

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Konsep Keluarga Berencana

2.1.1 Pengertian

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 (Hindriyawati & Nurwiandani, 2021). Pengaturan kehamilan dilakukan dengan menggunakan cara, alat, dan obat kontrasepsi. Pelayanan kontrasepsi adalah pemberian atau pemasangan kontrasepsi maupun tindakan-tindakan lain yang berkaitan kontrasepsi kepada calon dan peserta Keluarga Berencana yang dilakukan dalam fasilitas pelayanan KB. Penyelenggaraan pelayanan kontrasepsi dilakukan dengan cara yang dapat dipertanggung jawabkan dari segi agama, norma budaya, etika, serta segi kesehatan (Rismananda, 2020).

Pelayanan KB yang berkualitas dan merata memiliki kedudukan yang strategis, yaitu sebagai bagian dari upaya komprehensif yang terdiri dari upaya kesehatan promotif dan preventif perorangan (Sab'ngatun et al., 2021). Implementasi pendekatan life cycle/siklus hidup dan prinsip continuum of care merupakan salah satu bagian dari pelayanan KB dalam upaya peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak (KIA) (Luba & Rukinah, 2021). Jenis dan sasaran yang dituju dari pelayanan KB diberikan sesuai dengan kebutuhan melalui konseling dan pelayanan dengan tujuan merencanakan dan menjarangkan atau membatasi kehamilan, yaitu bagi remaja, ibu hamil, ibu nifas, wanita usia subur (WUS) yang

tidak sedang hamil. Suami dan istri memiliki kedudukan, hak, dan kewajiban yang sama dalam melaksanakan KB (Musyayadah et al., 2022).

2.1.2 Tujuan

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 87 tahun 2014 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, Keluarga Berencana, dan Sistem Informasi Keluarga, kebijakan KB bertujuan untuk (Risksedas, 2018):

- a. Mengatur kehamilan yang diinginkan.
- b. Menjaga kesehatan dan menurunkan angka kematian ibu, bayi, dan anak.
- c. Meningkatkan akses dan kualitas informasi, pendidikan, konseling, dan pelayanan KB dan kesehatan reproduksi.
- d. Meningkatkan partisipasi dan kesertaan pria dalam praktek Keluarga Berencana.
- e. Mempromosikan penyusuan bayi sebagai upaya untuk menjarangkan jarak kehamilan.

2.1.3 Manfaat

Manfaat KB adalah sebagai berikut (Widya Artika, 2020):

- a. Mencegah Kesehatan Terkait Kehamilan

Kemampuan wanita untuk memilih untuk hamil dan kapan ingin hamil memiliki dampak langsung pada kesehatan dan kesejahteraannya. KB memungkinkan jarak kehamilan dan penundaan kehamilan pada wanita muda yang memiliki risiko masalah kesehatan dan kematian akibat melahirkan anak usia dini. KB mencegah kehamilan yang tidak diinginkan,

termasuk wanita yang lebih tua dalam menghadapi peningkatan risiko terkait kehamilan. KB memungkinkan wanita yang ingin membatasi jumlah keluarga mereka. Bukti menunjukkan bahwa wanita yang memiliki lebih dari 4 anak berisiko mengalami kematian ibu. Dengan mengurangi tingkat kehamilan yang tidak diinginkan, KB juga mengurangi kebutuhan akan aborsi yang tidak aman.

b. Mengurangi AKB

KB dapat mencegah kehamilan dan kelahiran yang berjarak dekat dan tidak tepat waktu. Hal ini berkontribusi pada beberapa angka kematian bayi tertinggi di dunia. Bayi dengan ibu yang meninggal akibat melahirkan juga memiliki risiko kematian yang lebih besar dan kesehatan yang buruk.

c. Membantu Mencegah Human Immunodeficiency Virus (HIV)/ Acquired Immunodeficiency Syndrome (AIDS)

KB mengurangi risiko kehamilan yang tidak diinginkan di antara wanita yang hidup dengan HIV, mengakibatkan lebih sedikit bayi yang terinfeksi dan anak yatim. Selain itu, kondom pria dan wanita memberikan perlindungan ganda terhadap kehamilan yang tidak diinginkan dan terhadap IMS termasuk HIV.

d. Memberdayakan Masyarakat dan Meningkatkan Pendidikan

KB memungkinkan masyarakat untuk membuat pilihan berdasarkan informasi tentang kesehatan seksual dan reproduksi. KB memberikan peluang bagi perempuan untuk mengejar pendidikan tambahan dan berpartisipasi dalam kehidupan publik, termasuk mendapatkan pekerjaan

yang dibayar. Selain itu, memiliki keluarga yang lebih kecil memungkinkan orang tua untuk berinvestasi lebih banyak pada setiap anak. Anak-anak dengan lebih sedikit saudara kandung cenderung tetap bersekolah lebih lama daripada mereka yang memiliki banyak saudara kandung.

e. Mengurangi Kehamilan Remaja

Remaja hamil lebih cenderung memiliki bayi prematur atau bayi berat lahir rendah (BBLR). Bayi yang dilahirkan oleh remaja memiliki angka kematian neonatal yang lebih tinggi. Banyak gadis remaja yang hamil harus meninggalkan sekolah. Hal ini memiliki dampak jangka panjang bagi mereka sebagai individu, keluarga dan komunitas.

f. Perlambatan Pertumbuhan Penduduk

KB adalah kunci untuk memperlambat pertumbuhan penduduk yang tidak berkelanjutan dengan dampak negatif yang dihasilkan pada ekonomi, lingkungan, dan upaya pembangunan nasional dan regional.

2.2. Konsep Kontrasepsi

2.2.1 Pengertian

Kontrasepsi adalah alat atau obat yang salah satunya upaya untuk mencegah kehamilan atau tidak ingin menambah keturunan. Cara kerja kontrasepsi yaitu mencegah ovulasi, mengentalkan lender serviks dan membuat rongga indung rahim yang tidak siap menerima pembuahan dan menghalangi bertemunya sel telur dengan sel sperma (Cahyati & Azinar, 2022).

Kontrasepsi berasal dari dua kata, yaitu kontra dan konsepsi. Kontra adalah menolak dan konsepsi adalah pertemuan antara sel telur yang telah matang dengan

sel sperma. Kontrasepsi adalah cara untuk mencegah pertemuan antara sel telur dan sel sperma sehingga tidak terjadi pembuahan dan kehamilan (BKKBN, 2021).

Kontrasepsi adalah menghindari atau mencegah terjadinya kehamilan sebagai akibat pertemuan antara sel telur yang matang dengan sel sperma. Kontrasepsi adalah upaya untuk mencegah terjadinya kehamilan, yang bersifat sementara dan bersifat permanen (Tiffani et al., 2020). Penggunaan kontrasepsi merupakan salah satu variabel yang mempengaruhi fertilitas. Kontrasepsi yaitu pencegahan terbuahnya sel telur oleh sperma (konsepsi) atau pencegahan menempelnya sel telur yang telah dibuahi ke dinding rahim (Dewi & Ritongan, 2019).

2.2.2 Tujuan

Tujuan menggunakan kontrasepsi adalah mengatur pendewasaan perkawinan, mengatur kehamilan dan kelahiran, memelihara kesehatan ibu dan anak, dan peningkatan ketahanan, kesejahteraan keluarga (Aldriana & Azmariza, 2017).

2.2.3 Metode Kontrasepsi

Ada dua pembagian cara kontraepsi, yaitu cara kontrasepsi sederhana dan cara kotrasepsi modern (Matahari et al., 2018):

a. Kontrasepsi Sederhana

Kontrasepsi sederhana terbagi atas kontrasepsi tanpa alat dan kontrasepsi dengan alat/obat. Kontrasepsi sederhana tanpa alat dapat dilakukan dengan alat/obat. Kontrasepsi sederhana tanpa alat dapat dilakukan dengan senggama terputus, pantang berkala, metode suhu, badan basal dan

metode kalender. Sedangkan kontrasepsi sederhana dengan alat/obat dapat dilakukan dengan kondom, diafragma, kap serviks dan spermisid.

b. Kontrasepsi Modern

Kontrasepsi modern dibedakan atas 3 yaitu, kontrasepsi hormonal yang terdiri dari pil, suntik, implan, IUD/AKDR (alat kontrasepsi Dalam Rahim), kontrasepsi mantap yaitu dengan operasi tubektomi (sterilisasi pada wanita) dan vasektomi (sterilisasi pada pria).

2.2.4 Jenis-Jenis Kontrasepsi

Jenis-jenis kontrasepsi hormonal adalah sebagai berikut (Ambarwati, 2020):

a. Kontrasepsi Pil

Kontrasepsi pil adalah salah satu jenis kontrasepsi oral hormonal yang diminum secara rutin setiap hari untuk mencegah kehamilan. Hormon yang terkandung di dalam pil KB, yaitu hormon estrogen dan progesteron, adalah hormon yang sama yang diproduksi oleh tubuh wanita. Jenis-jenis pil KB terdiri atas:

- 1) Pil KB kombinasi adalah jenis pil KB yang umum ditemui di pasaran. Pil KB jenis ini mengandung dua jenis hormon, yaitu estrogen dan progesteron.
- 2) Pil KB laktasi adalah jenis yang cocok untuk wanita menyusui atau wanita yang mempunyai alergi terhadap hormon estrogen. Pil KB laktasi hanya mengandung hormon progestin.

b. Alat Kontrasepsi Implan

Implan merupakan alat kontrasepsi jenis lain yang bersifat hormonal dan dimasukkan ke bawah kulit. Implan merupakan salah satu metode kontrasepsi yang efektif berjangka waktu 2-5 tahun. Lokasi pemasangan pada lengan atas melalui suatu tindakan operasi kecil.

Jenis-jenis implan terdiri dari:

- 1) Norplant Terdiri atas enam batang silastik lembut berongga dengan panjang 3,4 cm dengan diameter 2,4 mm yang berisi dengan 36 mg levonorgestrel, lama kerjanya lima tahun.
- 2) Implanon Terdiri atas satu batang putih lentur dengan panjang kira-kira 40 mm dan diameter 2 mm, yang diisi dengan 68 mg 3-ketodesogestrel dan lama kerjanya tiga tahun.
- 3) Jadena dan indoplan Terdiri atas dua batang yang berisi 75 mg levonorgestrel dengan lama kerja tiga

c. Kontrasepsi Suntikan

Kontrasepsi suntikan adalah cara untuk mencegah terjadinya kehamilan dengan melalui suntikan hormonal. Kontrasepsi hormonal jenis KB suntikan ini di Indonesia semakin banyak dipakai karena kerjanya yang efektif, pemakaiannya yang praktis, harganya relatif murah dan aman. Tersedia dua jenis kontrasepsi suntikan yang hanya mengandung progestin, yaitu sebagai berikut:

1) Kontrasepsi Suntik Progestin

Depomendroksiprogesteron asetat (DMPA), DMPA (DepoMedroxy Progesterone Acetat) atau Depo Provera yang diberikan tiap tiga bulan dengan dosis 150 miligram yang disuntik secara IM (Nina Siti Mulyani, 2018). Kontrasepsi suntikan jenis DMPA (Depo medroksiprogesteron asetat) merupakan jenis kontrasepsi yang hanya mengandung progestin. Selain DMPA ada satu jenis lagi kontrasepsi yang mengandung progestin yaitu Depo noretisteron enantat (Depo Noristerat). Jenis DMPA mengandung 150 mg DMPA, yang diberikan setiap 3 bulan dengan cara disuntik intramuskular (di daerah bokong), sedangkan jenis Depo Noristerat mengandung 200 mg noretindron enantat, diberikan setiap 2 bulan dengan cara disuntik intramuskular (Saifuddin, 2018).

2) Kontrasepsi Suntik Kombinasi

Jenis suntikan kombinasi adalah 25 mg depo medroksiprogesteron asetat dan 5 mg estradiol sipionat yang diberikan injeksi I.M. sebulan sekali (Cyclofem), dan 50 mg noretrindron enantat dan 5 mg estradiol valerat yang diberikan injeksi I.M. sebulan sekali

Cara kerja suntikan kombinasi adalah menekan ovulasi, membuat lendir serviks menjadi kental sehingga penetrasi sperma terganggu, terjadi perubahan pada endometrium (atrofi) sehingga implantasi terganggu, dan menghambat transportasi gamet oleh tuba (Saifuddin, 2018).

2.3. Konsep Kesuburan

2.3.1 Pengertian

Kesuburan (fertilitas) adalah kemampuan seorang wanita (istri) untuk menjadi hamil dan melahirkan anak hidup dari pasangan pria (suami) yang mampu menghamilkannya. Secara umum wanita subur sejak dia akil balikh yaitu apabila mendapat haid pertama kali yaitu rata-rata pada usia 12 tahun (Setyaningsih et al., 2021).

Tempo kesuburan bagi seorang wanita mencapai usia 48 tahun yaitu sampai mengalami menopause (mati haid). Kesuburan seorang wanita berhubungan dengan kemampuan mengeluarkan sel telur yang akan keluar sekali dalam satu siklus haid dan dalam waktu tertentu saja. Waktu mengeluarkan sel telur ini disebut sebagai masa subur (fertile periode) (Gustina, 2019).

2.3.2 Masa Subur

Untuk mengetahui masa subur bisa dilakukan dengan menghitung siklus haid, hal ini cukup akurat (Sembilan puluh persen lebih). Pada wanita normal, artinya tidak ada gangguan menstruasi atau tidak ada penyakit- penyakit bawaan dan sebagainya, masa subur biasanya terjadi 14 hari sebelum hari pertama haid berikutnya (Musyayadah et al., 2022).

Pada masa subur terjadi ovulasi yaitu mengeluarkan sel telur yang sudah matang dan siap dibuahi oleh sperma. Jadi jika saat masa subur seorang wanita melakukan hubungan seksual dan kualitas sperma baik maka bisa terjadi pertemuan antara sel telur dengan sperma sehingga terjadi konsepsi, dengan

demikian siklus haid merupakan indikator pertama dari kesuburan seorang wanita (Widya Artika, 2020).

2.3.3 Faktor yang mempengaruhi kembalinya kesuburan setelah penggunaan KB hormonal

Tingkat kesuburan reproduksi wanita memang dipengaruhi oleh banyak faktor, hal ini dikarenakan alat reproduksi wanita jauh lebih kompleks dibandingkan dengan pria. Dibawah ini faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kesuburan reproduksi seorang wanita, yaitu sebagai berikut (Azikin, 2022):

a. Usia

Saat seorang wanita mencapai menopause, biasanya di usia 50- an, tidak lagi bisa memproduksi sel telur dan sulit hamil. Tetapi beberapa tahun sebelum menopause, seorang wanita akan mengalami gangguan kesuburan karena jumlah sel telurnya berkurang.

b. Obesitas

Seorang wanita yang memiliki kelebihan lemak bisa mempengaruhi produksi hormon sehingga Kehamilan sulit didapatkan, semakin berat bobot tubuh wanita makin rendah fungsi ovariumnya

c. Terlalu kurus

Wanita yang terlalu kurus juga berpengaruh pada hormon. Tubuh yang terlalu kurus biasanya kekurangan hormon leptin, hormon yang mengontrol rasa lapar dan kenyang, hormon ini juga memengaruhi masa menstruasi.

d. Riwayat ibu saat menopause

Jika seorang wanita mempunyai ibu yang mengalami menopause dini maka kemungkinan besar akan berpengaruh pada kesuburan, karena ada hubungan genetik. Seorang wanita dengan ibu yang mengalami menopause normal atau terlambat biasanya alat reproduksinya lebih subur.

e. Stres

Masalah stres adalah salah satu faktor terbesar yang membuat wanita sulit hamil. Masalahnya, wanita subur tapi hidup dengan stress akan menghasilkan banyak hormon kortisol dan prolactin yang secara aktif mengganggu dan bahkan menghentikan ovulasi.

f. Merokok

Riset mendapati bahwa perempuan yang suka merokok berisiko mandul 3 kali lebih besar ketimbang yang tidak. Tingkat kesuburan mereka pun bahkan merosot hingga 43%. Kondisi ini akan semakin buruk kalau sang suami juga perokok berat. Zat kimia yang terdapat dalam rokok merusak sel telur dan menghambat ovulasi.

g. Menderita penyakit menular seksual

Infeksi akibat penyakit menular seksual dapat menimbulkan cacat pada saluran tuba atau organ reproduksi lainnya sehingga ovulasi terhambat dan kemampuan hamil jadi berkurang.

h. Gangguan hormone

Terjadinya kelainan hormon reproduksi, seperti lutein dan perangsang folikel dapat menghalangi terjadinya pelepasan sel telur.

i. Mempunyai miom atau kista

Adanya penyumbatan pada saluran telur juga bisa diakibatkan oleh miom ataupun kista. Yang mana kista merupakan tumor jinak dan akan tumbuh di sekitar dinding ovarium.

j. Gangguan endometriosis

Dalam kasus ini hormon estrogen akan menstimulus tumbuhnya jaringan endometrium tumbuh di luar uterus dan terjadi kelainan. Hal ini berasal dari pertumbuhan kista.

2.3.4 Waktu Reversibilitas Pasca Menggunakan KB

Seseorang yang menggunakan kontrasepsi hormonal reversibilitasnya lebih lama dibandingkan dengan kontrasepsi non hormonal, karena selama penggunaan alat kontrasepsi hormonal, kondisi hormon akan terganggu sehingga terjadi ketidakseimbangan hormon dalam tubuh wanita yang akan berefek pada reversibilitasnya (Ambarwati, 2020). Reversibilitas seorang wanita dikatakan baik jika setelah berhenti KB mampu hamil kembali dalam 0-11 bulan, dan dikatakan reversibilitas tidak baik yaitu jika seorang wanita tidak kembali hamil selama 12 bulan dan wanita tersebut sudah melakukan senggama secara teratur (2-4 kali dalam seminggu) maka wanita tersebut dapat dikatakan mengalami infertilitas sekunder (Setyaningsih et al., 2021).

Rata-rata lama kembalinya kesuburan pada wanita Ex-akseptor kontrasepsi non hormonal, suntik 1 bulan, dan Pil yaitu reversibilitas rata-rata 2 bulan, sedangkan setelah penghentian penggunaan suntik DMPA 3 bulan reversibilitas memerlukan waktu rata-rata 4-10 bulan. Kontrasepsi pil, suntik 1 bulan dan implant reversibilitasnya lebih cepat dikarenakan hormon yang terkandung dalam kontrasepsi tersebut dapat lebih cepat dimetabolisme oleh tubuh dibandingkan kontrasepsi suntik 3 bulan dimana kandungan hormon didalamnya lebih lambat dimetabolisme oleh tubuh (Damtie et al., 2023).

2.3.5 Tanda-tanda Wanita kembali Subur

Kembalinya kesuburan (Reversibilitas) yang ditandai dengan teraturnya siklus menstruasi setelah berhenti menggunakan kontrasepsi memang memerlukan waktu yang bervariasi. Selama dalam waktu pengembalian kesuburan maka siklus menstruasi dapat mengalami ketidakteraturan yang disebabkan karena proses pengembalian keseimbangan hormonal (I. A. Maharani & Susanti, 2023). Siklus menstruasi yang teratur dapat menandakan bahwa wanita sudah kembali subur. Jika wanita usia subur tanpa penggunaan kontrasepsi dan melakukan hubungan seksual, maka wanita usia subur dapat mengalami kehamilan. Kehamilan pada wanita pasca penggunaan kontrasepsi juga dapat menandakan bahwa wanita tersebut mengalami kesuburan.

Selain itu terapat beberapa ciri-ciri atau tanda kembalinya wanita dalam masa subur diantaranya adalah sebagai berikut (Setyaningsih et al., 2021):

a. Alat tes masa subur menunjukkan hasil positif

Salah satu tanda atau ciri dari masa subur adalah alat tes yang Anda gunakan untuk menghitung masa subur menunjukkan hasil positif. Ini adalah waktu yang tepat untuk melakukan hubungan intim dengan pasangan demi mendapatkan momongan. Dengan mengetahui sejumlah tanda masa subur pada wanita, Anda dan pasangan bisa lebih matang dalam mempersiapkan program hamil agar berjalan sukses. Salah satu persiapan yang bisa dilakukan adalah dengan memenuhi asupan vitamin dan mineral 4-12 minggu sebelum konsepsi atau pembuahan. Hal ini penting untuk dilakukan guna memperlancar proses pembuahan sel telur. Tidak hanya itu, memenuhi asupan vitamin dan mineral sebelum pembuahan juga turut mendukung siklus ovulasi calon ibu, serta membantu materi genetik, saraf pusat, dan darah calon bayi saat terbentuk nantinya.

b. Lendir serviks seperti putih telur

Tanda-tanda atau ciri-ciri lainnya yang mungkin muncul adalah kualitas lendir serviks. Lendir serviks adalah cairan yang keluar dari serviks mendekati masa ovulasi dan juga biasa disebut dengan nama keputihan. Biasanya, ciri keputihan masa subur yaitu memiliki tekstur dan warna yang serupa dengan putih telur. Artinya, cairan vagina ini berwarna bening dan transparan, lalu basah, licin, dan juga melar jika dipegang. Lendir serviks ini akan membantu sperma untuk lebih mudah berenang ke dalam rahim dan bertemu dengan sel telur sehingga mempermudah proses pembuahan. Selain

itu, lendir serviks membuat penetrasi saat berhubungan intim menjadi lebih mudah dan tidak sakit.

c. Gairah seks meningkat

Pada saat-saat tertentu gairah seks yang tadinya biasa saja jadi cukup meningkat.

d. Perubahan suhu basal tubuh

Perubahan pada suhu basal tubuh juga bisa menjadi tanda atau ciri yang bisa di perhatikan ketika memasuki masa subur. Suhu basal tubuh adalah suhu tubuh ketika beristirahat atau tidur. Rata-rata suhu tubuh basal berkisar antara 35,5-36,6°Celsius. Umumnya, suhu tubuh ditentukan berdasarkan kegiatan yang dilakukan, makanan yang dikonsumsi, hormon di dalam tubuh, kebiasaan tidur, dan masih banyak lagi.

e. Payudara terasa nyeri

Rasa nyeri pada payudara juga bisa menjadi tanda-tanda atau ciri- ciri lain bahwa sedang berada dalam masa subur.

f. Sakit ovulasi

Sakit ini biasanya ditandai dengan rasa sakit yang amat kuat seperti ditusuk pada bagian bawah perut.

2.4. Konsep Wanita Usia Subur

2.4.1 Pengertian

Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang masih dalam usia reproduktif (sejak mendapat haid pertama dan sampai berhentinya haid), yaitu antara usia 15 – 49 tahun, dengan status belum menikah, menikah, atau janda,

yang masih berpotensi untuk mempunyai keturunan (Azikin, 2022). Wanita usia subur (WUS) adalah wanita yang keadaan organ reproduksinya berfungsi dengan baik antara umur 20-45 tahun. Pada wanita usia subur ini berlangsung lebih cepat dari pada pria. Puncak kesuburan ada pada rentang usia 20-29 tahun (Gustina, 2019).

2.4.2 Tanda-tanda Wanita Usia Subur

Tanda-tanda Wanita Usia Subur (WUS) adalah sebagai berikut (Nazera Iskandar et al., 2023):

a. Siklus haid

Wanita yang mempunyai siklus haid teratur setiap bulan biasanya subur. Satu putaran haid dimulai dari hari pertama keluar haid hingga sehari sebelum haid datang kembali, yang biasanya berlangsung selama 28 hingga 30 hari. Oleh karena itu siklus haid dapat dijadikan indikasi pertama untuk menandai seorang wanita subur atau tidak.

b. Pemeriksaan fisik

Untuk mengetahui seorang wanita subur juga dapat diketahui dari organ tubuh seorang wanita. Beberapa organ tubuh, seperti buah dada, kelenjar tiroid pada leher dan organ reproduksi. Kelenjar tiroid yang mengeluarkan hormon tiroksin berlebihan akan mengganggu proses pelepasan sel telur. Sedangkan pemeriksaan buah dada ditujukan untuk mengetahui hormon prolaktin dimana kandungan hormon prolaktin yang tinggi akan mengganggu proses pengeluaran sel telur. Selain itu, pemeriksaan sistem reproduksi juga perlu dilakukan untuk mengetahui sistem reproduksi normal atau tidak.

c. Alat pencatat kesuburan

Kemajuan teknologi seperti ovulation thermometer juga dapat dijadikan sebagai alat untuk mendeteksi kesuburan seseorang wanita. Thermometer ini akan mencatat perubahan suhu badan saat wanita mengeluarkan benih atau sel telur. Bila benih keluar, biasanya thermometer akan mencatat kenaikan suhu sebanyak $0,2^{\circ}\text{C}$ selama 10 hari. Namun jika wanita tersebut tidak mengalami perubahan suhu badan pada masa subur, berarti wanita tersebut tidak subur.

d. Tes darah

Wanita yang siklus haidnya tidak teratur, seperti datangnya haid tiga bulan sekali atau enam bulan sekali biasanya tidak subur. Jika dalam kondisi seperti ini, beberapa tes darah perlu dilakukan untuk mengetahui penyebab dari tidak lancarnya siklus haid. Tes darah dilakukan untuk mengetahui kandungan hormon yang berperan pada kesuburan seorang wanita.

2.4.3 Batasan Usia Wanita Usia Subur

Wanita Usia Subur (WUS) memiliki batasan usia 15-49 tahun dengan organ reproduksi berfungsi dengan baik, baik dengan status belum kawin, kawin, maupun janda (Musyadah et al., 2022). Wanita Usia Subur (WUS) memiliki batasan usia 20-45 tahun dengan organ reproduksi berfungsi dengan baik. Menurut Mulyana (2012) Wanita Usia Subur (WUS) memiliki batasan usia 18-49 tahun dengan organ reproduksi berfungsi dengan baik (Jamilah, 2019).

2.5. Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dengan Kembalinya Kesuburan pada Wanita Usia Subur

Pemakaian kontrasepsi merupakan upaya untuk mengontrol jumlah kelahiran yang sejalan dengan konsep *making pregnancy safer*, yaitu meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Hal ini disebabkan karena idealnya kehamilan yang terjadi pada seorang wanita adalah kehamilan yang direncanakan dan pemakaian kontrasepsi merupakan salah satu cara yang dilakukan untuk mengatur kehamilan, sehingga dapat membantu pasangan untuk mengontrol kehamilan sesuai dengan waktu yang direncanakan (Agusweni et al., 2020).

Pada umumnya, setiap pasangan yang menggunakan kontrasepsi dilandasi keinginan yang jelas, apakah untuk mengatur jarak kelahiran atau membatasi kelahiran. Kejelasan maksud tersebut terkait dengan tersedianya teknologi kontrasepsi sesuai dengan keamanan medis serta kemungkinan kembalinya fase kesuburan, efektivitas, dan efisiensi metode kontrasepsi (Aldriana & Azmariza, 2017). Isu pengembalian kesuburan setelah penghentian pemakaian alat kontrasepsi merupakan kajian penting dalam studi-studi yang berkaitan dengan efikasi dan keamanan dari beragam metode kontrasepsi, baik hormonal maupun non hormonal, dikarenakan pada akseptor kb yang telah berhenti menggunakan KB biasanya dengan alasan keinginan untuk memiliki keturunan (Hindriyawati & Nurwiandani, 2021).

Pemakaian kontrasepsi menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan wanita untuk hamil. Kemampuan untuk menjadi hamil kembali/ pengembalian kesuburan setelah penggunaan alat kontrasepsi dihentikan, kecuali

untuk kontrasepsi mantap, merupakan salah satu syarat metode kontrasepsi yang ideal (Mandira et al., 2020). Tanpa pemakaian kontrasespi, pada umumnya 90% pasangan akan menjadi hamil dengan melakukan hubungan seksual yang rutin dalam satu tahun dan meningkat menjadi 95% setelah dua tahun. Artinya 5-10 persen pasangan subur membutuhkan waktu lebih dari satu tahun untuk mampu menjadi hamil (Damtie et al., 2023).

Jenis-jenis alat kontrasepsi baik yang sifatnya hormonal (pil, suntk, implant) dan non hormonal (IUD / AKDR) menunjukkan beragam hasil yang berbeda terkait dengan pemulihan kesuburan pasca penghentian. Akan tetapi lamanya waktu pemulihan kesuburan tersebut sebenarnya tidak terkait dengan gangguan kesuburan yang bersifat permanen (Tiffani et al., 2020). Hal ini dikaitkan dengan kandungan hormon pada masing-masing jenis alat kontrasepsi. Hasil riset Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) menunjukkan bahwa 34% wanita yang berhenti menggunakan alat kontrasepsi adalah disebabkan karena alasan keinginan hamil kembali. Hal tersebut membuktikan pentingnya keterjaminan bahwa pemakaian kontrasepsi tidak menyebabkan kegagalan kesuburan secara permanen. Hal ini tentu saja penting menjadi perhatian bagi para wanita usia subur termasuk juga bagi petugas kesehatan untuk dapat mempertimbangkan banyak faktor dalam pemilihan alat kontrasepsi yang tepat bagi wanita usia subur dikaitkan dengan beberapa faktor lain diluar pemakaian kontrasepsi itu sendiri (I. A. Maharani & Susanti, 2023).

Salah satu keuntungan penggunaan kontrasepsi hormonal segera mendapatkan kesuburan kembali (cepat mendapatkan menstruasi dan

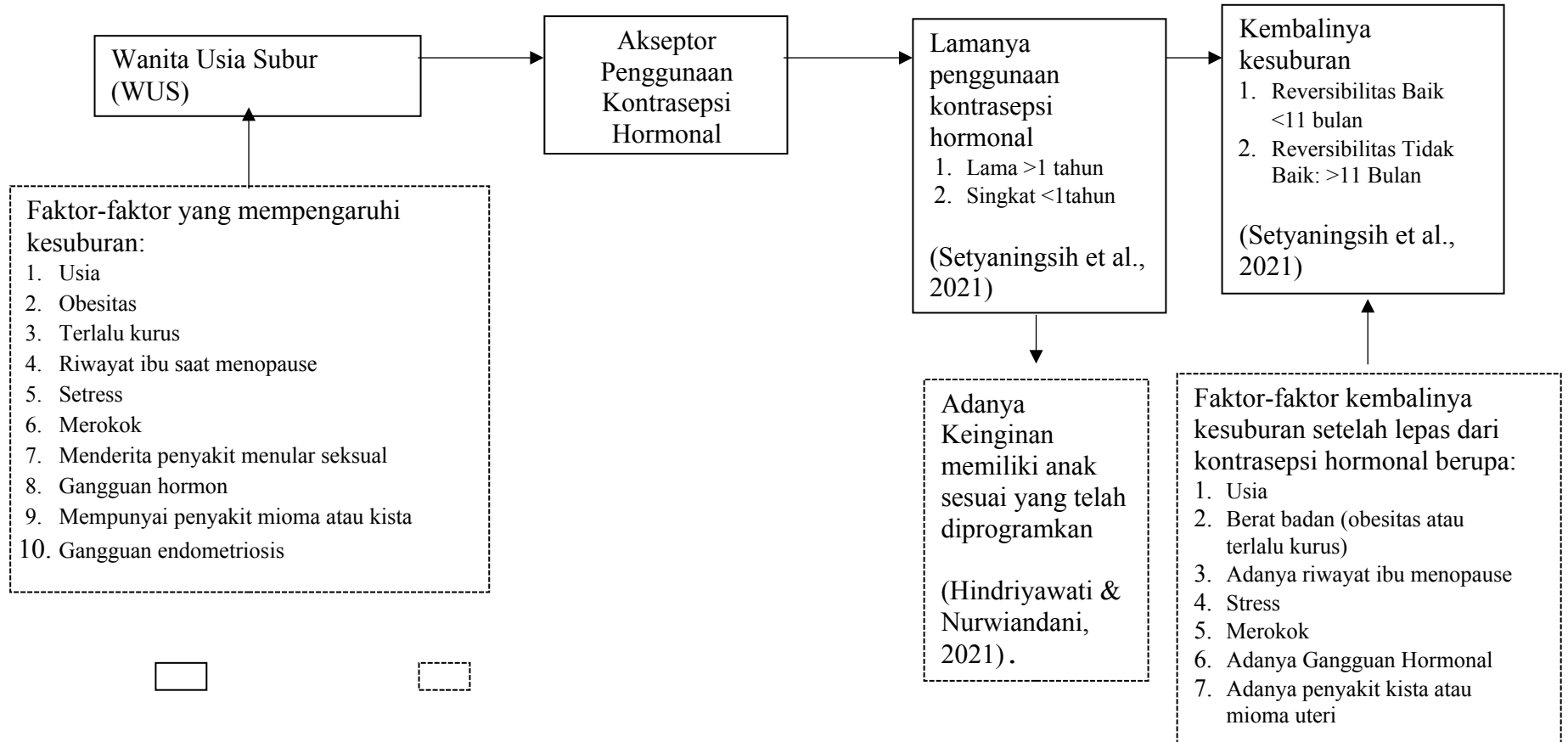
kehamilan). Pasca penggunaan kontrasepsi hormonal akan terjadi kesuburan dengan mendapatkan menstruasi kembali. Menurut teori Hartanto (2010) penggunaan kontrasepsi suntik 1 bulan (Kombinasi/Progesteron-Estrogen) berbeda dengan kontrasepsi progestin salah satunya suntik 3 bulan akan berpengaruh terhadap lama kembalinya menstruasi (Setyaningsih et al., 2021).

Dilihat dari cara kerja kontrasepsi hormonal yang berisi progestin salah satu mekanisme kerjanya dengan menghambat perkembangan folikel dan ovulasi. Umpan balik negatif progestin pada hipotalamus menghambat Gonadotropin-Releasing Hormone (GnRH), yang mengurangi pelepasan Follicle-Stimulating Hormone (FSH) dan Luteinizing Hormone (LH) oleh hipofise anterior (Aldriana & Azmariza, 2017). Menurunnya kadar FSH menyebabkan hambatan pada perkembangan folikel, mencegah meningkatnya kadar estradiol. Umpan balik negatif ini dan kurangnya umpan balik estrogen positif pada pelepasan LH mencegah lonjakan LH yang mencegah ovulasi. Kontrasepsi hormonal progestin juga mengentalkan lendir serviks dan menipiskan lapisan endometrium dan menyebabkan perubahan motilitas tuba (Hindriyawati & Nurwiandani, 2021).

Kontrasepsi hormonal yang cukup lama akan mempengaruhi proses pengembalian keseimbangan hormonal dan menyebabkan proses kehamilan akan berjalan lambat untuk beberapa waktu, meskipun telah berhenti menggunakan kontrasepsi tersebut. Hal tersebut dikarenakan penggunaan progestin akan mengakibatkan pembentukan Luteinizing Hormon Relasing Factor (LHRF) dan Folicle Stimulating Hormone Relasing (FSHRF) yang dapat mengubah lendir serviks menjadi kental, dan tidak dapat berhenti dengan cepat dikarenakan

kembalinya perubahan hormon akan lebih lambat jika dibandingkan KB 1 bulan atau KB kombinasi (Widya Artika, 2020).

2.6. Kerangka Konsep



Gambar 2. 1 Kerangka Konsep Hubungan Lama Penggunaan kontrasepsi Hormonal dengan kembalinya kesuburan pada wanita usia subur. Berdasarkan teori yang berasal dari sumber: (Setyaningsih et al., 2021), (Hindriyawati & Nurwiandani, 2021).

2.7. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian ini adalah sebagai berikut:

H1: Ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kembalinya kesuburan pada wanita usia subur.