

## **Kontrasepsi Oral**

- Kontrasepsi
- Jenis Kontrasepsi Oral
- Efek samping pada umumnya dan peringatan
- Kontrasepsi darurat
- Saran umum mengenai konsumsi Kontrasepsi Oral
- Komunikasi dengan dokter
- Penyimpanan obat
- Informasi lebih lanjut mengenai Kontrasepsi Oral

## **Kontrasepsi**

Kontrasepsi memungkinkan pelaksanaan keluarga berencana dan memberi wanita pilihan untuk menentukan kapan akan hamil. Ada berbagai metode kontrasepsi yang tersedia, meliputi kontrasepsi oral kombinasi, pil khusus progestogen, implan/suntikan kontrasepsi, koyo kontrasepsi, alat kontrasepsi dalam rahim (intrauterus), sterilisasi, kondom, diafragma dan penutup, dll. Pilihan metode kontrasepsi bergantung pada faktor-faktor seperti kondisi medis, preferensi pribadi dan cara yang paling sesuai untuk memastikan penggunaan yang sesuai aturan oleh individu. Penting untuk diperhatikan bahwa kebanyakan metode kontrasepsi tidak memberikan perlindungan terhadap penyakit menular seksual (PMS) termasuk Sindrom Imunodefisiensi Dapatan/Acquired Immunodeficiency Syndrome (AIDS). Oleh karena itu, perlindungan tambahan seperti kondom harus selalu digunakan untuk melindungi dari PMS.

## **Jenis Kontrasepsi Oral**

Pil kontrasepsi oral, ketika dikonsumsi secara konsisten dan benar, sangat andal (lebih dari 99% efektif) dan efeknya dapat kembali ke asal. Pil ini mengandung hormon dan dapat mencegah kehamilan melalui satu atau lebih dari satu mekanisme berikut:

- Mencegah pelepasan sel telur dari indung telur setiap bulannya;
- Menghambat perkembangan dinding rahim untuk mencegah implantasi sel telur pada dinding rahim; dan
- Mempertebal lendir pada leher rahim untuk mencegah bertemunya sel sperma dan sel telur.

Menurut komposisinya, pil kontrasepsi oral dapat dikategorikan menjadi 2 jenis:

- Pil kontrasepsi oral kombinasi;
- Pil progestogen.

Meskipun banyak pil kontrasepsi oral dapat dibeli tanpa resep, beberapa di antaranya hanya dapat digunakan dengan resep untuk pengobatan jerawat. Penggunaan pil kontrasepsi harus berdasarkan saran dokter dan peninjauan berkala (tidak lebih dari setahun sekali) harus dilakukan oleh dokter untuk menilai apakah pil dapat terus digunakan.

### ***Pil Kontrasepsi Oral Kombinasi (COC)***

Pil COC biasanya disebut sebagai 'pil KB' dan mengandung dua hormone, yaitu estrogen dan progestogen. Estrogen dan progestogen menghambat pelepasan sel telur oleh indung telur. Meskipun pil ini digunakan untuk mencegah kehamilan, pil ini juga dapat digunakan dalam pengobatan gangguan menstruasi seperti nyeri haid dan endometriosis. Pil yang mengandung progestogen non-androgenik (misalnya cyproterone) sering digunakan dalam pengobatan jerawat pada wanita yang juga membutuhkan kontrasepsi.

Pil COC tersedia dalam sediaan monofase dan multifase. Sediaan monofase mengandung kombinasi dosis tetap estrogen dan progestogen sedangkan progestogen dan atau estrogen yang digunakan dalam sediaan multifase bervariasi sepanjang siklus yang meniru pola sekresi hormon alami dalam tubuh. Estrogen yang paling umum digunakan dalam pil COC adalah ethinyloestradiol. Progestogen yang biasa digunakan dalam pil antara lain levonorgestrel, desogestrel, gestodene, drospirenone, dienogest, dll.

Pil COC biasanya diminum selama 21 hari dengan 7 hari bebas tablet sebelum memulai kemasan berikutnya. Beberapa sediaan mungkin termasuk 7 tablet yang tidak mengandung bahan aktif sehingga pengguna tidak perlu menghitung jumlah hari bebas tablet.

### ***Pil Progestogen***

Pil progestogen (POP) hanya mengandung satu hormon, yaitu progestogen sintetik, dan dikenal sebagai pil mini. Semua POP bekerja dengan cara mengentalkan lendir leher rahim yang pergerakan transportasi sperma menjadi sulit dan dengan menjaga agar dinding rahim tetap tipis sehingga menimbulkan lingkungan yang tidak menguntungkan untuk implantasi sel telur yang telah dibuahi. Selain itu, POP menghambat pelepasan sel telur oleh indung telur namun efek ini dapat bervariasi. Berbeda dengan pil COC, pil mini diminum terus-menerus tanpa ada jeda. Ini dapat dimulai kapan saja selama siklus menstruasi asalkan wanita tersebut tidak hamil, dan harus diminum pada waktu yang sama setiap hari.

## Efek Samping pada Umumnya dan Peringatan

Jenis Pil Kontrasepsi Oral	Efek samping pada umumnya	Peringatan
1. Pil Kontrasepsi Oral Kombinasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mual, muntah</li> <li>• Nyeri payudara</li> <li>• Penambahan berat badan</li> <li>• Retensi air</li> <li>• Perubahan libido</li> <li>• Perdarahan di luar jadwal biasanya terjadi dalam 2 hingga 3 minggu pertama penggunaan pil</li> <li>• Sakit kepala</li> <li>• Perubahan suasana hati</li> <li>• Pusing</li> <li>• Depresi</li> <li>• Hipertensi</li> <li>• Gumpalan darah pada pembuluh darah yang memasok paru-paru dan kaki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hindari pada pasien yang sedang menyusui, penderita obesitas, perokok berusia 35 tahun ke atas</li> <li>• Hindari pada penderita diabetes, hipertensi, penyakit jantung bawaan atau pernah mengalami sakit jantung, memiliki riwayat tromboemboli vena dalam keluarga</li> <li>• Kontraindikasi pada penderita penyakit serebrovaskular, tromboemboli vena, kanker payudara, hipertensi berat, penyakit hati berat, migrain parah, perdarahan vagina yang tidak terdiagnosis</li> <li>• Segera hentikan penggunaan pil dan gunakan metode kontrasepsi non-hormonal lainnya jika Anda mengalami sakit kaki, dada, atau perut yang terus-menerus</li> </ul>
2. Pil progestogen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menstruasi tidak teratur</li> <li>• Mual, muntah</li> <li>• Nyeri payudara</li> <li>• Penambahan berat badan</li> <li>• Sakit kepala</li> <li>• Penurunan libido</li> <li>• Depresi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jika pil terlewat selama lebih dari 12 jam, metode kontrasepsi tambahan harus digunakan selama 7 hari atau sesuai yang disebutkan pada label produk</li> <li>• Hindari untuk pasien dengan riwayat sindrom malabsorpsi, kista ovarium fungsional, kehamilan ektopik, dan riwayat kanker payudara</li> <li>• Kontraindikasi pada pasien dengan perdarahan vagina yang tidak terdiagnosis, penyakit arteri yang parah dan penyakit liver yang parah</li> <li>• Berpeluang lebih besar untuk terbentuknya kista ovarium</li> </ul>

## **Kontrasepsi Darurat**

Kontrasepsi darurat merupakan salah satu cara pencegahan kehamilan setelah melakukan hubungan seksual tanpa pelindung atau karena kegagalan metode kontrasepsi lainnya. Kadang-kadang disebut '*morning after pill*' atau 'pil kontrasepsi pascakoitus'.

### ***Pil kontrasepsi darurat***

Pil kontrasepsi darurat yang digunakan di Hong Kong mengandung progestogen yang disebut levonorgestrel atau modulator reseptor progesterone yang disebut ulipristal asetat. Kerjanya dengan mencegah atau menunda pelepasan sel telur dari ovarium, sehingga mencapai efek kontrasepsi. Di Hong Kong, baik pil kontrasepsi darurat khusus levonorgestrel maupun ulipristal asetat hanya dapat digunakan dengan resep. Perlu saran dokter untuk memastikan tidak ada kontraindikasi sebelum menggunakan pil.

Pil kontrasepsi darurat harus diminum sesegera mungkin dan dalam waktu tertentu (sebagaimana tercantum dalam label setiap produk) setelah hubungan seks tanpa pelindung untuk memastikan kemanjuran. Tingkat kegagalan pil kontrasepsi darurat sekitar 2 sampai 3% untuk levonorgestrel and 1 sampai 2% untuk ulipristal asetat. Mohon ingat bahwa pil kontrasepsi darurat sebaiknya tidak digunakan sebagai metode kontrasepsi biasa.

### **Saran umum mengenai konsumsi Kontrasepsi Oral**

- Pilih metode kontrasepsi yang paling sesuai hanya setelah berdiskusi dengan dokter, yang akan memberi saran berdasarkan riwayat kesehatan pribadi atau keluarga Anda.
- Minum pil secara teratur pada waktu yang sama setiap hari.
- Jika Anda melewatkan satu pil atau lebih, ikuti petunjuk pada sisipan kemasan produk. Kontrasepsi darurat dapat diindikasikan dalam beberapa situasi.
- Jika kesulitan mengikuti jadwal minum pil, Anda harus berdiskusi dengan dokter tentang metode kontrasepsi lain yang memungkinkan.
- Anda harus menemui ahli perawatan kesehatan terkait apakah penggunaan dapat dilanjutkan setidaknya sekali setahun.
- Jangan gunakan pil kontrasepsi darurat sebagai bentuk kontrasepsi biasa. Pil kontrasepsi darurat hanya boleh digunakan di bawah pengawasan dokter.

### **Komunikasi dengan dokter**

- Konsumsi pil kontrasepsi oral harus dimulai berdasarkan anjuran dokter dan dilanjutkan dengan pengawasan dokter.

- Beri tahu dokter tentang riwayat obat-obatan kesehatan individu karena obat lain dapat berinteraksi dengan pil dan beberapa penyakit mungkin memerlukan tindakan pencegahan khusus.
- Beri tahu dokter jika Anda akan menyusui atau sedang menyusui karena Anda mungkin perlu memilih pil tertentu.
- Bacalah informasi produk yang diberikan bersama pil dengan hati-hati dan diskusikan dengan dokter atau apoteker jika ragu.
- Minta saran dokter jika Anda telah lewat minum pil untuk waktu yang lebih lama dari yang diperbolehkan pada sisipan kemasan produk. Anda mungkin perlu menggunakan metode kontrasepsi tambahan selama sisa siklus menstruasi.
- Jika Anda mengalami nyeri yang tidak jelas alasannya pada tungkai kaki, dada atau perut, segera cari bantuan dokter.

### **Penyimpanan obat**

Pil kontrasepsi oral harus disimpan di tempat kering yang sejuk. Obat-obatan tidak boleh disimpan di lemari es, kecuali ditentukan pada label. Selain itu, obat-obatan harus disimpan dengan baik di tempat yang tidak terjangkau oleh anak-anak untuk mencegah tertelan secara tidak sengaja.

### **Informasi lebih lanjut mengenai Kontrasepsi Oral**

Silahkan merujuk pada tautan berikut untuk informasi lebih lanjut mengenai kontrasepsi oral:

[https://www.fhs.gov.hk/english/health\\_info/class\\_topic/ct\\_woman\\_health/wh\\_fpi.html](https://www.fhs.gov.hk/english/health_info/class_topic/ct_woman_health/wh_fpi.html)

*Ucapan Terima Kasih : Kantor Obat-obatan ingin mengucapkan terima kasih kepada Pengembangan Profesional & Penjaminan Mutu (PD&QA) dan Layanan Kesehatan Keluarga (FHS) untuk kontribusi berharga mereka dalam mempersiapkan artikel ini.*

Kantor Obat-obatan  
Departemen Kesehatan  
Agustus 2022