

## **Penyuluhan Metode Kontrasepsi Sederhana Pada Wanita Usia Produktif di Pulau Tanjung Pengapit**

**Rury Trisa Utami<sup>1</sup>, Delladari Mayefis<sup>2</sup>, Hesti Marliza<sup>3</sup>, Habibie Deswilyaz Ghiffari<sup>4</sup>**

*<sup>1,2,3,4</sup> Institut Kesehatan Mitra Bunda, Indonesia*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Rury Trisa Utami

**E-mail:** [ruritrisa68@gmail.com](mailto:ruritrisa68@gmail.com)

### **Abstrak**

*Kegiatan penyuluhan dilakukan di pulau Tanjung Pengapit , kota Batam yang bertujuan untuk meningkatkan ilmu pengetahuan terkait metode kontrasepsi. Penyuluhan dilakukan selama 1 bulan. Penyuluhan kami lakukan dengan metode ceramah, diskusi dan melakukan pre tes dan post tes untuk mengetahui sejauh mana pemahaman warga terkait macam-macam kontrasepsi. Pengetahuan responden di lihat dari pre Tes yang dilakukan. Berdasarkan hasil nya 33% responden yang paham macam-macam kontrasepsi dan 66% yang tidak tau macam-macam kontrasepsi. Pasca penyuluhan di dapatkan hasil 100% mengerti macam-macam kontrasepsi.*

**Kata kunci** - Penyuluhan, Kontrasepsi, Wanita

### **Abstract**

*Outreach activities were carried out on the island of Tanjung Pengapit, Batam city, which aimed to increase knowledge regarding contraceptive methods. The counseling was carried out for 1 month. We carried out the counseling using lecture methods, discussions and conducting pre-tests and post-tests to find out the extent of residents' understanding regarding various types of contraception. The respondent's knowledge can be seen from the pre-test carried out. Based on the results, 33% of respondents understood the various types of contraception and 66% did not know the various types of contraception. After the counseling, the results were 100% understanding of the various types of contraception*

**Keywords** - Counseling, Contraception, Women

## PENDAHULUAN

Kontrasepsi merupakan cara yang digunakan untuk mencegah pertemuan antara sel telur (sel wanita) yang matang dan sel sperma (sel pria) yang mengakibatkan kehamilan. Dalam menggunakan kontrasepsi, keluarga pada umumnya mempunyai perencanaan atau tujuan yang ingin dicapai. Tujuan tersebut diklasifikasikan dalam tiga kategori, yaitu menunda atau mencegah kehamilan, menjarangkan kehamilan, serta menghentikan atau mengakhiri kehamilan atau kesuburan yang termasuk dalam keluarga berencana (KB) (Toduh, 2014).

Usaha keluarga berencana (KB) terdapat beberapa aspek, salah satu aspeknya adalah penjarangan kemahamilan yang bertujuan meningkatkan derajat kesehatan ibu, yang mempengaruhi, baik terhadap bayi yang dilahirkan, anak yang dibesarkan, dan akhirnya keluarga secara keseluruhan (Prasetyawati, 2012). Metode kontrasepsi mengalami perkembangan dengan segala keuntungan dan kerugian dari masing - masing metode. Metode kontrasepsi dapat dibagi menjadi dua yaitu metode kontrasepsi jangka panjang (*Longterm Contraceptive Method*), yang termasuk metode ini adalah IUD (*Intra Uterine Device*) atau AKDR (Alat Kontrasepsi Dalam Rahim), Implant, Vasektomi dan Tubektomi. Sedangkan metode bukan jangka panjang (*Non - Long Contraceptive Method*), yang termasuk metode ini adalah suntik, pil, kontrasepsi vagina, dan kondom. Selain itu ada juga metode KB alami yang mengikuti siklus kehamilan (Susilowati, 2015).

Kontrasepsi hormonal adalah alat atau obat untuk mencegah terjadinya kehamilan mengandung preparat estrogen dan progesteron. Kedua hormon-hormon tersebut bekerja sebagai penghambat pengeluaran *folicel stimulating hormon* dan *leitenizing hormon* sehingga menghambat proses konsepsi (Manuba, 2002). Menurut Kemenkes 2016 Persentase peserta KB aktif terhadap pasangan usia subur di Indonesia pada tahun 2016 sebesar 74,8%. Tiga provinsi yang memiliki persentase tertinggi yaitu Maluku Utara sebesar 87,03%, Kepulauan Bangka Belitung sebesar 83,92%, dan Sulawesi Utara sebesar 83,84%. Sedangkan capaian terendah terdapat di Provinsi Nusa Tenggara Timur sebesar 63,24%, Sumatera Barat sebesar 63,73%, dan DKI Jakarta sebesar 67,46% (Kemenkes RI, 2017).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, pemakaian Kontrasepsi Hormonal dan Non Hormonal seluruhnya berjumlah 30 orang. KB suntik sebanyak 5 responden, pil KB 5 responden, Implan 5 responden, 15 responden memakai metode kalender. 5 Responden KB implan mengalami pendarahan bercak bahkan ada yang terjadi peningkatan jumlah darah menstruasi, sedangkan yang memakai kontrasepsi Non Hormonal siklus menstruasi normal dan tidak ada pendarahan bercak.

## METODE

Metode pelaksanaan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan/ pemaparan materi tentang macam-macam metode kontrasepsi sederhana dan modern yang bertujuan agar para wanita usia subur dan para kader lebih memahami tentang macam-macam alat kontrasepsi. Penyuluhan/ pemaparan materi akan disampaikan oleh ketua dan anggota pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat dengan menggunakan metode ceramah. Sasaran kegiatan pada tahap pelaksanaan adalah kepada wanita usia subur RW 03 pulau Tanjung Pengapit. Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan memberikan pre test sebelum dilakukan penyuluhan. Kemudian dilanjutkan dengan melakukan penyuluhan. Setelah dilakukan penyuluhan, diberikan post test untuk menilai kembali mengenai macam-macam kontrasepsi sederhana dan modern, kemudian dianalisis hasil pre test dan post test nya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil yang dicapai dari pelaksanaan kegiatan program pengabdian kepada masyarakat, yaitu "**Penyuluhan Metode Kontrasepsi Sederhana Pada Wanita Usia Produktif di Pulau Tanjung Pengapit**" bisa dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1.

Hasil Pre Test dan Post Test pengetahuan tentang metode kontrasepsi Sederhana dan Modern

Pre Test		Post Test			
Tahu	Tidak Tahu	Tahu	Tidak Tahu		
N	%	N	%	N	%
10	33	20	66	30	100
				0	0

Berdasarkan Hasil pada Tabel 1, dapat dinyatakan bahwa hasil pre test peserta yang mengetahui tentang metode kontrasepsi sederhana dan modern sebesar 5 orang (25%), sedangkan berdasarkan hasil post test peserta yang mengetahui tentang metode kontrasepsi sederhana dan modern sebesar 20 orang (100%). Hasil diatas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada wanita usia subur dari sebelum diberikan penyuluhan dengan setelah diberikan penyuluhan tentang metode kontrasepsi sederhana dan modern



Gambar 1.

Kegiatan Sosialisasi Penggunaan KB alami dan modern

Beberapa manfaat program keluarga berencana yang penting untuk diterapkan pada setiap keluarga: 1. Menjaga kesehatan ibu dan bayi, program kehamilan yang direncanakan dengan matang akan memberikan dampak baik bagi kesehatan ibu dan bayi 2. Mendorong kecukupan ASI dan pola asuh yang baik bagi anak, dengan program KB, suami istri dapat merencanakan waktu kehamilan dengan tepat. Hal ini erat kaitannya dengan kecukupan ASI dan pola asuh anak. Idealnya, jarak anak pertama dan kedua antara 3 – 5 tahun. Dengan jarak waktu ini, anak pertama bisa mendapatkan manfaat ASI dengan maksimal, yaitu dari ASI eksklusif dan ASI hingga 2 tahun. Tidak hanya itu, anak juga jadi bisa mendapatkan perhatian penuh dari orang tuanya selama masa perkembangannya. Kedua hal ini tentu akan sangat berdampak positif untuknya. 3. Mencegah kehamilan yang tidak direncanakan, Suami dan istri yang tidak menjalankan program KB berisiko mengalami kehamilan yang tidak direncanakan. Misalnya, perempuan di atas 35 tahun dan belum menopause yang melakukan hubungan intim tanpa alat kontrasepsi bisa saja hamil. Namun kehamilan ini berisiko tinggi dan bisa berdampak fatal pada ibu dan bayi. Begitu juga dengan kehamilan yang terlalu dini setelah melahirkan. Misalnya, seorang wanita bisa saja melahirkan ketika anak pertama masih berusia di bawah 1 tahun. Pada kondisi ini, ibu tidak mendapatkan pemulihan yang utuh setelah melahirkan anak sebelumnya. Hal ini bisa berdampak pada kesehatan fisik maupun mental ibu. 4. Mencegah penyakit menular seksual, meski dilakukan antar suami istri, hubungan seksual tidak terlepas dari risiko terjadinya penyakit menular seksual, seperti sifilis, gonore, hingga HIV/AIDS. Namun, hal ini bisa dicegah

dengan penggunaan alat kontrasepsi, seperti kondom. 5. Menurunkan angka kematian ibu dan bayi, manfaat program keluarga berencana lainnya adalah untuk menurunkan risiko kematian ibu dan bayi. Kasus ini masih sering dijumpai di masyarakat, terutama pada kehamilan yang berisiko tinggi mengalami komplikasi, seperti pada wanita berusia lebih 35 tahun, wanita yang memiliki penyakit kronis tertentu, dan wanita yang baru saja melahirkan. 6. Membentuk keluarga yang berkualitas, Semua yang direncanakan dengan baik juga bisa berbuah baik (Putri,Vivi.,2022).

## KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema “**Penyuluhan Metode Kontrasepsi Sederhana Pada Wanita Usia Produktif di Pulau Tanjung Pengapit**” bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada wanita usia subur tentang macam-macam metode kontrasepsi sederhana dan modern. Kesimpulan dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah sebagai berikut :

1. Peserta yang hadir dalam acara penyuluhan ada 30 orang terdiri dari wanita usia subur
2. Pengetahuan wanita usia subur sebagian besar tidak mengetahui tentang kegunaan macam-macam metode kontrasepsi sederhana dan modern
3. Pengetahuan wanita usia subur macam-macam metode kontrasepsi sederhana dan modern setelah dilakukan penyuluhan, semua mengetahui tentang macam-macam metode kontrasepsi sederhana dan modern.

Untuk pengabdian lanjut terkait penyuluhan kontrasepsi alami dan modern disarankan untuk lebih banyak hadir di kegiatan ini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Rekan Dosen yang telah menjadi ahli yang telah membantu pelaksanaan pengabdian masyarakat ini. Mahasiswa sebagai pembantu pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat ini, Warga Kelurahan Jagir yang telah menjadi mitra dalam pengabdian masyarakat ini, dan semua pihak yang terlibat dalam pelaksanaan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI (2017). Profil Kesehatan Indonesia 2016. September 23, 2018. Jakarta :Kementerian Kesehatan RI. <https://www.depkes.go.id/resources/download/>
- Manuba, (2002). Ilmu Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan, 201-204, EGC, Jakarta: Rineka Cipta (Buku Hal 26)
- Prasetyawati, E.A (2012). Buku Kesehatan Ibu Dan Anak. Yogyakarta: Nuha Medika. (Hal. 23)
- Putri, vivi dwi (2022). Penyuluhan keluarga berencana (kb) di pmb lismarini kec. talang kelapa. urnal Peduli Masyarakat Volume 4 Nomor 4 , Desember 2022 e - ISSN 2721 - 9747; p - ISSN 2715 - 6524
- Susilowati, E. & Prasetyo, E (2015). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi Pada Peserta KB Aktif Di Desa Jati Kulon Kecamatan Jati Kulon Kabupaten Kudus. September 23, 2018. <https://ejr.stikesmuhkudus.ac>. (vol. 6. No 1 Januari 2015)
- Toduh, S (2014). Hubungan Stres Psikologi Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Kelas Satu Di SMA Negeri 3 Tidore Kepulauan. Oktober 13, 2018. <https://media.neliti.com/media/publications/107750>. (vol 2, no 2. 2014)