

METODE AMENORE LAKTASI



Fonda Octarianingsih

Curriculum Vitae

- ▶ Nama Lengkap : dr. Fonda Octarianingsih Shariff, SpOG
- ▶ TTL : Palembang, 21 Oktober 1983
- ▶ Alamat : Kemiling Bandar Lampung
- ▶ Status : Menikah
- ▶ Tempat Kerja :
 1. Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati, RS Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung
 2. Apotik Barokah Medika Kemiling
 3. RSIA SINTA Kemiling
- ▶ Pendidikan :
 - ✓ SD Negeri 10 Palembang
 - ✓ SMPYKPP I Palembang
 - ✓ SMA YKPP I Palembang
 - ✓ Fakultas Kedokteran Umum Universitas Sriwijaya (2001 – 2007)
 - ✓ PPDS I Obstetri dan Ginekologi Universitas Sriwijaya (2008 – 2012)

Healthy timing and spacing of pregnancy (HTSP) ? - WHO, 2006, Geneva

Jarak menunggu 2 tahun setelah melahirkan sampai hamil lagi

Meningkatkan kemungkinan ibu dan bayi yang sehat

Mengurangi mortalitas bayi, balita, dan anak

Mengurangi mortalitas ibu

Meningkatkan status gizi anak

Perlunya kontrasepsi wanita pascapersalinan

Alasan ekonomi keluarga

Refleks Penting Proses Laktasi



1. Refleks prolaktin : merangsang produksi ASI

Impuls syaraf dari puting susu → hipotalamus → hipofisis anterior → prolaktin → alveolus → ASI

2. Refleks Aliran (*let down reflex*): ekskresi ASI

Impuls syaraf puting susu → hipofisis posterior → Oksitosin → kontraksi otot polos → ASI keluar



MEKANISME MENYUSUI PADA BAYI

1. Refleks menangkap (*rooting*)

Sentuhan pada bibir, bayi membuka mulut dan menangkap puting susu

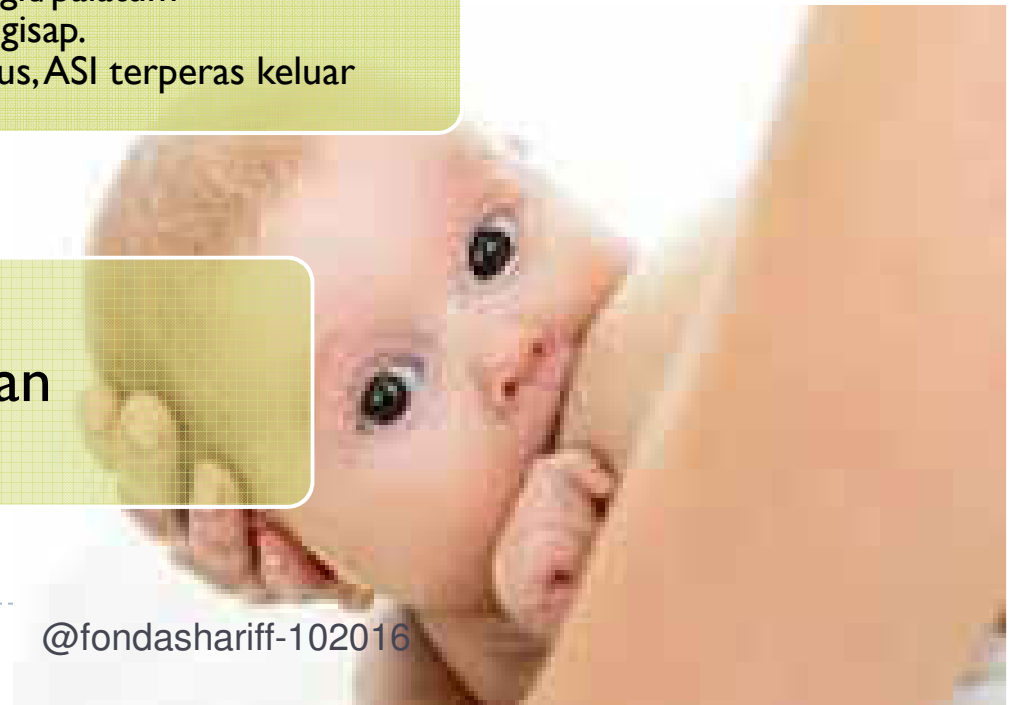


2. Refleks mengisap

Puting dalam mulut bayi : langit/langit/palatum
molle tersentuh, bayi mengisap.
Areola masuk, lidah menekan sinus laktiferus, ASI terperas keluar



3. Refleks menelan



Mekanisme Metode Amenore Laktasi :



Kriteria PENTING MAL

Ibu belum
mendapat
haid

Menyusui
secara
EKSKLUSIF

Bayi usia
kurang dari
6 bulan

KENAPA ?

Kriteria MAL (cont)



- ▶ Dapatnya menstruasi berarti kesuburan wanita sudah kembali → kemungkinan fertil, INGAT perdarahan 2 bulan setelah bersalin dianggap menstruasi
- ▶ Bila bayi menyusui tidak hanya ASI → bayi gampang kenyang dan kesempatan mendapat ASI sesering mungkin berkurang. Tidak ada proses “*suckling*” yang terus menerus → produksi ASI berkurang → kesuburan mulai kembali
- ▶ Bayi di atas 6 bulan mulai mendapat PASI



MAL berguna sebagai kontrasepsi TRANSISI

Metode ini menjadi PERANTARA untuk KB metode modern lainnya

Metode ini memberikan waktu 2 kali lebih lama untuk pasutri memutuskan menggunakan KB lanjutan

Bagaimana fasilitator memastikan MAL sebagai KB transisi?



MAL sebagai transisi (cont)



Saat konseling Metode Amenore Laktasi dimulai, fasilitator mulai mendiskusikan rencana lanjutan reproduksi :

KB metode lain harus dipilih bila tidak terpenuhi 3 kriteria utama MAL

Metode kontrasepsi lain harus dipilih sebelum terjadi

Pentingnya waktu transisi



- ▶ Kesuburan dapat kembali segera pascapersalinan
- ▶ Bila wanita tidak menyusui, ovulasi mulai terjadi sekitar 45 hari postpartum, dapat juga 21 hari lebih awal
- ▶ Wanita yang menyusui tidak untuk MAL dapat berovulasi bahkan sebelum mendapat menstruasi
- ▶ Sekitar 5-10% wanita hamil lagi setelah 1 tahun postpartum

Keuntungan Kontrasepsi MAL

Efektifitas tinggi
(98%)

Tidak perlu
pengawasan medis,
dikontrol oleh
wanita sendiri

Segera efektif

Tidak mengganggu
senggama

Tidak ada efek
samping secara
sistemik

Tidak perlu obat
atau alat

Tanpa biaya

Tidak
bersinggungan
dengan masalah
agama



Memfasilitasi masa transisi pasutri untuk memutuskan KB lanjutan

Memberikan masa mengadaptasi penggunaan KB modern

Mendukung program pemerintah dan kesehatan global untuk memberikan ASI eksklusif 6 bulan

Keuntungan Nonkontrasepsi

► Untuk bayi

- Mendapat kekebalan pasif
- Sumber asupan gizi yang terbaik dan sempurna untuk tumbuh kembang bayi yang optimal
- Terhindar dari keterpaparan terhadap kontaminasi dari air, susu lain atau formula atau alat minum yang dipakai

