

ORIGINAL ARTICLE

MITOS DAN FAKTA TERKAIT PENGGUNAAN KONTRASEPSI HORMONAL

Yusvisca Nadhira Kanza, Titi Rahmawati, Dine Devita Khaledazia, Pingkan Nasuke, Niken Diyastiti, Riyantita Tunjung Sari, Maria Emilia Ratna Purwandari, Luh Putu Ananditha Malini, Muhammad Hakim Rafiga Putra, Khadariyah Wahdah, Bintan Devianur Putri

Mahasiswa Program Studi Pendidikan Apoteker Farmasi Universitas Airlangga

Email : yusvisca.nadhira.kanza-2014@ff.unair.ac.id

Abstrak

Keluarga Berencana atau yang disingkat KB merupakan program pemerintah yang bertujuan untuk pengendalian jumlah penduduk serta upaya peningkatan kesejahteraan masyarakat melalui upaya pengaturan jarak kelahiran anak, usia ideal melahirkan, termasuk upaya kehamilan yang prima. Program tersebut dilaksanakan sebagai kegiatan promosi kesehatan, dengan berbagai sarana kontrasepsi untuk mewujudkan keluarga yang sejahtera dan berkualitas. Hasil survei menunjukkan bahwa, jenis kontrasepsi yang paling banyak digunakan adalah jenis kontrasepsi hormonal. Prinsip cara kerja dari kontrasepsi hormonal adalah mempengaruhi hormon di dalam tubuh sehingga bisa mencegah terjadinya kehamilan; namun sebagai senyawa aktif farmasi, hormon berpotensi menimbulkan efek samping bagi penggunaannya. Di kalangan masyarakat, masih banyak yang percaya dengan stigma-stigma mengenai efek samping yang kurang tepat, sehingga hal tersebut perlu diluruskan dengan fakta kesehatan yang ada. Berdasarkan fenomena tersebut, perlu dibahas fakta dan mitos tentang efek samping dari kontrasepsi hormonal. Dalam mencari tahu stigma-stigma yang kurang tepat dimasyarakat, dilakukan survei dengan membagikan kuesioner dan mendatangi satu per satu rumah warga (akseptor KB) di beberapa titik wilayah di Surabaya. Hasil yang didapat di masyarakat menunjukkan bahwa di awal, 59% akseptor KB menentukan/memilih sendiri jenis kontrasepsi hormonal yang akan digunakan, meski hampir semuanya mengaku khawatir dengan adanya efek samping (52%). Mengingat pentingnya tujuan program KB, seharusnya semua provider kesehatan (bidan, dokter, apoteker dan para kader KB) memberi pengarahan dan edukasi terutama efek samping, agar setiap akseptor dapat menggunakan jenis kontrasepsi yang paling tepat dan aman digunakan, sehingga dapat memperoleh manfaat yang terbaik.

Kata kunci : Keluarga berencana, kontrasepsi hormonal, efek samping, mitos, fakta

Abstract

Keluarga Berencana (KB) is a government program that aims to control the population as well as efforts to improve the welfare of the community through efforts to regulate the birth spacing of children, the ideal age of childbirth, and the effort of a prime pregnancy. The program is implemented as a health promotion activity, with various contraceptive products to attain a prosperous and qualified family. A conducted survey resulted that the most widely used type of contraception is hormonal contraceptions with their principal mechanism affecting endogenous hormones to prevent pregnancy. As active pharmaceutical ingredients, hormones have their potential to cause side effects. Among the people, there are still many who believe in the stigma of unacceptable side effects, so it needs to be straightened out with the facts of health. Based on the phenomenon, it is necessary to discuss the facts and myths about the side effects of hormonal contraception. In finding out the less appropriate stigma in the community, a survey was conducted by distributing questionnaires and visiting KB acceptor as individual separately at some area in Surabaya. The results obtained in the community showed that at the beginning, 59% of KB acceptors choose the type of contraceptive to be used by their own preferences, although almost all acceptors claimed to be concerned about side effects (52%). Given the importance of the KB program objectives, all health providers (midwives, doctors, pharmacists, and KB cadres) should be directed and educated, especially on side effects, so that each acceptor can use the most appropriate and safest type of contraception to use so they can get the best benefits.

Keywords: Keluarga Berencana, contraceptive hormones, side effect, myth, fact

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara kepulauan dengan jumlah penduduk terbanyak nomor 4 di dunia. Keberhasilan pembangunan suatu bangsa ditentukan salah satunya oleh kualitas sumberdaya manusianya. Berkaitan dengan hal tersebut, saat ini Indonesia disebut sedang memasuki suatu tahapan Era Bonus Demografi, yaitu zaman dimana penduduk usia produktifnya menjadi sangat potensial, pengetahuan dan kondisi sekitar sudah mengikuti zaman teknologi yang maju, yang saat ini dimulai dan diperkirakan akan mencapai puncaknya pada rentang 2025-2030. Era bonus demografi ini sangat dipantau oleh pemerintah guna mengendalikan pertumbuhan jumlah penduduk maupun upaya perbaikan kualitas sumber daya manusia dari tahun ke tahun untuk mewujudkan NKKBS yang tercantum pada UU NO. 52 tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga.

Melihat fenomena diatas, pemerintah telah memiliki solusi untuk menekan jumlah penduduk yang semakin tinggi dengan pengendalian angka kelahiran atau kehamilan melalui program KB (Keluarga Berencana). Pemerintah telah mencetuskan Keluarga Berencana sejak tahun 1970 dengan berdirinya Badan Koordinator Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). Dimana strategi tersebut dengan penyediaan alat dan obat kontrasepsi yang mana harus disertai dengan upaya maksimal untuk mencapai efektivitas (BKKBN, 2009)

Keluarga berencana merupakan suatu proses pengaturan kehamilan agar terciptanya suatu keluarga yang sejahtera. Adapun menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 87 Tahun 2014 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, Keluarga Berencana, dan Sistem Informasi Keluarga menyebutkan bahwa program keluarga berencana (KB) adalah upaya mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal melahirkan, mengatur kehamilan, melalui promosi, perlindungan, dan bantuan sesuai dengan hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas.

Untuk merencanakan keluarga sejahtera, dapat dimulai dengan mengatur jarak kehamilan serta memilih dan menggunakan alat kontrasepsi yang tepat. Kontrasepsi merupakan suatu cara atau metode yang bertujuan untuk mencegah bertemunya sel sperma dan sel telur sehingga tidak terjadi kehamilan. Sedangkan pengertian dari alat kontrasepsi adalah alat-alat yang digunakan untuk menghambat proses tersebut (Kamaludin, 2012). Jenis-jenis alat kontrasepsi terdiri dari kontrasepsi mekanik, kontrasepsi hormonal dan kontrasepsi mantap (Guillebaud, 1985).. Kontrasepsi mekanik adalah kontrasepsi yang mencegah bertemunya sel sperma dan sel telur dalam rahim dengan

menggunakan pelindung. Contoh alat kontrasepsi mekanik diantaranya kondom, diafragma, IUD (Intra Uterine Device), dan spermisida. Alat kontrasepsi hormonal dideskripsikan sebagai kontrasepsi yang menggunakan hormon progesteron dan estrogen maupun kombinasi (Sriwahyuni, 2012). Estrogen dibutuhkan untuk maturasi dan pertumbuhan pada sistem reproduksi wanita. Estrogen dapat menstimulasi pertumbuhan vagina, uterus, dan tuba fallopi. Estrogen juga mempengaruhi perkembangan payudara, perubahan bentuk tubuh wanita, dan menstimulasi perkembangan pigmentasi. Progesteron berpengaruh pada pertumbuhan alveolobular pada payudara. Progesteron juga berperan dalam preovulasi pada lonjakan LH dan pematangan di endometrium (Katzung, et al., 2009). Contoh kontrasepsi hormonal diantaranya tablet/pil, suntikan, dan implant. Sedangkan kontrasepsi mantap digunakan untuk kontrasepsi yang bersifat permanen dengan cara memotong saluran sel sperma pria yang disebut vasektomi dan memotong saluran sel telur wanita yang disebut tubektomi.

Banyak masyarakat Indonesia yang masih menganggap penggunaan alat kontrasepsi memiliki efek samping dan stigma-stigma yang kurang tepat. Sehingga, masih banyak mitos yang harus diluruskan sesuai penelitian atau dunia medis yang telah ada. Fakta mengenai pil KB dapat menyebabkan hipertensi yakni berdasarkan Penelitian *Walnut Creek Contraceptive Drug*, yang melibatkan 11.672 wanita terbukti bahwa kontrasepsi pil KB berkaitan dengan peningkatan systolic 5 hingga 6 mmHg, dan 1 hingga 2 mmHg tekanan diastolik. Penelitian di Inggris yang melibatkan 46.000 wanita, ditemukan bahwa pada pengguna pil KB mengalami kecenderungan tekanan darah tinggi dan penyebab stroke dua hingga dua setengah kali lebih besar dibanding mereka yang tidak memakai (August dan Oparil, 1999). Pada wanita pengguna akseptor KB pernah mengalami efek samping. Efek samping yang paling banyak dialami oleh akseptor kontrasepsi oral kombinasi adalah peningkatan berat badan, mual dan muntah, pusing, timbul jerawat, bercak saat menstruasi, perubahan suasana hati, amenore, dan yang paling sedikit adalah pembesaran pada payudara. Gejala tersebut terjadi saat awal pemakaian kontrasepsi dan membaik pada siklus ketiga. Dalam hal ini banyak wanita yang begitu saja menghentikan pemakaian kontrasepsi oral karena efek samping yang ditimbulkan. Oleh karena itu perlu adanya edukasi pasien dan reevaluasi awal (dalam 3-6 bulan pertama) untuk mengetahui efek samping yang dialami oleh akseptor (Dickerson, 2008). Mitos atau fakta mengenai KB hormonal harus selalu diedukasikan kepada masyarakat oleh *provider* kesehatan yang kompeten, sehingga ketika masyarakat harus

menjalani program KB, bisa menentukan jenis serta alat kontrasepsi yang paling sesuai, dan mampu patuh menggunakan alat kontrasepsi tersebut secara benar, aman dan nyaman.

METODE PENELITIAN

Jenis Kegiatan

Kegiatan yang dilakukan tergolong dalam kegiatan survei dengan pembagian kuesioner. Kegiatan ini bertujuan untuk memperoleh informasi terkait rumusan masalah yang sudah ditetapkan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui profil pengetahuan akseptor KB hormonal terkait penetapan dan penggunaan serta efek samping yang mungkin timbul dan harus diatasi.

Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan ini adalah akseptor KB hormonal di wilayah Surabaya.

Kriteria Sasaran, Tempat, Waktu, dan Instrumen Kegiatan

Kriteria sasaran kegiatan ini adalah para akseptor KB hormonal aktif (pil, suntik atau implan) dan bersedia menjadi responden. Kegiatan dilakukan di beberapa titik wilayah Surabaya. Instrumen yang digunakan dalam kegiatan survei ini adalah kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Survei dilakukan dengan sasaran yaitu akseptor KB melalui pembagian kuesioner yang terdiri dari 8 pertanyaan umum dan beberapa pertanyaan sesuai jenis kontrasepsi yang pernah/sedang digunakan. Survei dilakukan pada 117 responden di beberapa wilayah Surabaya dengan cara mendatangi satu per satu rumah warga yang menggunakan KB hormonal. Dari hasil survei yang telah dianalisis, ternyata masih banyak masyarakat di Surabaya yang masih belum mengerti tentang efek samping yang sebenarnya pada akseptor KB hormonal maupun non hormonal. Hasil survei menunjukkan bahwa akseptor KB sasaran terbanyak pada usia 30-50 tahun sebanyak 71%.

Hasil dari survei didapatkan jenis kontrasepsi yang paling diminati adalah kontrasepsi hormonal (pil, suntik, dan implan) dengan hasil sebanyak 91%. Untuk lama penggunaan kontrasepsi, diperoleh hasil terbanyak yaitu penggunaan selama lebih dari lima tahun sebesar 70%. Dari segi efektifitas, 81% responden menilai penggunaan kontrasepsi telah efektif. Dari segi cara pemilihan kontrasepsi, sebanyak 59% responden memilih kontrasepsi sendiri, namun 52% diantaranya mengaku masih memiliki kekhawatiran terhadap efek samping dari KB yang digunakan. Hal ini yang diperkirakan membuat 53% dari total responden memilih untuk mengganti jenis kontrasepsinya.

Selain itu, dari hasil survei didapatkan sebanyak 52% yang pernah menggunakan KB kemudian berhenti dikarenakan kekhawatiran efek sampingnya.

Dari data di atas dapat diketahui bahwa masih banyak akseptor KB yang mengalami kekhawatiran mengenai efek samping yang akan timbul ketika menggunakan KB jenis hormonal. Oleh sebab itu, perlu dilakukan edukasi untuk dapat meluruskan mengenai kekhawatiran tersebut, baik secara mitos maupun fakta yang ada. Kedepannya, masyarakat calon akseptor KB ataupun akseptor KB tidak merasa khawatir lagi mengenai efek samping yang akan ditimbulkan oleh KB hormonal. Edukasi dapat dilakukan melalui media brosur dan stiker yang penyebarannya dapat dikemas dalam bentuk acara *talkshow* di stasiun TV. Media brosur dan stiker ini dipilih karena dapat memberikan sarana kepada masyarakat untuk mengingat materi yang telah diberikan. Selain itu, brosur dan stiker kemasannya praktis sehingga dapat dibawa dan ditempel di tempat yang sering dilewati. Brosur dan stiker juga mudah untuk didistribusikan ke masyarakat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil survey mengenai Mitos dan Fakta terkait Penggunaan Kontrasepsi Hormonal (Pil, Suntik, dan Implan) yang dilakukan terhadap 117 responden, dapat disimpulkan bahwa:

1. Pengguna KB terbanyak adalah wanita usia 30-50 tahun sebanyak 70% responden.
2. Jenis kontrasepsi yang paling diminati adalah kontrasepsi hormonal sebanyak 91% responden.
3. Sebanyak 70% responden menggunakan kontrasepsi lebih dari lima tahun.
4. Penggunaan kontrasepsi dinilai telah efektif oleh 81% responden.
5. Pemilihan jenis kontrasepsi dilakukan sendiri oleh 59% responden.
6. Rasa khawatir terhadap efek samping kontrasepsi masih dimiliki oleh 52% responden yang memilih jenis kontrasepsinya sendiri.
7. Sebanyak 53% responden mengaku pernah mengganti jenis kontrasepsi selama penggunaan.
8. Sebanyak 52% responden mengaku berhenti menggunakan kontrasepsi akibat rasakhawatir terhadap efek samping dari penggunaan kontrasepsi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada dosen pembimbing Praktikum Farmasi Masyarakat Dr. Wahyu Utami, MS., Apt. yang telah membimbing dalam penyelesaian naskah ini dan juga untuk seluruh responden Ibu-ibu warga Karang

Menjangan, Jojoran, Gubeng Airlangga, dan Menanggal yang telah bersedia membantu untuk mengisi kuesioner.

PUSTAKA

- Asep Kamaludin, A. 2012. *Sistem pendukung keputusan dalam pemilihan alternatif alat kontrasepsi menggunakan simple additive weighting* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Gunung Djati Bandung).
- August, P., & Oparil, S. 1999. Hypertension in women. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, 84(6), 1862-1866.
- BKKBN. 2009. *Pedoman pelayanan KB dalam jaminan kesehatan masyarakat*. Jakarta: BKKBN.
- Dickerson L.M., Shrader S.P., Diaz V.A. 2008. *Contraception*, In: *Dipiro Pharmacotherapy A Pathophysiologic Approach*. Ed 7th, 1313-1327.
- Guillebaud, J. 1985. Contraception: your questions answered.
- Katzung, B.G., Masters, S.B., Trevor, A.J. 2009. *Basic and Clinical Pharmacology*. 11th Ed, New York: McGraw-Hill.
- Sriwahyuni, E., & Wahyuni, C. U. 2012. Hubungan antara jenis dan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan akseptor. *Public Health*, 8(3).
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 52 Tahun 2009 Tentang Perkembangan Penduduk dan Pembangunan Keluarga. 2009. Jakarta.
- Peraturan Pemerintah RI Nomor 87 Tahun 2014 Tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, Keluarga Berencana dan Sistem Informasi Keluarga. 2014. Jakarta