenaga, dana, memberi makanan maupun meluangkan waktu untuk membantu mengurus bayi atau melayani dan mendengarkan istri (Sukmawati, 2019). Menurut Cohen dan Syme dalam (Dewi 2021), aplikasi dukungan instrumental yang diberikan suami pada ibu nifas yaitu ;

- 1) Membantu menyediakan keperluan ibu nifas.
- 2) Memastikan nutrisi ibu nifas terpenuhi.
- 3) Memberikan dukungan semangat dan bersedia membantu ibu dalam proses pemulihan saat nifas.

3. Kepatuhan Istri Pada Suami

Menurut Mita (2018) kepatuhan kepada suami dimaksudkan sebagai salah satu penghormatan atas kepemimpinan, tanggung jawab serta peran suami yang begitu besar terhadap istrinya. Sebuah rumah tangga tidak dapat dilalui dengan

sikap sembrono, tanpa rencana dan apa adanya. Maka tidak salah kalau kemudian ada istilah bahtera keluarga.

Peran Suami Dalam Keluarga Berencana (KB)

Terdapat 5 peran suami dalam Keluarga Berencana yaitu :

- a. Pemakaian suatu alat kontrasepsi
- b. Dimana tempat mendapatkan pelayanan Keluarga Berencana
- c. Waktu berapa lama dalam pemakaian alat kontrasepsi
- d. Efek samping dari penggunaan kontrasepsi
- e. Siapa yang harus menggunakan alat kontrasepsi.

Peran suami sebagai motivator dengan memberi motivasi atau dorongan untuk menjadi peserta KB dengan menggunakan salah satu jenis alat kontrasepsi (Rafidah, 2014).

Peran suami dalam kesehatan reproduksi adalah tanggung jawab suami dalam kesehatan reproduksi terutama pada pemeliharaan kesehatan, serta berperilaku seksual yang sehat dan aman terhadap keluarga bahkan diri sendiri.

4. Dukungan Suami Pada Istri Terhadap Pemilihan Alat Kontrasepsi

Dukungan yaitu sesuatu yang dapat memenuhi kebutuhan pada manusia lainnya. Dukungan merupakan dorongan atau nasihat kepada orang lain dalam pembuatan keputusan. Dukungan suami dapat menimbulkan dampak positif pada keluarga, termasuk pada istrinya, sebab dengan adanya dukungan suami terutama dalam pemilihan kontrasepsi, maka istri akan merasa percaya dalam memilih kontrasepsi tersebut dan istri tidak akan khawatir saat pemakaian kontrasepsi tersebut. Jenis dukungan suami dalam pemilihan KB pasca persalinan

dikelompokkan sama dengan 4 komponen dukungan sosial secara umum yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan penilaian, dan dukungan informasional.

Dukungan dari suami untuk memantapkan pemakaian kontrasepsi sangat dibutuhkan. Istri merasa lebih tenang menjadi peserta KB saat suaminya memberikan dukungan sepenuhnya, termasuk menemani saat konseling, pemasangan alat kontrasepsi, menemani kontrol dan selalu mengayomi istri saat sesuatu yang tidak diinginkan terjadi (Faridah, 2014).

5. Cara Menilai Dukungan

Menghitung dukungan suami terhadap ibu dilakukan dengan menilai jawaban responden terhadap kuesioner yang memuat pertanyaan tentang dukungan. Kuesioner ini disusun berdasarkan pedoman penyusunan dengan *Skala Likert*. *Skala Likert* adalah skala yang dipergunakan untuk mengukur sikap, pendapat, atau persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu gejala atau fenomena sosial (Werang, 2015)

Kuesioner ini terdiri dari 28 butir pertanyaan yang terbagi menjadi 4 jenis dukungan sosial, yang terdiri atas pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Penilaian kuesioner ini menggunakan *skala Likert* dengan alternatif jawaban yaitu:

a. Pernyataan favorable diberi skor:

Selalu : 4

Sering : 3

Jarang : 2

Tidak pernah : 1

b. Pernyataan unfavorable diberi skor:

Selalu : 1

Sering : 2

Jarang : 3

Tidak pernah : 4

Kategorisasi dukungan suami menggunakan kriteria skor ideal dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Menentukan nilai tertinggi (XT)

XT = jumlah item pertanyaan x skor tertinggi tiap butir pertanyaan

$$XT = 28 \times 4$$

$$= 112$$

b. Menentukan Nilai Terendah (XR)

XR = jumlah item pertanyaan x skor terendah tiap butir pertanyaan

$$XR = 28 \times 1$$

$$= 28$$

c. Menentukan μ (Mean)

$$\mu = 1/2 (XT + XR)$$

$$= 1/2(112 + 28)$$

$$= 70$$

d. Menentukan σ (Standar Deviasi)

$$\sigma = 1/6 (XT - XR)$$

$$= 1/6 (112 - 28)$$

$$= 14$$

- e. Menentukan nilai-nilai batas klasifikasi variabel dukungan suami menjadi 3 kategori yaitu:

$$\text{Baik} : x \geq (\mu + 1,0 \sigma)$$

$$: x \geq (70 + 14)$$

$$: x \geq 84$$

$$\text{Cukup} : (\mu - 1,0\sigma) \leq x < (\mu + 1,0\sigma)$$

$$: (70-14) \leq x < (70+14)$$

$$: 56 \leq x < 84$$

$$\text{Kurang} : x < (\mu - 1,0 \sigma)$$

$$: x < (70 - 14)$$

$$: x < 56$$

Sumber Buku Evaluasi Hasil Belajar (Nurkancana,1992)

C. **Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Suami**

Faktor – faktor yang dapat mempengaruhi dukungan suami diantaranya:

1. **Umur**

Umur seseorang dapat dibagi menjadi beberapa rentang atau kelompok dimana masing-masing kelompok menggambarkan tahap pertumbuhan manusia tersebut. Departemen Kesehatan RI membagi katagori umur (dalam Amin dan Juniati 2017),

Laki-laki yang tergolong dalam rentang usia dewasa yaitu pada usia 26 - 45 tahun. Kategori dewasa menunjukkan bahwa seseorang berada pada rentang usia reproduksi sehat. Matang secara mental, biologis maupun psikologis dalam menghadapi proses kehidupan berpengaruh pada kemampuan seseorang dalam pengambilan keputusan, mengendalikan emosi, berpikir rasional sehingga

berpengaruh kepada perilaku positifnya salah satu adalah memberikan dukungan terhadap pasangan dalam pengambilan keputusan (Azwar, 2016).

2. Tingkat Pendidikan

Pendidikan akan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan suami semakin mudah dalam mendapatkan informasi (Nindya, 2017). Menurut Kurniawati dalam Rahmawati (2017), tingkat pendidikan menjadi faktor yang mempengaruhi dukungan suami. Tingkat pendidikan suami akan mempengaruhi wawasan dan pengetahuan suami sebagai kepala rumah tangga. Semakin rendah pengetahuan suami maka akses terhadap informasi kesehatan istrinya akan berkurang sehingga suami akan kesulitan mengambil keputusan secara cepat dan efektif.

3. Pekerjaan

Pekerjaan dari seseorang akan sangat berkaitan dengan hasil pendapatan seseorang. Menurut Kurniawati (dalam Rahmawati, 2017), sekitar 75%-100% masyarakat pada umumnya menggunakan pendapatannya untuk membiayai keperluan hidup. Banyak keluarga yang setiap bulan berpenghasilan rendah sehingga jika terjadi masalah kesehatan pada anggota keluarga tidak bisa ditangani karena tidak mempunyai kemampuan untuk membiayai. Pekerjaan dan penghasilan seseorang juga berkaitan erat dengan status ekonomi seseorang. Suami yang mempunyai status sosial ekonomi yang baik akan lebih mampu berperan dalam memberikan dukungan pada istrinya (Bobak dalam Bobby, 2019).

4. Jumlah anak

Berdasarkan hasil penelitian, NKW Parmati (2022) didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki anak dengan jumlah satu dan dua anak, lebih

mendapat dukungan positif dari suaminya. Hal ini sejalan dengan penelitian Priscilla, dkk (2011) pada hasil analisa jumlah anak diketahui bahwa rata-rata ibu yang memperoleh dukungan suami secara umum positif adalah ibu dengan jumlah anak antara satu dan dua anak. Suami dengan jumlah anak sedikit cenderung lebih memberikan dukungan dan perhatian kepada istrinya sehingga ibu dengan jumlah anak sedikit cenderung bisa melewati masa nifas.

5. Budaya

Budaya di berbagai wilayah Indonesia terutama di dalam masyarakat yang masih tradisional menganggap istri adalah konco wingking, yang artinya bahwa kaum wanita tidak sederajat dengan kaum pria, dan wanita hanyalah bertugas untuk melayani kebutuhan dan keinginan suami saja. Anggapan seperti ini mempengaruhi perlakuan suami terhadap kesehatan reproduksi istri, misalnya kualitas dan kuantitas makanan suami yang lebih baik dibanding istri maupun anak karena menganggap suamilah yang mencari nafkah dan sebagai kepala rumah tangga sehingga asupan zat gizi mikro untuk istri berkurang, suami tidak empati dan peduli dengan keadaan ibu (Bobak dalam Bobby, 2019).

Penelitian yang dilakukan di Irian, yang menyebutkan bahwa tingkat pendidikan suami adalah faktor yang paling berpengaruh dalam menggunakan metode alat kontrasepsi. Dukungan suami dalam mengambil keputusan dalam penggunaan alat kontrasepsi sangat membantu istri dalam pengambilan keputusan (Kesehatan Institut Medika Drg.Suherman, 2019) Hasil penelitian dengan teori Notoatmodjo (2009), bahwa dukungan suami merupakan sifat interaksi yang berlangsung dalam berbagai hubungan sosial individu, yaitu istri. Sudah menjadi tradisi keputusan dalam keluarga suamilah yang memegang peranan penting

karena segala sesuatu harus dengan persetujuan suami atau yang berkuasa di rumah. Pasangan sangat berperan penting dalam pemilihan alat kontrasepsi, karena jika ada salah satu keluarga yang tidak setuju, ibu akan mempertimbangkan ulang pilihannya. Dan sebagai istri akan mengikuti keputusan dari suami.

D. KB Pasca Persalinan

1. Pengertian KB pasca persalinan

KB pasca persalinan merupakan upaya pencegahan kehamilan dengan menggunakan alat dan obat kontrasepsi segera setelah melahirkan sampai dengan 42 hari / 6 minggu setelah melahirkan (BKKBN, 2017).

Alasan pentingnya penggunaan KB pasca persalinan yaitu :

- a. Periode yang paling reseptil dalam menerima kontrasepsi perempuan yaitu setelah melahirkan terutama pada 48 jam pertama dengan penyedia layanan kesehatan yang ada memberikan kesempatan untuk konseling dan menyediakan metode kontrasepsi yang aman dan sesuai pilihan mereka.
- b. Risiko kehamilan setelah melahirkan untuk wanita yang tidak menyusui bayinya kehamilan bisa segera terjadi setelah 4(empat) minggu melahirkan.
- c. Memastikan waktu yang sehat dengan jarak kehamilan interval kehamilan kurang dari 24 bulan berhubungan dengan risiko tinggi berdampak buruk pada ibu serta janin dan bayinya. Penyediaan konseling KB dan pelayanan setelah melahirkan dapat memastikan waktu yang sehat jarak kehamilan.
- d. Memastikan waktu kehamilan yang aman setelah abortus jarak kurang dari 6 bulan antara abortus dan kehamilan berikutnya berhubungan dengan tingginya resiko dampak buruk pada kesehatan ibu, janin, dan bayi.

Penyediaan konseling KB dan pelayanan setelah abortus dapat memastikan jarak kurang dari 6 bulan untuk kehamilan berikutnya.

2. Tujuan KB pasca persalinan

Adapun beberapa tujuan KB Pasca Persalinan yaitu :

- a. Mengatur jarak kehamilan atau kelahiran.
- b. Menghindari kehamilan yang tidak diinginkan diharapkan semua keluarga merencanakan kehamilannya dengan aman dan sehat.
- c. Menurunkan angka kematian ibu serta bayi dan menekan risiko 4 terlalu yaitu:
 - 1) Terlalu muda melahirkan usia dibawah 20 tahun.
 - 2) Terlalu tua melahirkan diatas 35 tahun.
 - 3) Terlalu dekat jarak kelahiran kurang dari 2 tahun dari anak sebelumnya.
 - 4) Terlalu banyak anak lebih dari 4 anak.

3. Pemilihan KB

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) memilih adalah menentukan (mengambil) sesuatu yang dianggap sesuai dengan kesukaan (selera), mencari atau memisah-misahkan mana yang baik (besar, kecil, dan sebagainya). Sedangkan pemilihan adalah proses, perbuatan cara memilih sehingga dapat disimpulkan bahwa pemilihan KB adalah perilaku memilih KB dalam pengambilan keputusan yang sesuai dengan keinginan serta bisa memilih yang baik dan buruk dari pemilihan tersebut.

4. Kontrasepsi pasca persalinan

Pemilihan kontrasepsi KB Pasca persalinan menurut Peraturan Kepala Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional Nomor 24 Tahun 2017

tentang pelayanan keluarga berencana pasca persalinan dan pasca keguguran disesuaikan dengan :

a. Ibu yang akan menyusui anaknya:

Ibu yang akan menyusui anaknya dapat menggunakan jenis metode Tubektomi, vasektomi, AKDR, Implan, Suntik 3 bulanan, Pil Progesteron, Kondom dan MAL. Kontrasepsi suntik progestin

b. Ibu yang tidak menyusui anaknya

Ibu yang tidak menyusui anaknya dapat menggunakan jenis metode Tubektomi dan vasektomi, AKDR, Implan, Suntik 3 bulanan, Pil progesteron, Kondom, MAL, Suntikan KB 1 bulanan dan Pil kombinasi. (Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional, 2017)

5. Faktor – faktor yang berpengaruh terhadap pemilihan KB pasca persalinan

- a. Pengetahuan
- b. Tempat pelayanan KB pasca Persalinan
- c. Sikap ibu
- d. Dukungan keluarga dan dukungan suami
- e. Peran petugas kesehatan

E. Jenis - Jenis Metode Kontrasepsi

Kontrasepsi yang cocok pada ibu di masa nifas, yaitu :

1. Kontrasepsi metode amenore laktasi (MAL)

MAL merupakan kontrasepsi yang mengandalkan pemberian ASI secara eksklusif artinya hanya diberikan ASI tanpa pemberian tambahan makanan atau minuman apapun lainnya (pasal 49, Peraturan Kepala Badan Kependudukan Dan

Keluarga Berencana Nasional Nomor 24 Tahun 2017) persyaratan MAL bisa dikatakan menjadi kontrasepsi jika:

- a. Pemberian ASI Eksklusif
- b. Bayi kurang dari 6 bulan
- c. Ibu belum mendapatkan menstruasi

Penggunaan MAL dapat memproteksi sekurangnya selama enam bulan; dan setelah 6 bulan keatas peserta KB harus mempertimbangkan penggunaan metode tambahan.

2. Kontrasepsi pil KB

Pil KB adalah kontrasepsi hormonal yang umumnya digunakan untuk mencegah kehamilan. Pil KB bekerja mengendalikan kelahiran atau mencegah kehamilan dengan mengganggu pelepasan sel telur dari ovarium setiap bulannya . Jenis pil KB yaitu:

- a. Pil Progestin (Pil Mini)

Pil mini adalah pil KB yang hanya mengandung hormon progesteron takaran rendah dan diminum sehari sekali. Takaran progestin yang dipergunakan sebanyak 0,03-0,05 mg per tablet. Terdapat 2 jenis pil mini, yaitu: pil mini dalam bungkusan dengan isi 28 pil yang mengandung 75 mg desogestrel dan pil mini dalam bungkusan dengan isi 35 pil yang mengandung 300 mg levonorgestrel atau 350 mg noretindron. Kontrasepsi ini cocok digunakan oleh ibu yang menyusui serta ingin memakai pil KB, karena sebab efektif pada masa laktasi. Efek samping primer merupakan gangguan perdarahan (Perdarahan bercak atau pendarahan tidak teratur).

Cara kerja kontrasepsi pil diantaranya :

- 1) Mencegah implantasi,
- 2) Mengentalkan lendir serviks akibatnya mengganggu penetrasi sperma,
- 3) Mengganti motilitas tuba akibatnya transportasi sperma menjadi terganggu.

Adapun keuntungannya pemakaian Pil mini yaitu:

- 1) Tidak mengganggu hubungan seksual.
- 2) Tidak mempengaruhi produksi ASI.
- 3) Risiko terhadap kesehatan sangat kecil.
- 4) Mudah diberhentikan setiap saat.
- 5) Dapat dipakai sebagai kontrasepsi darurat.
- 6) Kesuburan cepat balik.

Waktu pemakain pil KB:

- 1) Setiap saat selagi haid , untuk meyakinkan kalau perempuan tersebut tidak hamil
- 2) Hari pertama sampai hari ke 7 siklus haid
- 3) Bila berhenti menggunakan kontrasepsi injeksi, dan ingin menggantikan dengan pil kombinasi, pil dapat segera diberikan tanpa menunggu haid.

b. Pil kombinasi (*Combination Oral Contraceptive Pill*)

Pil kombinasi ialah pil KB yang mengandung hormon estrogen dan progesteron serta diminum sehari sekali. Pil KB kombinasi mengandung hormon aktif dan hormon tidak aktif, termasuk paket konvensional (*conventional pack*) dan *continuous dosing or extended cycle*. Cara kerja pil kombinasi mencegah implantasi, mengganggu ovulasi, mengentalkan lendir serviks, memperlambat transportasi ovum, serta menekan perkembangan telur yang dibuahi

Manfaat pil kombinasi

- 1) Tidak mengganggu hubungan seksual
- 2) Bisa mengurangi peristiwa anemia
- 3) Bisa diberhentikan kapan saja
- 4) Bisa dipakai di usia remaja hingga menopause

3. Kontrasepsi KB Suntik / Suntikan progestin

Keluarga berencana suntik merupakan metode kontrasepsi yang diberikan melalui suntikan. Metode ini merupakan salah satu metode yang digunakan untuk mencegah ovulasi, mengentalkan lendir serviks, dan membuat endometrium tidak untuk kawasan implantasi ovum yang sudah dibuahi. Metode suntikan sudah menjadi bagian gerakan keluarga berencana nasional dan peminatnya semakin bertambah. Kontrasepsi ini sangat efektif dan safety serta bisa digunakan pada semua wanita seusia reproduksi, kembalinya kesuburan lebih lambat (rata-rata 4 bulan), dan cocok untuk masa laktasi karena tidak menekan produksi ASI.

Manfaat dari penggunaan KB suntik

- a. Sangat efektif
- b. Pencegahan kehamilan jangka panjang
- c. Tidak berpengaruh pada hubungan suami istri
- d. Cocok untuk masa laktasi karena tidak berpengaruh terhadap produksi ASI
- e. Tidak mengandung estrogen sehingga tidak berdampak serius terhadap penyakit jantung dan gangguan pembekuan darah

4. Kontrasepsi Implan

Implan atau alat kontrasepsi bawah kulit (AKBK) adalah sebagian metode kontrasepsi yang relatif ampuh untuk mencegah kehamilan.

Terdapat 2 batang diisi dengan 75 mg levonorgestrel dengan lama kerja 3 tahun.

Manfaat pemakaian kontrasepsi implant yaitu

- a. Daya guna tinggi, perlindungan jangka panjang
- b. Pengembalian tingkat kesuburan cepat sesudah pencabutan
- c. Bebas dari dampak estrogen
- d. Tidak merusak produksi ASI hingga aman digunakan saat sesuai kebutuhan.

5. Kontrasepsi Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR)

AKDR merupakan bahan inert sintetis atau tanpa unsur tambahan untuk sinergi efektivitas dalam berbagai bentuk yang dipasangkan ke dalam rongga rahim untuk menghasilkan efek kontrasepsi serta terbuat dari bahan plastik yang berwarna putih. AKDR memiliki beberapa jenis, yaitu CuT-380A, Nova T, dan Lippes Loops.

Jenis AKDR yaitu:

- a. Lippes loop, yaitu dengan cara dimasukkan kedalam introducer melalui pangkal hingga mendekati ujung proksimal.
- b. Copper T atau copper seven, yaitu dengan cara dimasukkan kedalam introducer dari ujungnya hingga batas tertentu dan harus memakai sarung tangan yang masih steril.

Cara Kerja AKDR

- a. Endometrium mengalami transformasi yang ireguler, epitel atrofi sehingga mengganggu implantasi.
- b. Mencegah terjadinya pembuahan dengan menghambat bertemunya ovum dengan sperma.
- c. Mengurangi jumlah sperma yang mencapai tuba fallopi

- d. Tidak memengaruhi hubungan seksual , tidak mempengaruhi produksi ASI.

Keuntungan AKDR

- a. Efektif dengan proteksi jangka panjang
- b. Tidak mengganggu hubungan suami istri
- c. Tidak berpengaruh terhadap produksi ASI
- d. Kesuburan segera kembali bila AKDR sudah di uff
- e. Efek sampingan lebih kecil.

6. Kontrasepsi mantap (Kontap)

Kontrasepsi ini terdiri menjadi 2 bagian, yaitu kontap wanita atau sterilisasi wanita atau medis operatif wanita (MOW), seperti tubektomi dan kontap pria atau sterilisasi pria atau medis operatif pria (MOP), seperti vasektomi.

a. Kontap Wanita

MOW adalah mekanisme bedah untuk menghentikan fertilitas atau kesuburan wanita. Alat ini sangat efektif (0,5 kehamilan per 100 wanita selama tahun pertama pemakaian) bila dipasang dan bekerja efektif 6-10 minggu sesudah operasi. Keterbatasan Kontrasepsi ini

- 1) Wajib mempertimbangkan sifat tetap metode ini.
- 2) Pasien bisa menyesal di kemudian hari
- 3) Dampak negatif komplikasi tipis
- 4) Rasa sakit hanya sebentar setelah pemasangan
- 5) Dipasang oleh dokter
- 6) Tidak melindungi IMS termasuk HIV / AIDS

b. Vasektomi

Vasektomi adalah dilakukan dengan membentuk oklusi vas deferens sehingga sperma tidak dapat mencapai vesikula seminalis yang akhirnya tidak mengisi cairan ejakulat saat terjadi emisi dalam vagina.

Keterbatasan Vasektomi:

- 1) Bila belum siap kemungkinan akan menyesal.
- 2) Risiko serta dampak negatif pembedahan sikit.
- 3) Adanya nyeri atau rasa tidak nyaman pasca persalinan
- 4) Tidak melindungi pasien terhadap penyakit menular seksual / PMS, seperti HIV / AIDS.

7. Kontrasepsi Kondom

Kontrasepsi kondom adalah Kontrasepsi yang dapat mencegah sperma masuk ke saluran reproduksi wanita, disamping sebagai alat kontrasepsi, juga berfungsi pelindung terhadap infeksi atau transmisi mikroorganisme penyebab PMS. Kontrasepsi kondom tidak hanya dipakai untuk mencegah kehamilan, tetapi juga untuk mencegah Penyakit Menular Seksual (PMS), seperti HIV dan AIDS. Kontrasepsi kondom bisa efektif, bila pemakaiannya baik dan benar.

Keterbatasan penggunaan kontrasepsi kondom yaitu :

- a. Dapat rusak atau bocor pada saat berhubungan.
- b. Dapat mengalami reaksi alergi saat pemakaian.
- c. Saat berhubungan kenikmatan menjadi berkurang

F. Masa Nifas

1. Definisi masa nifas

Masa nifas atau post partum disebut juga *puerperium* adalah darah yang keluar dari rahim setelah melahirkan. Masa nifas dimulai sejak plasenta lahir hingga berakhir ketika rahim kembali seperti keadaan sebelum hamil. *puerperium* (masa nifas) berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari, artinya yaitu waktu yang diperlukan untuk pulihnya alat kandungan sampai keadaan yang normal.

2. Tujuan masa nifas

- a. Untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi, baik fisik maupun psikologis.
- b. Untuk melaksanakan skrinning secara komprehensif, deteksi dini, mengobati atau merujuk bila terjadi komplikasi pada ibu maupun bayi.
- c. Untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan kesehatan diri, nutrisi, KB, cara dan manfaat menyusui, pemberian imunisasi, serta perawatan bayi sehari – hari.
- d. Memberikan pelayanan keluarga berencana
- e. Untuk mendapatkan kesehatan imunisasi.

3. Tahapan masa nifas

Ada 3 tahapan masa nifas yaitu:

a. Puerperium Dini

Puerperium dini merupakan masa pemulihan sehingga ibu diperbolehkan untuk beraktivitas seperti biasa.

b. Puerperium Intermedial

Puerperium Intermedial merupakan masa pemulihan organ – organ reproduksi kira – kira kurang lebih selama 6 minggu.

c. Remote Puerperium waktu

Remote Puerperium waktu merupakan masa yang diperlukan untuk pemulihan hingga sehat kembali dalam keadaan sempurna terutama pada ibu yang selama hamilnya atau saat melahirkan mengalami komplikasi.

4. Kebijakan program nasional masa nifas

Terdapat 4 kali kunjungan yang dilakukan dalam kebijakan program nasional masa nifas, yang bertujuan untuk menilai status ibu dan bayi baru lahir serta untuk mencegah, mendeteksi, dan menangani masalah-masalah yang terjadi. Kebijakan program nasional masa nifas, yaitu :

a. 6 - 8 jam setelah persalinan

- 1) Dapat mencegah perdarahan masa nifas karena atonia uteri.
- 2) Dapat mendeteksi serta merawat penyebab lainnya pendarahan apabila pendarahan terus berlanjut.
- 3) Dapat memberikan pengarahan atau pengetahuan pada ibu atau anggota keluarga mengenai pencegahan perdarahan dalam masa nifas karena atonia.
- 4) Dapat menyusui bayi dengan segera
- 5) Mencegah Hipotermi yang bertujuan untuk menjaga bayi agar bayi tetap sehat.

b. Enam hari setelah persalinan.

- 1) Memastikan involusi uterus berjalan normal, uterus berkontraksi, fundus dibawah umbilikus, tidak ada pendarahan abnormal, dan tidak adanya aroma yang tidak sedap atau berbau.
- 2) Menilai tanda-tanda demam, serta pendarahan abnormal, serta infeksi.

- 3) Memastikan ibu tetap mendapatkan makanan, cairan, serta istirahat yang cukup.
 - 4) Memastikan ibu untuk menyusui bayi baru lahir dengan baik.
 - 5) Memberikan arahan atau pengetahuan pada ibu mengenai asuhan bayi dan tali pusat, serta merawat bayi agar tetap sehat.
- c. Dua minggu setelah persalinan segera memastikan rahim sudah kembali normal atau seperti biasa dengan cara mengukur serta meraba bagian rahim.
- d. Enam (6) minggu setelah persalinan
- 1) Menanyakan pada ibu tentang permasalahan atau hambatan yang dialami pada ibu dan bayi.
 - 2) Memberikan arahan atau pengetahuan mengenai pentingnya mengikuti program Keluarga Berencana (KB) secara dini (Reni, 2015).
- e. Perubahan masa nifas
- Terdapat perubahan masa nifas yaitu
- 1) Perubahan uterus. Perubahan Uterus merupakan perubahan proses uterus hingga kembali pada kondisi normal atau sebelum hamil. Perubahan uterus lebih lambat pada multipara dan perubahan uterus tersebut berada di organ pelvik pada hari ke-10 setelah persalinan.
 - 2) Pengeluaran lochea yaitu cairan yang keluar dari liang vagina atau enggama dalam masa nifas. Cairan yang dikeluarkan, yaitu darah dari sisa lapisan rahim. Urutan pengeluaran lochea : 1-3 rubra atau krueta merah kehitaman. 3-7 sanguinolenta putih bercampur darah. 7-14 serosa kekuningan. >14 alba putih. Jumlah total lochea yang diproduksi 150-450 ml dengan jumlah rata-rata 225 ml. Selama 2 – 3 hari pertama setelah melahirkan (Damai, 2017).

3) Payudara Laktasi ASI

Payudara laktasi ASI dihasilkan oleh kerja gabungan antara hormone dan refleksi. Kelenjar hipofisis di dasar otak menghasilkan hormon prolaktin akan membuat sel kelenjar payudara menghasilkan ASI. Prolaktin ialah hormon pertama yang bertanggung jawab dalam proses laktasi dengan cara rangsangan hisap bayi sehingga dapat mengeluarkan prolaktin dari adeni hipofisis dan oksitosin dari neurohipofisis. Menekankan pengeluaran faktor yang terhambat terhadap laktasi pada saat yang sama dan akan menstimulasi saraf melalui tulang belakang ke hypothalamus.

4) Perubahan suhu tubuh

Perubahan suhu badan pada ibu nifas tidak lebih dari 37,5 °C tetapi saat sesudah partus dapat naik kembali menjadi 0,5 °C dalam keadaan normal, namun tidak juga melebihi 38 °C. Umumnya suhu badan akan kembali normal sesudah 12 jam pertama melahirkan. Jika suhu badan >38 °C bisa saja adanya terjadi infeksi.