
pada satu
saat. dengan
rancangan
penelitian
observasion
al analitik.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konseling

A.1 Pengertian konseling

Secara etimologi konseling berasal dari bahasa latin “*consilium*” artinya “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami” sedangkan dalam bahasa anglo saxon istilah konseling berasal dari “sellan” yang berarti “menyerah” atau “menyampaikan” (Sandi 2018).

Konseling merupakan komunikasi yang dapat menimbulkan perubahan sikap pada orang yang terlihat dalam komunikasi tersebut. Sasaran komunikasi yang efektif bertujuan untuk memudahkan pemahaman pesan antara pemberi dan penerima, sehingga bahasa menjadi lebih jelas dan lengkap, penyampaian dan umpan balik seimbang, dan penggunaan bahasa nonverbal terlating dengan baik. Konseling merupakan bagian penting dalam pelayanan keluarga berencana dan

kesehatan reproduksi karena melalui konseling klien dapat memilih dan memutuskan kontrasepsi apa yang akan digunakan dan meningkatkan keberhasilan keluarga berencana (Matahari, 2020)

A.2 Tujuan Konseling

Menurut (Setyani 2020), tujuan dalam pemberian konseling keluarga berencana yaitu:

- a. Meningkatkan penerimaan.

Informasi yang benar, diskusi bebas dengan cara mendengarkan, berbicara dan komunikasi non verbal meningkatkan penerimaan KB oleh klien.

- b. Menjamin pilihan yang cocok.

Konseling menjamin bahwa petugas dan klien akan memilih cara yang terbaik sesuai dengan keadaan kesehatan dan kondisi klien

- c. Menjamin penggunaan cara yang efektif.

Konseling yang efektif diperlukan agar klien mengetahui bagaimana menggunakan cara KB yang benar, dan bagaimana mengatasi informasi yang keliru dan/isu-isu tentang cara tersebut.

- d. Menjamin kelangsungan yang lebih lama.

Kelangsungan pemakaian cara KB akan lebih baik bila klien ikut memilih cara tersebut, mengetahui bagaimana cara kerjanya dan bagaimana cara mengatasi efek sampingnya. Kelangsungan pemakaian juga lebih baik bila ia mengetahui bahwa ia dapat berkunjung kembali seandainya ada masalah. Kadang-kadang klien hanya ingin tahu kapan ia harus kembali untuk memperoleh pelayanan.

A.3 Jenis Konseling KB

Menurut (Setyani 2020), bagian-bagian penting dari pelayanan KB dapat dibagi menjadi tiga tahap. konseling awal pada saat penerimaan klien, konseling khusus tentang metode keluarga berencana beserta konseling tindak lanjut.

a. Konseling Awal

Konseling awal bertujuan untuk memutuskan metode apa yang akan dipakai, didalamnya termasuk mengenalkan pada klien semua cara KB atau pelayanan kesehatan, prosedur klinik, kebijakan dan bagaimana pengalaman klien pada kunjungannya itu. Bila dilakukan dengan objektif, konseling awal membantu klien untuk memilih jenis KB yang cocok untuknya.

Beberapa hal yang harus diperhatikan pada saat konseling awal antara lain menanyakan pada klien cara apa yang disukainya, dan apa yang dia ketahui mengenai cara tersebut, menguraikan secara ringkas cara kerja, kelebihan dan kekurangannya.

b. Konseling Khusus

Konseling khusus mengenai metoda KB memberi kesempatan pada klien untuk mengajukan pertanyaan tentang cara KB tertentu dan membicarakan pengalamannya, mendapatkan informasi lebih rinci tentang cara KB yang tersedia yang ingin dipilihnya, mendapatkan bantuan untuk memilih metoda KB yang cocok serta mendapat penerangan lebih jauh tentang bagaimana menggunakan metoda tersebut dengan aman, efektif dan memuaskan.

c. Konseling tindak lanjut

Konseling Tindak Lanjut Bila klien datang untuk mendapatkan obat baru atau pemeriksaan ulang maka penting untuk berpijak pada konseling yang dulu.

Konseling pada kunjungan ulang lebih bervariasi dari pada konseling awal. Pemberi pelayanan perlu mengetahui apa yang harus dikerjakan pada setiap situasi. Pemberi pelayanan harus dapat membedakan antara masalah yang serius yang memerlukan rujukan dan masalah yang ringan yang dapat diatasi di tempat.

A.4 Langkah Konseling

a. Langkah-Langkah Konseling KB SATU TUJU

Menurut (Setyani 2020), Dalam memberikan konseling, khususnya bagi calon klien KB yang baru hendaknya dapat diterapkan 6 langkah yang sudah dikenal dengan kata kunci SATU TUJU. Penerapan SATU TUJU tersebut tidak perlu dilakukan secara berurutan karena petugas harus menyesuaikan diri dengan kebutuhan klien, beberapa klien membutuhkan lebih banyak perhatian pada langkah yang satu dibandingkan dengan langkah lainnya. Kata kunci SATU TUJU adalah sebagai berikut.

SA: Sapa dan Salam

Sapa dan salam kepada klien secara terbuka dan sopan. Berikan perhatian sepenuhnya kepada mereka dan berbicara di tempat yang nyaman serta terjamin privasinya. Yakinkan klien untuk membangun rasa percaya diri. Tanyakan kepada klien apa yang perlu dibantu serta jelaskan pelayanan apa yang dapat diperolehnya.

T: Tanya

Tanyakan kepada klien informasi tentang dirinya. Bantu klien untuk berbicara mengenai pengalaman keluarga berencana dan kesehatan reproduksi, tujuan, kepentingan, harapan, serta keadaan kesehatan dan kehidupan keluarganya.

Tanyakan kontrasepsi yang diinginkan oleh klien. Berikan perhatian kepada klien apa yang disampaikan oleh klien sesuai dengan kata-kata, gerak isyarat dan caranya. Coba tempatkan diri kita didalam hati klien. Perlihatkan bahwa kita memahami. Dengan memahami pengetahuan, kebutuhan dan keinginan klien kita dapat membantunya.

U: Uraikan

Uraikan kepada klien mengenai pilihannya dan beritahu apa pilihan reproduksi yang paling mungkin, termasuk pilihan beberapa jenis kontrasepsi. Bantulah klien pada jenis kontrasepsi yang paling dia ingini, serta jelaskan pula jenis-jenis lain yang ada. Juga jelaskan alternative kontrasepsi lain yang mungkin diingini oleh klien. Uraikan juga mengenai risiko penularan HIV/AIDS dan pilihan metode ganda.

TU: Bantu

Bantulah klien menentukan pilihannya. Bantulah klien berfikir mengenai apa yang paling sesuai dengan keadaan dan kebutuhannya. Doronglah klien untuk menunjukkan keinginannya dan mengajukan pertanyaan. Tanggapilah secara terbuka. Petugas membantu klien mempertimbangkan kriteria dan keinginan klien terhadap setiap jenis kontrasepsi. Tanyakan juga apakah pasangannya akan memberikan dukungan dengan pilihan tersebut. Jika memungkinkan diskusikan mengenai pilihan tersebut pada pasangannya. Pada akhirnya yakinkan bahwa klien telah membuat suatu keputusan yang tepat. Petugas dapat menanyakan:

Apakah anda sudah memutuskan pilhan jenis kontrasepsi? Atau apa jenis kontrasepsi terpilih yang akan digunakan.

J: Jelaskan

Jelaskan secara lengkap bagaimana menggunakan kontrasepsi pilihannya setelah klien memilih jenis kontrasepsinya, jika diperlukan perlihatkan alat/ obat kontrasepsinya Jelaskan bagaimana alat/obat kontrasepsi tersebut digunakan dan bagaimana cara penggunaannya. Sekali lagi doronglah klien untuk bertanya dan petugas menjawab secara jelas dan terbuka.Beri penjelasan juga tentang manfaat ganda metode kontrasepsi, misalnya kondom yang dapat mencegah infeksi menular seksual (IMS).Cek pengetahuan klien tentang penggunaan kontrasepsi pilihannya dan puji klien apabila dapat menjawab dengan benar.

U: Kunjungan Ulang

Perlunya dilakukan kunjungan ulang. Bicarakan dan buatlah perjanjian, kapan klien akan kembali untuk melakukan pemeriksaan atau permintaan kontrasepsi jika dibutuhkan. Perlu juga selalu mengingatkan klien untuk kembali apabila terjadi suatu masalah.

A.5 Hambatan-hambatan Konseling

Menurut (Setyani 2020), hambatan-hambatan konseling terbagi menjadi 2 yaitu:

1. Hambatan internal

Merupakan hambatan pribadi yang berasal dari bidan sebagai konselor. Hambatan pribadi yang sering muncul adalah bidan kurang percaya diri, kurang

pengetahuan, dan keterampilan tentang konseling, serta ketidakmampuan dalam membentuk jejaring.

2. Hambatan eksternal

Ini sering muncul pada organisasi yaitu dari mitra kerja bidan, persaingan-persaingan dalam pekerjaan, fasilitas (keuangan, alat peraga, dan sebagainya). Dan budaya sering kali menjadi faktor pemicu hambatan eksternal dalam proses pemberian konseling.

Dibawah ini adalah beberapa masalah yang sering dihadapi oleh seorang konselor:

- a. Diam
- b. Klien yang menangis
- c. Konselor meyakini bahwa tidak ada pemecahan bagi masalah yang dihadapi
- d. Konselor tidak dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan klien
- e. Konselor membuat/melakukan kesalahan
- f. Konselor dikenal klien
- g. Klien bertanya tentang hal-hal pribadi konselor
- h. Klien menolak konselor
- i. Klien merasa tidak nyaman dengan jenis kelamin konselor
- j. Waktu yang dimiliki konselor terbatas
- k. Konselor tidak menciptakan *rapport* (hubungan) yang baik
- l. Klien berbicara terus dan yang dibicarakan tidak sesuai dengan materi pembicaraan
- m. Konselor merasa dipermalukan dengan suatu topik pembicaraan

- n. Keadaan “kritis”
- o. Klien ingin konselor yang mengambil keputusan.

B. Pengambilan Keputusan (Decision Making)

B.1 Pengertian Pengambilan Keputusan (Decision Making)

Keputusan merupakan hasil pemecahan dalam suatu masalah yang harus dihadapi dengan tegas. Dalam Kamus Besar Ilmu Pengetahuan pengambilan keputusan (*Decision Making*) didefinisikan sebagai pemilihan keputusan atau kebijakan yang didasarkan atas kriteria tertentu. Proses ini meliputi dua alternatif atau lebih karena seandainya hanya terdapat satu alternatif tidak akan ada satu keputusan yang akan diambil. Menurut J.Reason, Pengambilan keputusan dapat dianggap sebagai suatu hasil atau keluaran dari proses mental atau kognitif yang membawa pada pemilihan suatu jalur tindakan di antara beberapa alternatif yang tersedia. Setiap proses pengambilan keputusan selalu menghasilkan satu pilihan final.

Fungsi Pengambilan Keputusan individual atau kelompok baik secara institusional ataupun organisasional, sifatnya futuristik. Tujuan Pengambilan Keputusan tujuan yang bersifat tunggal (hanya satu masalah dan tidak berkaitan dengan masalah lain) Tujuan yang bersifat ganda (masalah saling berkaitan, dapat bersifat kontradiktif atau pun tidak kontradiktif). Kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam organisasi itu dimaksudkan untuk mencapai tujuan organisasi nya yang dimana diinginkan semua kegiatan itu dapat berjalan lancar dan tujuan dapat dicapai dengan mudah dan efisien. Namun, kerap kali terjadi hambatan- hambatan dalam melaksanakan kegiatan. Ini

merupakan masalah yang harus dipecahkan oleh pimpinan organisasi. Pengambilan keputusan dimaksudkan untuk memecahkan masalah tersebut (Muflilha 2022).

B.2 Dasar-dasar Pengambilan Keputusan

Muflilha 2022, menjelaskan dasar-dasar dari pengambilan keputusan yang berlaku, antara lain :

1. Intuisi

Keputusan yang diambil berdasarkan intuisi atau perasaan lebih bersifat subjektif yaitu mudah terkena sugesti, pengaruh luar, dan faktor kejiwaan lain. Sifat subjektif dari keputusuan intuitif ini terdapat beberapa keuntungan.

2. Pengambilan keputusan oleh satu pihak sehingga mudah untuk memutuskan.
3. Keputusan intuitif lebih tepat untuk masalah-masalah yang bersifat kemanusiaan.
4. Pengambilan keputusan yang berdasarkan intuisi membutuhkan waktu yang singkat Untuk masalah-masalah yang dampaknya terbatas, pada umumnya pengambilan keputusan yang bersifat intuitif akan memberikan kepuasan. Akan tetapi, pengambilan keputusan ini sulit diukur kebenarannya karena kesulitan mencari pembandingnya dengan kata lain hal ini diakibatkan pengambilan keputusan intuitif hanya diambil oleh satu pihak saja sehingga hal-hal yang lain sering diabaikan.

5. Pengalaman

Dalam hal tersebut, pengalaman memang dapat dijadikan pedoman dalam menyelesaikan masalah. Keputusan yang berdasarkan pengalaman sangat bermanfaat bagi pengetahuan praktis. Pengalaman dan kemampuan untuk memperkirakan apa yang menjadi latar belakang masalah dan bagaimana arah penyelesaiannya sangat membantu dalam memudahkan pemecahan masalah.

6. Fakta

Keputusan yang berdasarkan sejumlah fakta, data atau informasi yang cukup itu memang merupakan keputusan yang baik dan solid, namun untuk mendapatkan informasi yang cukup itu sangat sulit.

7. Wewenang

Keputusan yang berdasarkan pada wewenang semata maka akan menimbulkan sifat rutin dan mengasosiasikan dengan praktik diktatorial. Keputusan berdasarkan wewenang kadangkala oleh pembuat keputusan sering melewati permasahan yang seharusnya dipecahkan justru menjadi kabur atau kurang jelas.

8. Rasional

Keputusan yang bersifat rasional berkaitan dengan daya guna. Masalah-masalah yang dihadapi merupakan masalah yang memerlukan pemecahan rasional. Keputusan yang dibuat berdasarkan pertimbangan

rasional lebih bersifat objektif. Dalam masyarakat, keputusan yang rasional dapat diukur apabila kepuasan optimal masyarakat dapat terlaksana dalam batas-batas nilai masyarakat yang diakui saat itu. Jadi, dasar-dasar pengambilan Keputusan antara lain berdasarkan intuisi, pengalaman, fakta, wewenang dan rasional.

B.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Pengambilan Keputusan

Sedangkan menurut Mufligha 2022, faktor-faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan antara lain:

1. Pengetahuan

Pengetahuan adalah apa yang diketahui atau hasil pekerjaan tahu. Pekerjaan tahu tersebut adalah hasil daripada : kenal, sadar, insaf, mengerti dan pandai

2. Sikap

Sikap adalah pernyataan evaluatif terhadap objek, orang atau peristiwa. Hal ini mencerminkan perasaan seseorang terhadap sesuatu. Sikap mungkin dihasilkan dari perilaku tetapi sikap tidak sama dengan perilaku.

3. Tindakan

Tindakan adalah gerakan atau perbuatan dari tubuh setelah mendapat rangsangan ataupun adaptasi dari dalam maupun luar tubuh suatu lingkungan. Tindakan seseorang terhadap stimulus tertentu akan banyak ditentukan oleh bagaimana kepercayaan dan perasaannya terhadap stimulus tersebut. Secara biologis, sikap dapat dicerminkan dalam suatu bentuk tindakan, namun tidak

pula dapat dikatakan bahwa sikap tindakan memiliki hubungan yang sistematis. Respon terhadap stimulus tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktek (practice), yang dengan mudah dapat diamati atau dilihat oleh orang lain. Oleh karena itu disebut juga over behavior.

B.4 Jenis Metode Kontrasepsi

a. Kontrasepsi Hormonal

Kontrasepsi hormonal merupakan salah satu metode kontrasepsi yang paling efektif untuk mencegah kehamilan yang tidak direncanakan. Kontrasepsi hormonal sebagian besar berisi obat steroid yaitu kombinasi estrogen dan progesteron. Melalui hipotalamus dan hipofisis, estrogen dapat menghambat pengeluaran *follicle stimulating hormone (FSH)* yang menyebabkan perkembangan dan pematangan folikel de Graaf tidak terjadi sehingga ovulasi pun tidak terjadi (Armawati 2021).

1. Kontrasepsi Pil

Alat kontrasepsi ini berbentuk pil yang berisi sintetis hormon *estogen* dan *progesterone*. Pil ini harus diminum setiap hari oleh wanita untuk mencegah terjadinya kehamilan. Pil KB bekerja dengan dua cara. Pertama, menghentikan ovulasi (mencegah ovarium mengeluarkan sel telur). Kedua, mengentalkan cairan (mucus) serviks sehingga menghambat pergerakan sperma ke Rahim. Efektivitas Pil Kb mencapai 99%. Selain Pil KB, patch (seperti koyok)merupakan alat kontrasepsi yang cara kerjanya hamper sama dengan Pil KB. Bedanya pacth ini tidak perlu diminum tapi cukup ditempelkan dipunggung (Loudoe 2020).

a. Manfaat Pil

Menurut (Loudoe 2020), manfaat Pil yaitu sebagai berikut:

1. Resiko terhadap kesehatan sangat kecil
 2. Tidak mengganggu hubungan seksual
 3. Siklus haid menjadi teratur
 4. Dapat menggunakan jangka panjang selama perempuan masih ingin menggunakan untuk mencegah kehamilan
 5. Dapat digunakan pasangan usia mudah hingga menopause
- b. Efek samping

Menurut (Loudoe 2020), efek samping Pil KB yaitu:

1. Mual
 2. Perdarahan bercak
 3. Payudara tegang
 4. Pusing
 5. Peningkatan berat badan
 6. Jerawat
 7. Sakit kepala
2. Kontrasepsi Injeksi (suntik)

Kontrasepsi injeksi merupakan metode suntikan yang mengandung *Depo Medroxyprogesteron* untuk mencegah terjadinya kehamilan. Kontrasepsi suntik tersedia untuk setiap 1 bulan dan 3 bulan. KB suntik yang diberikan tiap bulan sekali mengandung estrogen dan progesterone, sedangkan KB suntik yang diberikan tiap 3 bulan sekali mengandung progesterone saja. Kontrasepsi suntik jangka panjang dinilai merupakan salah satu kontrasepsi yang aman, nyaman

untuk para akseptor, serta dapat mengontrol kelahiran secara reversible yang keefektifannya setara dengan sterilisasi (Armawati 2021).

Menurut (Armawati 2021), efek samping dari pemakaian metode suntik, yaitu sebagai berikut:

- 1) Gangguan haid
- 2) Permasalahan berat badan merupakan efek samping yang sering muncul
- 3) Terlambatnya kembali kesuburan setelah pemakaian dihentikan
- 4) Pada penggunaan jangka panjang terjadi perubahan pada lipid serum dan dapat menurunkan densitas tulang
- 5) Kekeringan pada vagina, penurunan libido, gangguan emosi, sakit kepala, nervositas dan timbulnya jerawat juga dapat terjadi pada pemakaian jangka panjang
- 6) Peningkatan berat badan.

3. Kontrasepsi Implan atau Alat Kontrasepsi Bawah Kulit (AKBK):

a) Pengertian Kontrasepsi Implan

AKBK atau implant merupakan metode kontrasepsi dengan cara memasukkan 2 batang susuk KB yang berukuran sebesar korek api di bawah kulit lengan atas. Susuk KB adalah batang kecil berisi hormone yang terbuat dari plastik lentur. susuk KB terus-menerus melepaskan sejumlah kecil hormone seperti pada pil KB selama tiga tahun. Bila pasangan suami istri meninginkan anak, susuk KB dapat dicopot dan wanita yang menggunakan alat kontrasepsi ini akan kembali subur setelah satu bulan (Sandi 2018).

Kontrasepsi implant adalah alat kontrasepsi yang dipasang di bawah kulit. Implant adalah suatu alat kontrasepsi yang mengandung levonorgetrel yang dibungkus dalam kapsul *silastic silicon* dan dipasang dibawah kulit (Wicaksana 2019).

b) Keuntungan Kontrasepsi Implant

Menurut (Wicaksana 2019), keuntungan kontrasepsi Implan adalah:

- a. Daya guna tinggi
 - b. Perlindungan jangka panjang sampai 5 tahun
 - c. Pengembalian tingkat kesuburan yang cepat setelah pencabutan implant
 - d. Tidak memerlukan pemeriksaan dalam
 - e. Bebas dari pengaruh estrogen
 - f. Tidak mengganggu hubungan saat senggama
 - g. Tidak mengganggu produksi ASI
 - h. Ibu hanya perlu kembali ke klinik bila ada keluhan
 - i. Dapat dicabut setiap saat sesuai dengan kebutuhan
- c) Kekurangan implant

Menurut (Wicaksana 2019), kekurangan kontrasepsi Implan adalah:

- a. Implan harus dipasang dan diangkat oleh petugas kesehatan yang terlatih
 - b. Petugas kesehatan harus dilatih khusus
 - c. Harga implan yang mahal
 - d. Implan sering mengubah pola implan dapat terlihat di bawah kulit
 - e. Implant dapat terlihat dibawah kulit.
- d) Efek samping implant

- a. Nyeri kepala atau pusing
- b. Peningkatan dan penurunan berat badan
- c. Nyeri payudara serta perasaan mual
- d. Perubahan perasaan (*mood*) atau kegelisahan (*nervousness*)
- e. Membutuhkan tindakan pembedahan minor untuk insersi dan pencabutan implant
- f. Tidak memberikan efek protektif terhadap infeksi menular seksual termasuk *AIDS*
- g. Pasien tidak dapat menghentikan sendiri pemakainnya kontrasepsi ini sesuai dengan keinginan, tetapi harus pergi ke klinik untuk pencabutan (Wicaksana 2019).

b.Kontrasepsi Non Hormonal

Kontrasepsi non hormonal merupakan alat kontrasepsi yang bertujuan untuk mencegah kehamilan yang tidak mengandung hormone. KB non-hormonal tidak memasukkan hormon ke dalam tubuh. Alat kontrasepsi ini tidak mengganggu masa subur tapi dapat mencegah kehamilan dengan cara tertentu (Marni 2016).

Terdapat jenis-jenis KB non-hormonal yaitu sebagai berikut:

1. Kontrasepsi Alamiah

Kontrasepsi alamiah adalah suatu upaya mencegah atau menghalangi pembuahan atau pertemuan antara sel telur dengan sperma dengan menggunakan metode-metode yang tidak membutuhkan alat ataupun bahan kimia (yang menjadi ciri khas metode perintang) juga tidak memerlukan obat-obatan (Marni 2016).

Jenis-jenis kontrasepsi hormonal yaitu sebagai berikut:

a) Metode Kalender/Pantang Berkala

Metode kalender atau pantang berkala merupakan metode keluarga berencana alamiah (KBA) yang paling tua. Pencetus KBA sistem kalender adalah dr. Knaus (ahli kebidanan dari Vienna) dan dr. Ogino (ahli ginekologi dari Jepang). Metode kalender ini ber dasarkan pada siklus haid/menstruasi wanita (Marni 2016).

a. Manfaat:

Menurut (Marni 2016), manfaat metode kalender/pantang berkala adalah sebagai berikut:

1. Dapat bermanfaat sebagai kontrasepsi maupun konsepsi.

Manfaat kontrasepsi yaitu sebagai alat pengendalian kelahiran atau mencegah kehamilan.

2. Manfaat konsepsi dapat digunakan oleh para pasangan untuk mengharapkan bayi dengan melakukan hubungan seksual saat masa subur/ovulasi untuk meningkatkan kesempatan bisa hamil.

b. Keuntungan:

Menurut (Marni 2016), keuntungan metode kalender/pantang berkala adalah sebagai berikut:

1. Metode kalender atau pantang berkala lebih sederhana.
2. Dapat digunakan oleh setiap wanita yang sehat.
3. Tidak membutuhkan alat atau pemeriksaan khusus dalam penerapannya.
4. Tidak mengganggu pada saat berhubungan seksual.

5. Kontrasepsi dengan menggunakan metode kalender dapat menghindari risiko kesehatan yang berhubungan dengan kontrasepsi.
 6. Tidak memerlukan biaya.
 7. Tidak memerlukan tempat pelayanan kontrasepsi
- b) Metode Pengamatan Lendir Serviks (Metode ovulasi)

Metode mukosa serviks atau ovulasi billings ini dikembangkan oleh *Drs. John, Evelyn Billings dan Fr Maurice Catarinich di Melburne, Australia* dan kemudian menyebar ke seluruh dunia. Metode ini tidak menggunakan obat atau alat, sehingga dapat diterima oleh pasangan taat agama dan budaya yang berpantang dengan kontrasepsi modern.

Metode mukosa serviks atau metode ovulasi merupakan metode keluarga berencana alamiah (KBA) dengan cara mengenali masa subur dari siklus menstruasi dengan mengamati lendir serviks dan perubahan rasa pada vulva menjelang hari-hari ovulasi (Marni 2016).

a. Manfaat:

Metode mukosa serviks bermanfaat untuk mencegah kehamilan yaitu dengan berpantang senggama pada masa subur. Selain itu, metode ini juga bermanfaat bagi wanita yang menginginkan kehamilan (Marni 2016).

b. Kelebihan:

Menurut (Marni 2016) kelebihan metode pengamatan lendir serviks (metode ovulasi) yaitu:

1. Mudah digunakan.
2. Tidak memerlukan biaya.

3. Metode mukosa serviks merupakan metode keluarga berencana alami lain yang mengamati tanda-tanda kesuburan.
- c. Keterbatasan:

Menurut (Marni 2016) keterbatasan metode pengamatan lendir serviks (metode ovulasi) yaitu:

Sebagai metode keluarga berencana alami, metode mukosa serviks ini memiliki keterbatasan. Keterbatasan tersebut antara lain:

 1. Tidak efektif bila digunakan sendiri, sebaiknya dikombinasikan dengan metode kontrasepsi lain (misal metode simpto-termal).
 2. Tidak cocok untuk wanita yang tidak menyukai menyentuh alat kelaminnya.
 3. Wanita yang memiliki infeksi saluran reproduksi dapat mengaburkan tanda-tanda kesuburan
 4. Wanita yang menghasilkan sedikit lendir.

c) Metode Sanggama Terputus (coitus interruptus)

Nama lain dari coitus interruptus adalah senggama terputus atau ekspulsi pra ejakulasi atau pancaran ekstra vaginal atau *withdrawal methods atau pull-out method*. Dalam bahasa latin disebut juga *interrupted intercourse*.

Coitus interruptus atau senggama terputus adalah metode keluarga berencana tradisional/alamiah, di mana pria mengeluarkan alat kelaminnya (penis) dari vagina sebelum mencapai ejakulasi (Marni 2016).

a. Manfaat

Menurut (Marni 2016), metode senggama terputus (Coitus interruptus) memberikan manfaat baik secara kontrasepsi maupun non kontrasepsi .

1. Manfaat kontrasepsi

Menurut (Marni 2016), manfaat kontrasepsi adalah sebagai berikut:

- a. Alamiah.
- b. Efektif bila dilakukan dengan benar
- c. Tidak mengganggu produksi ASI
- d. Tidak ada efek samping
- e. Tidak membutuhkan biaya
- f. Tidak memerlukan persiapan khusus.
- g. Dapat dikombinasikan dengan metode kontrasepsi lain
- h. Dapat digunakan setiap waktu.

2. Manfaat non kontrasepsi.

Menurut (Marni 2016), manfaat non kontrasepsi adalah sebagai berikut:

- a. Adanya peran serta suami dalam keluarga berencanadan kesehatan reproduksi.
 - b. Menanamkan sifat saling pengertian
 - c. Tanggung jawab bersama dalam ber-KB.
- b. Keterbiasaan

Menurut (Marni 2016), keterbiasaan metode senggama terputus yaitu:

- 1. Sangat tergantung dari pihak pria dalam mengontrol ejakulasi dan tumpahan sperma selama senggama.
- 2. Memutus kenikmatan dalam berhubungan seksual (orgasme).

3. Sulit mengontrol tumpahan sperma selama penetrasi saat dan setelah interupsi coitus.
 4. Tidak melindungi dari penyakit menular seksual.
 5. Kurang efektif untuk mencegah kehamilan (Marni 2016).
2. Kontrasepsi Sederhana

Metode kontrasepsi sederhana adalah suatu upaya mencegah/menghalangi pembuahan atau pertemuan antara sel telur dengan sperma dengan menggunakan metode-metode atau cara yang dapat dikerjakan sendiri oleh peserta keluarga berencana, hanya membutuhkan alat sederhana yang tidak memerlukan obat-obatan dan tanpa pemeriksaan medis terlebih dahulu. Hasil yang diperoleh dengan cara ini umumnya kurang efektif dibandingkan dengan cara-cara lain. Jenis-jenis metode kontrasepsi sederhana adalah sebagai berikut (Marni 2016).

a. Kondom (karet KB)

Kondom merupakan selubung atau sarung karet yang terbuat dari berbagai bahan diantaranya karet (lateks), Plastik (vinil) atau bahan alami (produksi hewani) yang dipasang pada penis untuk menampung sperma ketika seorang pria mencapai ejakulasi saat berhubungan seksual (Loudoe 2020).

1) Klasifikasi Kondom

Klasifikasi kondom berdasarkan jenis kelaminnya terbagi menjadi 2 bagian, yaitu kondom pria dan kondom wanita.

a. Kondom Pria

Kondom pria merupakan selubung/sarung karet tipis yang dipasang pada penis sebagai tempat penampungan air mani yang dikeluarkan pria pada saat

senggama sehingga tidak tercurah pada vagina. Bentuknya ada dua macam yaitu, polos dan berputing. Bentuk berputing ada kelebihannya yaitu untuk menampung sperma setelah ejakulasi (Marni 2016).

b. Kondom Wanita.

Kondom untuk wanita adalah suatu sarung *polyurethane* dengan panjang 15 cm dan garis tengah 7 cm yang ujungnya terbuka melekat ke suatu cincin *polyurethane* lentur. Cincin *polyurethane* ini berfungsi sebagai alat untuk memasang dan melekatkan kondom di vagina. Kondom wanita mengandung pelumas berbahan dasar silikon dan tidak memerlukan pelumas spermisida serta hanya sekali pakai. Efektivitas dari penggunaan kondom ini menunjukkan sama dengan efektivitas dari penggunaan diafragma (Marni 2016).

Fungsi kondom sebenarnya bukan sekadar sebagai alat KB atau pengaman saja. Kondom juga bisa digunakan sebagai bagian dari foreplay agar suasana bercinta menjadi berbeda. Apalagi saat ini kondom tersedia dalam beragam tekstur dan aroma (Marni 2016).

2) Keuntungan Kondom

Menurut (Marni 2016), keuntungan kondom secara kontrasepsi antara lain:

- a. Efektif bila pemakaian benar.
- b. Tidak mengganggu produksi ASI.
- c. Tidak mengganggu kesehatan klien.
- d. Tidak mempunyai pengaruh sistemik.
- e. Murah dan tersedia di berbagai tempat.
- f. Tidak memerlukan resep dan pemeriksaan khusus.

g. Metode kontrasepsi sementara.

Keuntungan kondom secara non-kontrasepsi yaitu:

- a. Peran serta suami untuk ber-KB.
- b. Mencegah penularan PMS.
- c. Mencegah ejakulasi dini.
- d. Mengurangi insidensi kanker serviks.
- e. Adanya interaksi sesama pasangan.
- f. Mencegah imuno infertilitas.

3) Kerugian Kondom

Menurut (Marni 2016), kerugian kondom adalah:

- a. Efektifitas tidak terlalu tinggi.
 - b. Tingkat efektifitas tergantung pada pemakaian kondom yang benar.
 - c. Adanya pengurangan sensitifitas pada penis.
 - d. Harus selalu tersedia setiap kali berhubungan seksual.
 - e. Perasaan malu membeli di tempat umum.
 - f. Masalah pembuangan kondom bekas pakai (Marni 2016).
- b. Metode Kontrasepsi AKDR/IUD
- Alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR/IUD) merupakan alat kontrasepsi yang dipasang dalam rahim yang relatif lebih efektif bila dibandingkan dengan metode pil, suntik dan kondom. Efektivitas metode IUD antara lain ditunjukkan dengan angka kelangsungan pemakaian yang tertinggi bila dibandingkan dengan metode tersebut (Dr Erna Setyaningrum SST, 2021).

Alat kontrasepsi dalam rahim terbuat dari plastik elastic, dililit tembaga atau campuran tembaga dengan perak. Lilitan logam menyebabkan reaksi anti fertilisasi dengan penggunaan dapat mencapai 2-10 tahun, dengan metode kerja mencegah masuknya spermatozoa/sel mani kedalam saluran tuba. Pemasangan dan pencabutan alat kontrasepsi ini harus dilakukan oleh tenaga medis (dokter atau bidan terlatih), dapat dipakai oleh semua perempuan usia reproduksi namun tidak boleh dipakai oleh perempuan yang terpapar infeksi menular seksual (Dr. Erna Setyaningrum, 2021).

1. Keuntungan AKDR

Menurut (Dr. Erna Setyaningrum, 2021), keuntungan alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR) adalah sebagai berikut :

- a) Sangat efektif 0,6 - 0,8 kehamilan/100 perempuan dalam 1 tahun pertama (kegagalan dalam 125-170 kehamilan).
- b) IUD dapat efektif segera setelah pemasangan.
- c) Metode jangka panjang (10 tahun proteksi dari CuT-380A dan tidak perlu diganti).
- d) Tidak mempengaruhi hubungan seksual.
- e) Sangat efektif karena tidak perlu lagi mengingat-ingat.
- f) Meningkatkan kenyamanan seksual karena tidak takut untuk hamil.
- g) Tidak ada efek samping hormonal dengan CuT-380A.
- h) Tidak mempengaruhi kualitas volume ASI.
- i) Dapat dipasang segera setelah melahirkan atau abortus (apa bila tidak terjadi infeksi).

- j) Dapat digunakan sampai menopause (1 tahun atau lebih setelah haid terakhir).
- k) Tidak ada interaksi dengan obat-obat.

2. Kelemahan AKDR

Menurut (Dr. Erna Setyaningrum, 2021), Alat kontrasepsi dalam rahim bukanlah alat kontrasepsi yang sempurna sehingga masih terdapat beberapa kelemahan sebagai berikut :

- a) Efek samping yang umum terjadi, seperti: perubahan siklus haid (umumnya pada 3 bulan pertama dan akan berkurang setelah 3 bulan), haid lebih lama dan banyak, perdarahan antar menstruasi, saat haid lebih sakit.
- b) Merasa sakit dan kejang selama 3 sampai 5 hari setelah pemasangan, perdarahan berat pada waktu haid.
- c) Tidak mencegah IMS termasuk HIV/AIDS.
- d) Tidak baik digunakan pada perempuan dengan IMS atau yang sering berganti pasangan.
- e) Penyakit radang panggul terjadi sesudah perempuan dengan IMS memakai IUD, PRP dapat memicu infertilitas.
- f) Prosedur medis, termasuk pemeriksaan pelviks diperlukan dalam pemasangan IUD.
- g) Sedikit nyeri dan perdarahan (*spotting*) terjadi segera setelah pemasangan IUD. Biasanya menghilang dalam 1-2 hari.
- h) Pencabutan IUD hanya dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan (dokter atau bidan) yang terlatih.

- i) Mungkin IUD keluar dari uterus tanpa diketahui (sering terjadi apabila IUD dipasang segera setelah melahirkan).
 - j) Perempuan harus memeriksa posisi benang IUD dari waktu ke waktu.
3. Efek Samping

1. Efek samping

Menurut (Dr. Erna Setyaningrum, 2021), efek samping IUD adalah sebagai berikut.

- a. Adanya bercak darah, pendarahan hemorogi, anemia (memburuk pada penggunaan AKDR tembaga, membaik setelah 3 bulan).
 - b. Disminorhea membaik setelah 3 bulan, dapat mencegah kehamilan ektopik.
 - c. AKDR terlepas keluar, gejalanya adalah perdarahan nyeri atau dispareuni pada wanita atau pasangannya
 - d. Benang AKDR hilang.
 - e. Pasangan teriritasi benang.
 - f. Kegagalan kontrasepsi yang menyebabkan aborsi septik yang diindikasi dengan adanya gejala seperti flu
- c. Kontrasepsi Diafragma

Diafragma adalah kap berbentuk bulat cembung seperti topi yang menutupi mulut rahim, terbuat dari lateks (karet) yang diinsersikan ke dalam vagina sebelum berhubungan seksual dan menutup serviks,

Diafragma dapat dipasang 6 jam atau lebih sebelum melakukan sanggama. Bila sanggama dilakukan berulang kali pada saat yang sama," maka perlu ditambahkan spermisid setiap sebelum sanggama berikutnya.

Diafragma tidak boleh dikeluarkan selama 6-8 jam setelah sanggama selesai, pembilasan (*douching*) tidak diperkenankan, diafragma dapat dibiarkan di dalam vagina selama 24 jam setelah sanggama selesai, lebih lama dari itu kemungkinan dapat timbul infeksi (Dr. Erna Setyaningrum, 2021).

1. Manfaat :

Menurut (Dr. Erna Setyaningrum, 2021), manfaat kontrasepsi diafragma adalah sebagai berikut:

- a) Efektif bila digunakan dengan benar.
- b) Tidak mengganggu produksi ASI.
- c) Tidak mengganggu hubungan seksual karena telah dipersiapkan sebelumnya.
- d) Tidak mengganggu kesehatan klien.
- e) Tidak mempunyai pengaruh sistemik.

Menurut (Dr. Erna Setyaningrum, 2021), manfaat non kontrasepsi diafragma adalah sebagai berikut:

- a. Memberikan perlindungan terhadap penyakit menular seksual
- b. Dapat menampung darah menstruasi, bila digunakan saat haid.
- d. Kontrasepsi dengan Spermisida

Spermisida adalah alat kontrasepsi yang mengandung bahan kimia (nonoksinol-9) yang digunakan untuk membunuh sperma. Jenis spermisida terbagi menjadi:

- a) Aerosol (busa)
- b) Table vagina, suppositoria atau dissolvable film
- c) Krim (Th. Endang Purwoastuti, 2020).

3. Kontrasepsi Mantap

a. Pengertian Kontrasepsi Mantap

Kontrasepsi mantap (kontap) adalah suatu tindakan untuk membatasi keturunan dalam jangka waktu yang tidak terbatas , yang dilakukan terhadap salah seorang dari pasangan suami istri atas permintaan yang bersangkutan, secara mantap dan sukarela. Kontap dapat diikuti baik oleh wanita maupun pria. Tindakan kontap pada wanita disebut kontap wanita atau MOW (metode operasi wanita) atau tubektomi, sedangkan pada pria MOP (metode operasi pria) atau vasektomi. Kontrasepsi mantap pada wanita atau MOW (metode operasi wanita) atau tubektomi, yaitu tindakan pengikatan dan pemotongan saluran sel telur agar sel telur tidak dapat dibuahi oleh sperma.

Kontrasepsi mantap pada pria atau MOP (metode operasi pria) atau vasektomi, yaitu tindakan pengikatan dan pemotongan saluran benih agar sperma tidak keluar dibuahi zakar (Mega, 2021).

1) Metode Operasi Wanita (MOW)

a. Pengertian Metode Operasi Wanita (MOW)

Metode Operasi Wanita (MOW) merupakan salah satu cara kontrasepsi diikuti dengan tindakan pembedahan pada saluran telur wanita. Tubektomi merupakan tindakan medis berupa penutupan tuba uterine untuk

tidak mendapatkan keturunan dalam jangka sampai seumur hidup (Mega, 2021).

b. Kelebihan dan Kekurangan Tubektomi

Menurut (Mega, 2021), kelebihan dari Tubektomi adalah sebagai berikut:

1. Efektivitas hamper 100%

Indeks efektivitas sterilisasi (disebut indeks mutiara) adalah 0,5 – 1. Nilai ini menunjukkan bahwa jumlah kehamilan yang tidak diinginkan pada 100 wanita yang menggunakan metode kontrasepsi itu selama setahun. Artinya, hanya ada satu kehamilan yang tidak diinginkan per 1000-2000 wanita yang telah disterilisasi, tuba fallopi wanita kembali menyambung setelah dipotong atau ditutup.

2. Tidak mempengaruhi libido seksualis.

3. Kegagalan dari pihak pasien tidak ada.

4. Sangat efektif (0,5 kehamilan /100 perempuan) selama tahun pertama penggunaan.

5. Tidak mempengaruhi proses menyusui (*breastfeeding*).

6. Tidak bergantung pada faktor senggama.

7. Baik bagi klien apabila kehamilan akan menjadi risiko kesehatan yang serius.

8. Pembedahan sederhana, dapat dilakukan anastesi local.

9. Tidak ada efek samping dalam jangka panjang.

10. Tidak ada perubahan dalam fungsi seksual (tidak ada efek pada produksi hormone ovarium).

Menurut (Mega, 2021), Adapun kelebihan dari kontak dibandingkan dengan kontrasepsi yang lain adalah:

1. Lebih aman (keluhan lebih sedikit)
 2. Lebih praktis (hanya memerlukan satu kali tindakan)
 3. Lebih efektif (tingkat kegagalan sangat sedikit)
- c. Kekurangan Tubektomi:

Menurut (Mega, 2021), adapun kekurangan dari tubektomi adalah sebagai berikut:

- a) Risiko dan efek samping pembedahan.

Risiko sterilisasi, seperti hanya operasi lainnya, terutama berkaitan dengan anestesi. Ahli bedah juga dapat tanpa sengaja merusak ligamen peritoneal selama operasi. Jika ligamen peritoneal rusak, produksi hormone pada ovarium menurun dan menopause bias dimulai dini. Potensi komplikasi lainnya (sangat jarang) adalah kehamilan ektopik dan gangguan menstruasi.

- b) Kadang-kadang sedikit merasakan nyeri pada saat operasi.

- c) Infeksi mungkin saja terjadi, bila prosedur operasi tidak benar.

- d) Kesuburan sulit kembali

Karena metode tubektomi merupakan kontrasepsi permanen, sebelum mengambil keputusan untuk tubektomi, istri dan suami terlebih dahulu harus mempertimbangkannya secara matang. Meskipun saluran telur yang tadinya dipotong atau diikat dapat disambung kembali. Namun, tingkat keberhasilan untuk hamil lagi sangat kecil.

- 2) Metode Operasi Pria (MOP)

a. Pengertian Metode Operasi Pria (MOP)

Vasektomi adalah pilihan kontrasepsi permanent yang popular untuk banyak pasangan. Vasektomi adalah pemotongan vas deferen, yang merupakan saluran yang mengangkut sperma dari epididymis didalam testis ke vesikula seminalis. Vasektomi adalah bentuk kontrasepsi yang sangat efektif. Angka kegagalan langsungnya adalah 1 dalam 1000 angka kegagalan (Mega, 2021).

b. Keuntungan

Menurut (Mega, 2021), keuntungan metode operasi pria (MOP) adalah sebagai berikut:

1. Tidak ada mortalitas (kematian).
2. Morbiditas (akibat sakit kecil sekali).
3. Pasien tidak perlu dirawat dirumah sakit.
4. Dilakukan anestesi lokal.
5. Ada kepastian bahwa cara ini efektif (memungkinkan gagal tidak) karena dapat di cekkepastian dilaboratorium
6. Tidak mengganggu hubungan seks selanjutnya dan juga jumlah cairan yang dikeluarkan oleh suami waktu bersenggama tidak berubah.
7. Tidak banyak memerlukan biaya. Yang penting adalah persetujuan dari istri.

c. Kelemahan

Menurut (Mega, 2021), kelemahan metode operasi pria (MOP) yaitu:

1. Harus dilakukan pembedahan.
2. Masih dimungkinkan ada komplikasi ringan.

3. Tidak seperti sterilisasi wanita yang langsung menghasilkan steril permanen, pada vasektomi masih harus menunggu beberapa hari, minggu atau bulanan sampai sel mani menjadi negative.
4. Tidak dapat dilakukan pada orang yang masih ingin mempunyai anak lagi.

B.5 Pengaruh Konseling KB Terhadap Pengambilan Keputusan Pemilihan Metode Kontrasepsi Pada Ibu Nifas Di PMB Pratama Gita

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Suwardi et al. 2022) tentang hubungan pengertahanan alat bantu pengambilan keputusan (AKBK) oleh petugas kesehatan dengan pemilihan alat kontrasepsi pada PUS Di Kelurahan Gang Buntu Wilayah Kerja Puskesmas Glugur Darat, dengan desain penelitian yang digunakan adalah survei analitik dengan pendekatan *cross sectional* menyatakan bahwa terdapat hubungan penggunaan alat bantu pengambilan keputusan (AKBK) terhadap pemilihan alat kontrasepsi.

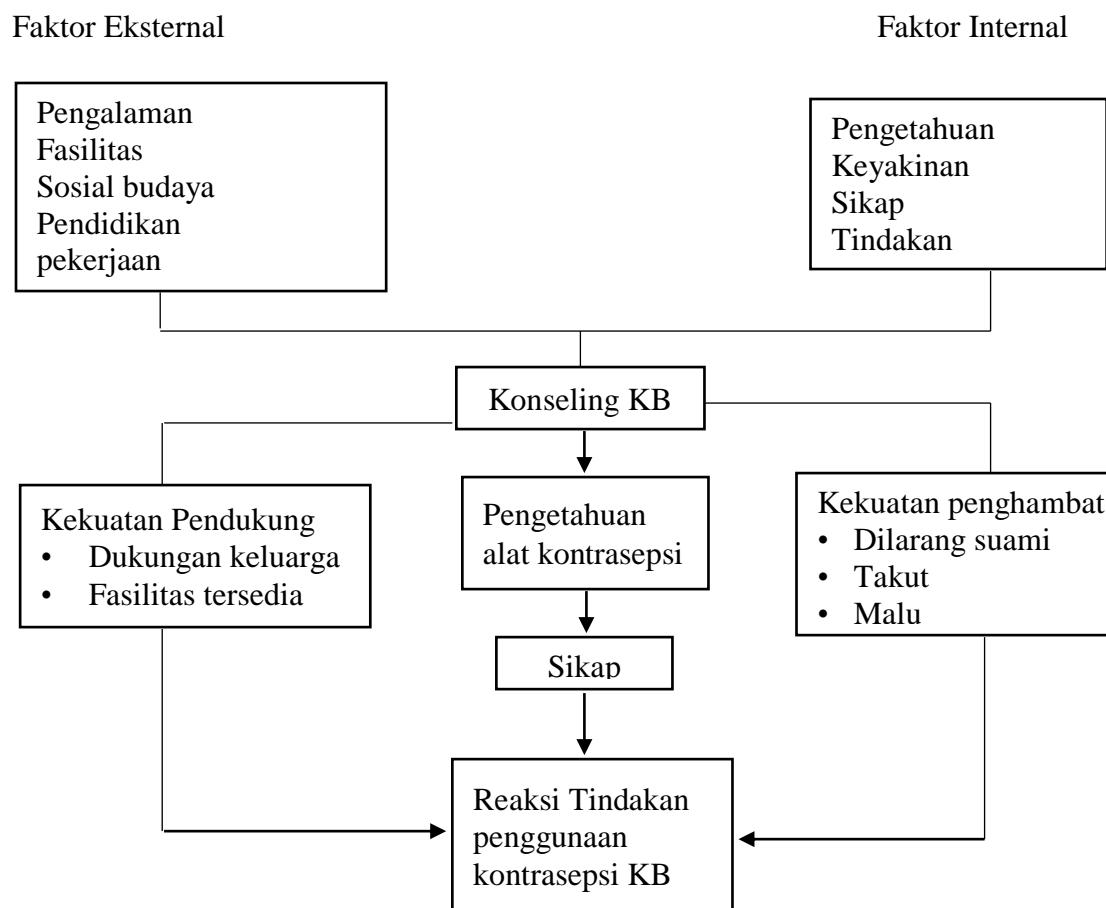
Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Maftuha, 2022) tentang pengaruh koseling keluarga berencana terhadap pengambilan keputusan alat kontrasepsi pada Ibu Nifas di wilayah kerja Puskesmas Kebaman, Banyuwangi, dengan desain penelitian *pre-experimental study* dengan pendekatan *posttest only with control group design* menyatakan bahwa terdapat pengaruh konseling keluarga berencana terhadap pengambilan keputusan alat kontrasepsi pada ibu nifas.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Utami dan Sari 2022) tentang pengaruh pengetahuan dengan pemilihan metode kontrasepsi di Desa Bangsri Karangpandan dengan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yaitu melakukan pengukuran variabel

dependent dan *independent* hanya dilakukan satu kali pada satu saat. dengan rancangan penelitian *observasional analitik*, menyatakan bahwa terdapat pengaruh pengetahuan dengan pemilihan metode kontrasepsi di Desa Bangsri Karangpandan

C. Kerangka Teori

Gambar 2.1 Kerangka Teori

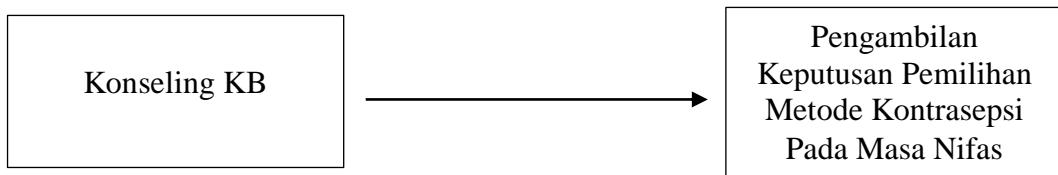


D. Kerangka Konsep

Gambar 2.2 Kerangka Konsep

Variabel Independen

Variabel Dependen



E. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh konseling KB terhadap pengambilan keputusan pemilihan metode kontrasepsi pada ibu nifas