



Penyuluhan Alat Kontrasepsi pada Ibu Pasangan Usia Subur di Posyandu Melati III

Riona Sanjaya, Amalia Kusumawardani, Dwi Yanti, Fita Fatimah, Gusri Andrian

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Lampung, Indonesia.

ARTICLE INFORMATION

Received: January 06, 2023
Revised: February 20, 2023
Available online: March 31, 2023

KEYWORDS

Equality Education, Community Education, Out of School Outreach Mother Couple of Reproductive Age, Family Planning.

CORRESPONDENCE

Name: Riona Sanjaya
E-mail: riona2212@gmail.com

ABSTRACT

Family planning is a way that allows people to achieve the number of children they want and determine the spacing of pregnancies, where this can be achieved through the use of contraceptive methods and infertility treatment (World Health Organization, 2018). The maternal health services provided include health services for pregnant women, health services for postpartum women, health centers conducting classes for pregnant women and the Birth Planning and Complications Prevention Program (P4K), and contraception/KB services. In general, the aim of implementing the family planning program is to increase the capacity of MCH/IMR program managers in terms of management of family planning services as an effort to support the accelerated reduction of maternal and infant mortality rates. The purpose of this community service activity is to synthesize creative ideas through an educational program with an emphasis on preventive and promotive efforts in preventing and overcoming population growth. The implementation of this community service activity was attended by mothers of couples of childbearing age, totaling 18 participants at the posyandu. The method used in this activity is through lectures, and discussion and question and answer, where before and after the activity is given a pretest and posttest. This activity increases the understanding of mothers of couples of childbearing age about family planning, especially the types of tools.

Pendahuluan

Keluarga berencana adalah suatu cara yang memungkinkan orang mencapai jumlah anak sesuai dengan yang mereka inginkan dan menentukan jarak kehamilan, dimana hal ini dapat dicapai melalui penggunaan metode kontrasepsi dan pengobatan infertilitas (World Health Organization, 2018). Upaya kesehatan ibu yang disajikan diantaranya pelayanan kesehatan ibu hamil, pelayanan kesehatan ibu nifas, puskesmas melaksanakan kelas ibu hamil dan Program Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi (P4K), dan pelayanan kontrasepsi/KB. Secara umum tujuan pelaksanaan program KB adalah untuk meningkatkan kemampuan pengelola program KIA/AKB dalam hal manajemen pelayanan KB sebagai upaya mendukung percepatan penurunan Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi (Kemenkes RI, 2019).

Laju pertumbuhan penduduk yang besar mengakibatkan banyak dampak negatif terhadap penduduk seperti menderita kekurangan makanan dan gizi sehingga tingkat kesehatan memburuk, pendidikan yang rendah, dan banyak penduduk yang pengangguran. Keluarga berencana adalah suatu cara yang memungkinkan orang mencapai jumlah anak sesuai dengan yang mereka inginkan dan menentukan jarak kehamilan, dimana hal ini dapat dicapai melalui penggunaan metode kontrasepsi dan pengobatan infertilitas (BKKBN, 2020). Indonesia merupakan negara ASEAN yang memiliki penduduk terbanyak dengan jumlah sekitar 224 juta penduduk. Total Fertility Rate (TFR) 2,6 sedangkan rata-rata TFR di negara ASEAN 2,4 (World Population, 2015). Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 penggunaan KB aktif di Indonesia yaitu KB pil 8,5 %, suntik 3 bulan (42,4 %), suntik 1 bulan (6,1 %) IUD (6,6 %), Implan (4,7 %), Tubektomi (3,1%), Kondom (1,1 %), dan Vasektomi (0,2 %) (Kemenkes, 2018).

Sebanyak 22 % wanita yang menggunakan kontrasepsi berujung kembali ke tenaga kesehatan setidaknya satu kali, untuk menanyakan atau berkonsultasi tentang gejala yang berhubungan dengan kontrasepsi yang digunakan. Keluhan yang paling umum dilaporkan adalah nyeri payudara, perubahan fisik, peningkatan berat badan serta haid yang tidak teratur. Efek samping tersebut dapat meningkat jika penggunaan kontrasepsi tidak sesuai dengan kondisi akseptor KB (H. Febrinanti, R. Sanjaya & E Triwulandari, 2021; Assalis, 2019). Tujuan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah untuk mensintesis gagasan kreatif melalui sebuah program edukasi dengan menitikberatkan pada usaha preventif dan promotif dalam mencegah dan mengatasi pertumbuhan penduduk. Pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti Ibu-ibu pasangan usia subur yang berjumlah 18 peserta di posyandu. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah melalui ceramah, dan diskusi serta tanya jawab, dimana sebelum dan sesudah kegiatan diberikan *pretest* dan *posttest*. Kegiatan ini meningkatkan pemahaman ibu-ibu pasangan usia subur tentang keluarga berencana khususnya macam-macam alat kontrasepsi dan memberikan hasil peningkatan pengetahuan ibu-ibu pasangan usia subur tentang keluarga berencana khususnya macam-macam alat kontrasepsi (Azinar, M & Fibrina,

A, 2019). Pentingnya program keluarga berencana yang dilakukan secara regular agar bisa menyadarkan dan mengingatkan kembali tentang pentingnya keluarga berencana.

Metode

Pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti Ibu-ibu pasangan usia subur yang berjumlah 18 peserta di posyandu. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah melalui ceramah, dan diskusi serta tanya jawab, dimana sebelum dan sesudah kegiatan diberikan *pretest* dan *posttest*. Metode Ceramah ini menyampaikan tentang pengertian KB, Manfaat KB, macam-macam alat kontrasepsi. Kegiatan ini meningkatkan pemahaman ibu-ibu pasangan usia subur tentang keluarga berencana khususnya macam-macam alat kontrasepsi dan memberikan hasil peningkatan pengetahuan ibu-ibu pasangan usia subur tentang keluarga berencana khususnya macam-macam alat kontrasepsi. Pentingnya program keluarga berencana yang dilakukan secara regular agar bisa menyadarkan dan mengingatkan kembali tentang pentingnya keluarga berencana.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini diadakan di Posyandu Melati III pada tanggal 05 Januari 2023. Peserta yang mengikuti penyuluhan "Keluarga Berencana" merupakan Ibu-ibu pasangan usia subur dengan jumlah 18 peserta. Kegiatan ini meningkatkan pemahaman Ibu-ibu pasangan usia subur tentang keluarga berencana khususnya macam-macam alat kontrasepsi dan memberikan hasil sebagai berikut : Peningkatan pengetahuan Ibu-ibu pasangan usia subur tentang keluarga berencana khususnya macam-macam alat kontrasepsi, meningkatkan minat peserta dalam pemilihan alat kontrasepsi yang sesuai (Astuti D & Ilyas H. 2020), yaitu meliputi :

Kondom

Merupakan alat kontrasepsi pria yang banyak dipilih karena cara menggunakannya cukup praktis. Selain mencegah kehamilan, penggunaan kondom juga berguna untuk menurunkan risiko penyebaran penyakit menular seksual. Kondom pria bekerja dengan menghalangi sperma masuk ke vagina (Farahan, 2019). Kelebihan kondom pria sebagai alat kontrasepsi adalah harganya yang terjangkau, praktis digunakan, serta mudah didapatkan. Penggunaan kondom dengan cara yang benar dapat mencegah kehamilan hingga 98%. Namun, penggunaan yang kurang tepat atau kondisi kondom tidak baik (terdapat robekan atau kebocoran) dapat meningkatkan kegagalan alat kontrasepsi ini. Selain itu, kondom hanya bisa digunakan satu kali.

Pil KB

Selain kondom, salah satu alat yang tak kalah diminati sebagai kontrasepsi adalah pil KB. Kontrasepsi ini mengandung hormon progesterin dan estrogen yang berperan mencegah terjadinya ovulasi. Pil KB umumnya terdiri dari 21-35 butir dan penggunaannya harus berkelanjutan selama satu siklus. Pil KB memiliki tingkat efektivitas yang cukup tinggi dengan risiko kegagalan rendah. Mengonsumsi pil KB juga membuat haid semakin lancar. Namun, penggunaan pil KB dapat menimbulkan beberapa efek samping, seperti pembekuan darah, jerawat, nyeri pada payudara, hingga pada beberapa kasus tekanan darah tinggi.

Alat Kontrasepsi IUD / AKDR

IUD merupakan Alat kontrasepsi yang dipasang dalam rahim dengan menjepit kedua saluran yang menghasilkan indung telur sehingga tidak terjadi pembuahan, terdiri dari bahan plastic polietilena, ada yang dililit oleh tembaga dan ada yang tidak.

Kontrasepsi MAL

Amenorhea Laktasi (MAL) merupakan Metode amenorhea laktasi (MAL) adalah kontrasepsi yang mengandalkan pemberian ASI secara eksklusif.

Kontrasepsi mantap

a. Tubektomi (Metode Operasi Wanita / MOW)

Tubektomi (Metode Operasi Wanita / MOW) adalah metode kontrasepsi mantap yang bersifat suka rela bagi seorang wanita bila tidak ingin hamil lagi dengan cara mengoklusi tuba falopi (mengikat dan memotong atau memasang cincin), sehingga sperma tidak dapat bertemu dengan ovum.

b. Vasektomi (Metode Operasi Pria / MOP)

Vasektomi (Metode Operasi Pria / MOP) adalah prosedur klinik untuk menghentikan kapasitas reproduksi pria dengan cara mengoklusi vas deferensia sehingga alur transportasi sperma terambat dan proses fertilisasi (penyatuan dengan ovum) tidak terjadi. Terdapat 2 jenis vasektomi yaitu insisi dan vasektomi tanpa pisau.

KB Alami (KB Kalender, Senggama terputus)

a. Pantang berkala dengan sistem Kalender

Sistem ini dikenal dengan nama sistem Ogino-Knaus nama orang yang meneliti terjadinya ovulasi sekitar 12 sampai 16 hari sebelum menstruasi. Kelemahan sistem ini sulit menilai menstruasi yang akan datang. Metode ini memerlukan sistem menstruasi yang teratur sehingga dapat memperhitungkan masa subur untuk menghindari kehamilan dengan tidak melakukan hubungan seks.

b. Senggama terputus

Konsep "metode senggama terputus" adalah mengeluarkan kemaluan menjelang terjadinya ejakulasi. Senggama terputus merupakan metode tertua didunia karena telah tertulis pada kitab tua dan diajarkan kepada masyarakat. Metode senggama terputus merupakan metode utama untuk menghindari kehamilan. Kekurangan metode ini adalah mngganggu kepuasan kedua belah pihak, kegagalan hamil sekitar 30-35 % karena semen keluar sebelum mencapai puncak kenikmatan, terlambat mengeluarkan kemaluan, semen yang bertumpah diluar sebagian dapat masuk kegenetalia dan dapat menimbulkan ketegangan jiwa kedua belah pihak (Surbakti, 2019).

Laju pertumbuhan penduduk yang besar mengakibatkan banyak dampak negative terhadap penduduk seperti menderita kekurangan makanan dan gizi sehingga tingkat kesehatan memburuk, pendidikan yang rendah, dan banyak penduduk yang pengangguran Agustina et al (2021). Salah satu upaya pemerintah dalam mengendalikan laju pertumbuhan penduduk dan menurunkan angka kematian ibu adalah melalui pelaksanaan program KB bagi Pasangan Usia Subur (PUS). Program KB memiliki peranan dalam menurunkan risiko kematian ibu melalui pencegahan kehamilan, penundaan usia kehamilan serta menjarangkan kehamilan dengan sasaran utama adalah Wanita Usia Subur. Program keluarga berencana memberikan kesempatan untuk mengatur jarak kelahiran atau mengurangi jumlah kelahiran dengan menggunakan metode kontrasepsi hormonal atau non hormonal Dewi, PHC & Notobroto, HB. (2020). Upaya ini dapat bersifat sementara ataupun permanen, meskipun masing-masing jenis kontrasepsi memiliki tingkat efektifitas yang berbeda dan hampir sama.





Gambar 1, 2 dan 3. Dokumentasi Kegiatan Penyuluhan

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan program pengabdian masyarakat yang dilakukan di Puskesmas Menggala peneliti merumuskan beberapa simpulan tentang penyuluhan keluarga berencana dapat membantu meningkatkan minat ibu tentang macam macam alat kontrasepsi dan pentingnya penggunaan alat kontrasepsi yang sesuai dengan ibu. Peserta sudah memahami bahwa pentingnya menggunakan alat kontrasepsi guna mendukung Program keluarga berencana yaitu memberikan kesempatan untuk mengatur jarak kelahiran atau mengurangi jumlah kelahiran dengan menggunakan metode kontrasepsi hormonal atau non hormonal. Oleh karena itu rencana tindak lanjut yang akan dilaksanakan pada program pengabdian masyarakat yaitu dengan monitoring dan evaluasi dengan melalui koordinasi tenaga kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Menggala

Daftar Pustaka

- Agustina, E., Riski, M. and Sari, R. G. (2021). Hubungan Pendidikan, Usia dan Status Pekerjaan dengan Pemakaian Alat Kontrasepsi dalam Rahim (AKDR) di Puskesmas Pedamaran Kecamatan Pedamaran Kabupaten Oki Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), p. 378. doi: 10.33087/jiubj.v21i1.1204
- Assalis, H. (2019). Hubungan Sosial Budaya Dengan Pemilihan Metode Kontrasepsi. *Jurnal Kesehatan*, 6(2): 142-147.
- Astuti, D., & Ilyas, H. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Alat Kontrasepsi Suntik. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 11(2): 233-243.
- Azinar, M., & Fibriana, A. (2019). Youth Centre Model Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja di Daerah Tinggi Kehamilan Berisiko. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 2(4): 663-672.
- BKKBN. (2020). Badan Kependudukan Keluarga Berencana Nasional. In *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia Kementerian Kesehatan RI*. 2018.
- Dewi, P. H. C., & Notobroto, H. B. (2020). Rendahnya Keikutsertaan Pengguna Metode Kontrasepsi Jangka Panjang pada Pasangan Usia Subur. *Biometrika dan Kependudukan*, 3(1): 66-72.
- Farahan, N. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Penggunaan Alat Kontrasepsi pada Wanita Usia Subur dan Dukungan Petugas di Desa Bebandem Kabupaten Karangasem Bali Tahun 2014. *E-Jurnal Medika*, 5(4): 1-12.
- H. Febrinanti, R. Sanjaya & E Triwulandari, (2021) Sosialisasi Metode Lingkaran KB Terhadap Pengetahuan Bidan Puskesmas Way Nipah Kecamatan Pematang Sawa kabupaten Tanggamus Tahun 2021. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU) Universitas Aisyah Pringswu*, 3(1)
- Kemendes RI. (2019). Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional 2015-2019. Jakarta: Kemendes RI.
- Profil Kesehatan Indonesia (2017). Jakarta: Kemendes RI. Diakses pada tanggal 31 Januari 2019 dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatanindonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2017.pdf>
- WHO (World Health Statistics). (2018). Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi. World Bank, 2018.