

# Daripada Aborsi, Mending Kontrasepsi

**H**arapan Angelia, bukan nama sebenarnya, untuk kuliah pupus sudah. Ibu muda itu kini hanya bisa menyesal. Tujuh tahun lalu, saat dia masih duduk di bangku kelas XII SMA, ujian akhir nasional (UAN) tinggal tiga bulan lagi. Orang tua Angelia sudah menyiapkan duit buat meneruskan pendidikan anaknya ke perguruan tinggi.

Bagaikan tersambar petir di siang bolong, sebulan sebelum UAN, Angelia ketahuan hamil. Pihak sekolah mengeluarkannya. Kini dia hanya mengantongi ijazah SMP. Duit bakal biaya kuliah akhirnya digunakan untuk biaya hidup. Suaminya ternyata juga tak bekerja. Lengkap sudah cerita dukanya.

Direktur Jaminan dan Pelayanan Keluarga Berencana Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Setia Edi mengatakan, berdasarkan survei Komisi Perlindungan Anak, 63 persen remaja pernah melakukan hubungan seks. Celakanya, 52 persen dari para remaja ini melakukan hubungan intim tanpa alat kontrasepsi. Selanjutnya bisa ditebak, mereka hamil, lalu sebagian dari mereka

bernasib seperti Angelia.

BKKBN juga terhambat aturan. "Sesuai dengan aturannya, alat kontrasepsi diperuntukkan buat pasangan suami-istri yang sah," kata Setia. Karena itu, para remaja hanya diberi penyuluhan dan informasi.

Masalahnya, menurut Prof dr Firman Lubis, MPH, Ketua Koalisi untuk Indonesia Sehat, zaman sudah banyak berubah. Arus informasi dulu dengan kini sudah banyak berbeda. Anak zaman sekarang bisa dengan mudah mendapatkan pornografi. Maka itu, Firman berpendapat, alat kontrasepsi juga ditujukan untuk kaum muda-mudi. "Daripada aborsi, mending kontrasepsi," ujarnya.

Prof Dr Biran Affandi, SpOG (K), dari Asia-Pacific Council on Contraception Indonesia, sependapat. "Dokter harus melayani, remaja juga manusia. Dan dokter bukan aparat penegak hukum," katanya. Menurut dia, kondisi di lapangan memang tak sesuai dengan aturan.

● NUR ROCHMI



DIMAS ARYO (TEMPO)

hari (5 x 24 jam) sebelumnya. Caranya dengan meminum empat tablet sekaligus. Lalu 12 jam kemudian minum empat tablet lagi. Namun biasanya wanita yang menggunakan kontrasepsi darurat sering merasa mual dan muntah. Maka itu, untuk menghindari mual, normalnya pil ini diminum sebelum tidur. Sebaiknya, menurut Biran, juga minum obat anti-muntah dua jam sebelumnya.

Jika tak mau merasakan mual, pil bisa dimasukkan langsung ke vagina, dengan dosis dan rentang pemakaian yang sama dengan cara diminum. "Vagina itu memiliki daya serap yang hebat," ujar Biran.

Namun pil tak disarankan untuk mereka yang memiliki gangguan lever atau kanker payudara. Pasalnya, pil bisa memperburuk kondisi payudara yang sudah kena kanker atau kerja hati. "Jika kena kanker payudara atau gangguan hati, pilih kontrasepsi lain," Biran melanjutkan.

Selain menggunakan pil, kontrasepsi darurat bisa dilakukan dengan menggunakan IUD. IUD, yang mengandung tembaga, bisa dijadikan alat kontrasepsi darurat tujuh hari (7 x 24 jam) setelah berhubungan seksual. "Kontrasepsi IUD sangat efektif. Kegagalannya hanya 1-2 persen. Tapi harus dengan resep dokter," Biran melanjutkan.

Selain itu, ternyata kontrasepsi bisa diperoleh secara alami. Biran menjelaskan, ibu yang menyusui bayinya, minimal sejam dalam sehari, bisa terhindar dari kehamilan. Pasalnya, dengan sering menyusui bayi, otak akan memproduksi hormon prolaktin lebih banyak. Semakin banyak hormon prolaktin, ovulasi (masa subur) semakin ditekan. "Sehingga wanita yang menyusui jadi tidak subur," katanya.

Tak hanya berkuat pada kehamilan, kontrasepsi juga berguna buat kesehatan (*non-contraceptive benefits*). Beberapa manfaatnya adalah membuat haid teratur, mencegah hamil di luar rahim, menurunkan risiko kista ovarium, mium, kanker ovarium, dan tumor jinak payudara, serta mencegah anemia.

Biran menjelaskan, pil kontrasepsi bisa mencegah kanker karena menekan terjadinya ovulasi. Dengan adanya penekanan, otomatis mengurangi aktivitas indung telur sehingga menurunkan risiko terkena kanker ovarium.

Pil kontrasepsi juga membuat getah leher rahim menjadi kental sehingga mencegah masuknya sperma dan kuman-kuman, serta penyakit lainnya. Gerakan selaput telur yang mempengaruhi usus dan otot polos juga berkurang se-

hingga mampu mencegah terjadinya kanker usus. "Manfaat tersebut telah diteliti pada pengguna pil kontrasepsi setia selama 5-20 tahun," kata Biran.

Bahkan, Direktur Jaminan dan Pelayanan Keluarga Berencana Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional Setia Edi mengatakan manfaat meng-

gunakan alat kontrasepsi ini ibarat investasi. "Manfaat kesehatan didapat setelah lama ber-kontrasepsi."

● NUR ROCHMI

## A. Jenis Kontrasepsi

### ■ Hormonal

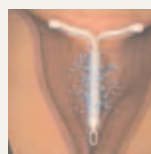


WWW.SXC.HU

- Pil (mikropil)
- Minipil (hanya mengandung progestin)
- IUS
- Implan
- Cincin vagina
- Pil darurat (hanya dalam kondisi darurat)

### ■ Barrier

- IUD/Coil
- Kondom pria/wanita
- Diafragma plus spermisida
- Tutup serviks plus permisida



### ■ Alternatif

- Sterilisasi pria/wanita
- Sederhana (senggama putus atau sistem kalender. Tapi tak bisa diandalkan)

## B. Memilih Kontrasepsi Sesuai dengan Tujuan

FASE 20 TAHUN Menunda kehamilan	FASE 20-35 TAHUN Menjaga jarak kehamilan	FASE 35 TAHUN Menghentikan kelahiran
Pil	IUD	sterilisasi
IUD	suntikan	IUD
Suntikan	minipil	pil
Implan/susuk	pil	implan
Implan	sederhana	Sederhana

● NUR ROCHMI

DOK.TEMPO

