



Kementerian  
Kependudukan  
dan Pembangunan  
Keluarga/BKKBN



**RENCANAKAN SEKARANG,  
NIKMATI NANTI !**



**Wujudkan Keluarga Sehat dan Sejahtera  
dengan Keluarga Berencana (KB)**



Kolaborasi Edukatif  
S2 Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta  
Kemendukbangga / BKKBN Kotagede - PCA Kotagede

## MENGAPA KB ITU PENTING?

- Menjaga kesehatan ibu & anak
- Menghindari kehamilan tidak direncanakan
- Meningkatkan kesejahteraan keluarga
- Memberi ruang untuk merawat anak dengan optimal
- Mendukung perencanaan masa depan yang lebih baik

## METODE KONTRASEPSI KB ITU APA AJA YA

- Pil KB – diminum setiap hari
- Suntik KB – 1 bulan atau 3 bulan sekali
- Implan (susuk) – dipasang di lengan, efektif hingga 3 tahun
- IUD (Spiral) – dimasukkan ke rahim, efektif hingga 5-10 tahun
- Kondom – dipakai saat berhubungan, juga mencegah IMS
- MOW/MOP – sterilisasi bagi wanita (MOW) dan pria (MOP), bersifat permanen

## DIMANA BISA MENDAPATKAN LAYANAN KB?

- Puskesmas dan Posyandu
- Rumah Sakit
- Klinik Bersalin
- Bidan atau dokter praktik
- Petugas PLKB (Penyuluh Lapangan Keluarga Berencana)

*Keluarga yang direncanakan adalah kunci masa depan yang cerah.*

*Gunakan layanan KB yang sesuai dengan kebutuhan Anda. Konsultasikan dengan tenaga medis untuk pilihan terbaik.*

Jenis Kontrasepsi	⚠️ Efek Samping Umum	💡 Penanganan yang Disarankan
Pil KB kombinasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mual ringan</li> <li>• Sakit kepala</li> <li>• Payudara nyeri</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Konsumsi malam hari untuk mual</li> <li>• Evaluasi jenis hormon jika sakit kepala menetap</li> </ul>
Suntik 1/3 bulanan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Haid tidak teratur</li> <li>• Berat badan naik</li> <li>• Nyeri payudara</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Edukasi tentang normalnya perubahan haid</li> <li>• Konseling gizi untuk berat badan</li> </ul>
Implan (susuk)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flek/bercak tidak teratur</li> <li>• Perubahan mood</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemantauan 3 bulan pertama</li> <li>• Konseling psikologis bila mood tidak stabil</li> </ul>
IUD (Spiral)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nyeri perut bawah</li> <li>• Pendarahan lebih banyak saat haid - Keputihan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obat anti-nyeri bila perlu</li> <li>• Periksa ulang posisi IUD bila nyeri hebat</li> </ul>
Kondom	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alergi lateks</li> <li>• Iritasi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gunakan kondom non-lateks (polyurethane)</li> </ul>
Vasektomi / MOW	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nyeri ringan pasca tindakan</li> <li>• Pembengkakan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obat anti-nyeri, kompres dingin, hindari aktivitas berat beberapa hari</li> </ul>

**AYO IKUT KB !!!!!**



## APA ITU UNMET NEED ?

Unmet need adalah situasi di mana perempuan usia subur (biasanya 15–49 tahun) yang sudah menikah ingin menunda, menjarangkan, atau menghentikan kehamilan, tetapi tidak menggunakan metode kontrasepsi apa pun

## SIAPA YANG BERESIKO ?

Pasangan usia subur, terutama ibu yang baru melahirkan, belum ingin punya anak, tidak mendapat izin suami, kurang mendapat edukasi KB

*"Jangan Tunggu, Tahu dan Tindak Unmet Need Sekarang!"*



## MENGAPA UNMET NEED TERJADI ?

- Adanya efek samping alat kontrasepsi
- Kurangnya informasi dan edukasi KB
- Kurangnya dukungan
- Akses ke layanan KB terbatas
- Faktor agama, budaya, atau mitos yang salah

## DAMPAK UNMET NEED

- Meningkatnya angka kehamilan yang tidak diinginkan
- Risiko meningkatnya angka kematian ibu dan bayi
- Ledakan penduduk yang tidak terkendali, berdampak pada aspek ekonomi, sosial, dan kesehatan masyarakat

## AYO !!!!!

- Dapatkan konseling KB terpercaya dari bidan, puskesmas, atau klinik terdekat
- Ikuti program KB yang aman dan sesuai kondisi kesehatan
- Ajak pasangan berdiskusi bersama tenaga kesehatan
- Rencanakan keluarga sejahtera
- Dukung ibu-ibu sekitar untuk memahami pentingnya KB

## REFERENSI :

- Assefa, A. A., Selassie, S. G., Mesele, A., Kebede, H. B., Fikrie, A., & Abera, G. (2023, February 10). Unmet need for family planning and associated factors among currently married women in Hawella Tulla Sub-city, Hawassa, southern Ethiopia: Community-based study. *Contraception and Reproductive Medicine*, 8, Article 14. <https://doi.org/10.1186/s40834-022-00212-w>
- Eka, F. R., Nanda, D. A., & Suryanegara, M. (2022). Factors affecting knowledge regarding unmet need on fertile aged women in Indonesia: Analysis of 2012 & 2017 IDHS. *Reproductive Health*, 19, Article 204. <https://doi.org/10.1186/s12978-022-01338-5>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025, Februari 20). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2025 tentang Penyelenggaraan Upaya Kesehatan Reproduksi [Peraturan Menteri]. <https://peraturan.kemkes.go.id>
- Puspitasari, D. (2023). "I wanted to enjoy our marriage first... but I got pregnant right away": A qualitative study of family planning understandings and decisions of women in urban Yogyakarta, Indonesia. *Reproductive Health Journal*, 20, Article 130. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30165818/>
- Sariyati, A. L., & Tim. (2022). Karakteristik istri berhubungan dengan unmet need for family planning di Desa Wonokromo, Pleret, Bantul. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 13(1), 23–30. <https://jurnalmadanimedika.ac.id/index.php/JMM/article/view/210>
- Skariitanov, E., Wilkie, G., & Kovell, L. C. (2021). Contraception selection, effectiveness, and adverse effects: A review. *JAMA*, 326(24), 2507–2518. <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2787541>
- World Health Organization. (2023). Family planning and unmet need: Fact sheet. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/family-planning-contraception>

**TIM PENYUSUN :**  
**FARAH, FITRI, ARRYAN, ITA, NUR AJIZAH, ISRA, TIARA, DULCE**

**PEMBIMBING :**  
**DR. DHESI ARI ASTUTI, S.SIT., M.KES.**  
**WIJAYANTI RETNANINGSIH S.PSI., M.PSI.**