

## EDUKASI KONTRASEPSI PASCA SALIN PADA IBU HAMIL

### *POSTPARTUM CONTRACEPTION EDUCATION IN PREGNANT WOMEN*

Novita Dewi Iswandari<sup>1)</sup>, Susanti Suhartati<sup>2)</sup>, Lisdada Handayani<sup>3)</sup>, Yayuk Puji Lestari<sup>4)</sup>

<sup>1)</sup> Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia email: [novitadewiiswandari@yahoo.com](mailto:novitadewiiswandari@yahoo.com)

<sup>2)</sup> Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia email: [suhartatisusanti@gmail.com](mailto:suhartatisusanti@gmail.com)

<sup>3)</sup> Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia email: [lisdada.sm@gmail.com](mailto:lisdada.sm@gmail.com)

<sup>4)</sup> Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia email: [yayuk.pujilestari1892@gmail.com](mailto:yayuk.pujilestari1892@gmail.com)

#### ABSTRAK

Keluarga Berencana merupakan tindakan yang membantu individu atau pasangan suami istri untuk mendapatkan kehamilan, mengontrol waktu saat kehamilan dalam hubungan dengan suami istri dan menentukan jumlah anak dalam keluarga. TFR di Indonesia, sejak SDKI 2002 -2003 sampai SDKI 2012 TFR di Indonesia masih berada di posisi yang stagnan yaitu 2,6. Untuk itu, upaya menekan fertilitas di Indonesia masih harus terus dilakukan, sehingga dapat mencapai target dunia pada tahun 2025-2030 dengan TFR menjadi 2,4. Cakupan peserta KB Aktif metode jangka panjang masih tergolong rendah yaitu : AKDR (7,4 %), AKBK (7,4%), MOW (2,7%) dan MOP (0,5%) yang masih berada jauh di bawah target Rencana Pembangunan Jangka panjang Menengah Nasional (RPJMN) yaitu 66%. KB Pasca Salin merupakan strategi yang masuk akal karena risiko kematian tertinggi yang di alami oleh wanita kembali kurang dari 12 bulan setelah bersalin. Bila semua pasangan suami istri menunggu 24 bulan untuk hamil kembali, angka kematian balita akan berkurang sebanyak 24 bulan untuk hamil kembali, angka kematian balita akan berkurang sebanyak 25 %, sebanyak 83 % wanita Indonesia melahirkan dengan bantuan seorang petugas terlatih.

**Kata Kunci :** *Edukasi, Kontrasepsi pasca salin, Ibu Hamil*

#### ABSTRACT

*Family planning is an action that helps individuals or married couples to get pregnant, control the timing of pregnancy in relation to husband and wife and determine the number of children in the family. The TFR in Indonesia, from the 2002-2003 IDHS to the 2012 SDKI, the TFR in Indonesia is still in a stagnant position of 2.6. For this reason, efforts to suppress fertility in Indonesia must continue, so that reach the world target in 2025-2030 with a TFR of 2.4. The coverage of active long-term family planning participants is still relatively low, namely: IUD (7.4%), AKBK (7.4%), MOW (2.7%) and MOP (0.5%) which are still far below the target The National Medium Long Term Development Plan (RPJMN) is 66%. Postpartum family planning is a strategy that makes sense because the highest risk of death experienced by women returns less than 12 months after giving birth. If all married couples wait 24 months to get pregnant again, the under-five mortality rate will be reduced by 24 months to get pregnant again, the under-five mortality rate will be reduced by 25%, as many as 83% of Indonesian women give birth with the help of a trained officer.*

**Keywords:** *Education, postpartum contraception, pregnant women*

## PENDAHULUAN

Program Keluarga Berencana (KB) merupakan program yang bertujuan untuk mengendalikan laju pertumbuhan penduduk, mengatur kehamilan, jarak dan usia ideal untuk melahirkan [1]. Metode yang sangat dianjurkan adalah Metode yang sangat dianjurkan adalah Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) karena dapat dipakai dalam jangka waktu yang panjang. Selain itu MKJP juga sangat efisien, efektif dan lebih aman dalam penggunaannya serta angka kegagalannya relative rendah [2].

Keluarga Berencana merupakan tindakan yang membantu individu atau pasangan suami istri untuk mendapatkan kehamilan, mengontrol waktu saat kehamilan dalam hubungan dengan suami istri dan menentukan jumlah anak dalam keluarga. Keluarga Berencana adalah suatu cara yang memungkinkan orang mencapai jumlah anak sesuai dengan mereka inginkan dan menentukan jarak kehamilan, dimana hal ini dapat dicapai melalui penggunaan metode kontrasepsi dan pengobatan infertilitas [3]

Ledakan penduduk terus meningkat khususnya negara berkembang yang disebabkan karena tingginya angka kelahiran yang terjadi di negara berkembang karena maraknya umur kawin pertama yang di latarbelakangi oleh pendidikan yang rendah, ekonomi rendah, pergaulan, serta tradisi di masyarakat. Ledakan penduduk yang tidak terkendali dapat berdampak pada kemiskinan, kerusakan lingkungan, ketahanan pangan terancam, pengangguran kriminalitas, tingginya angka kematian ibu dan bayi, rendahnya kesehatan masyarakat, dan besarnya biaya pelayanan kesehatan serta pendidikan [4]

TFR di Indonesia, sejak SDKI 2002 -2003 sampai SDKI 2012 TFR di Indonesia masih berada di posisi yang stagnan yaitu 2,6 [5]. Untuk itu, upaya menekan fertilitas di Indonesia masih harus terus dilakukan, sehingga dapat mencapai target dunia pada tahun 2025-2030 dengan TFR menjadi 2,4. Cakupan peserta KB Aktif metode jangka panjang masih tergolong rendah yaitu : AKDR (7,4 %), AKBK (7,4%), MOW (2,7%) dan MOP (0,5%) yang masih berada jauh di bawah target Rencana Pembangunan Jangka panjang Menengah Nasional (RPJMN) yaitu 66% [6]

KB Pasca Salin merupakan strategi yang masuk akal karena risiko kematian tertinggi yang di alami oleh wanita kembali kurang dari 12 bulan setelah bersalin. Bila semua pasangan suami istri menunggu 24 bulan untuk hamil kembali, angka kematian balita akan berkurang sebanyak

24 bulan untuk hamil kembali, angka kematian balita akan berkurang sebanyak 25 %, sebanyak 83 % wanita Indonesia melahirkan dengan bantuan seorang petugas terlatih.

### **METODE PELAKSANAAN KEGIATAN**

Metode kegiatan yang digunakan bersama mitra dengan memberikan Edukasi Kontrasepsi Pasca Salin pada ibu hamil meliputi :

1. Solusi yang di tawarkan kepada mitra untuk mengatasi permasalahan mitra adalah sebagai berikut :

- a. Survei lokasi dan perizinan

Prosedur kerja

Tim pelaksana PKM melakukan survei lokasi yaitu di Puskesmas Sungai jingah dengan menyerahkan surat perijinan untuk melakukan PKM kepada pihak berwenang seperti Kepala Puskesmas dan Bidan koordinator.

- b. Penyuluhan kepada ibu hamil

- 1) Mengumpulkan ibu hamil untuk di berikan penyuluhan tentang KB pasca salin
- 2) Persiapan/pengadaan peraltan pendukung yang dibutuhkan dalam penyuluhan.
- 3) Melaksanakan penyuluhan dengan metode ceramah serta diskusi.

- c. Evaluasi kegiatan

Mengevaluasi hasil kegiatan penyuluhan ibu hamil tentang KB pasca salin

2. Partisipasi Mitra

- a. Tim PKM dan ibu hamil terlibat dalam menyediakan dan memperbanyak modul tentang KB Pasca Salin.
- b. Tim PKM dan petugas puskesmas yang terlibat dalam penyuluhan edukasi tentang KB Pasca Salin.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian dapat di uraikan melalui 2 tahapan kegiatan, yaitu persiapan dan pelaksanaan. Pada tahap persiapan yang merupakan perencanaan program pengabdian di lakukan kegiatan sebagai berikut :

1. Koordinasi dengan pihak puskesmas terkait pelaksanaan PKM

Koordinasi dengan pihak puskesmas dengan kepala puskesmas dan bidan koordinator untuk mendukung pengabdian yang di lakukan oleh TIM PKM dalam rangka peningkatan

metode kontrasepsi pasca salin di wilayah Puskesmas.

2. Penetapan waktu penyuluhan

Pelaksanaan penyuluhan berdasarkan kesepakatan dengan pihak puskesmas pada hari Sabtu ,  
19 November 2022

3. Penentuan sasaran dan target peserta penyuluhan

Dari koordinasi dengan pihak puskesmas maka sasaran penyuluhan adalah ibu hamil dari  
TM I ,II dan III.

4. Perencanaan materi penyuluhan.

Materi penyuluhan yang telah direncanakan oleh tim PKM meliputi definisi KB Pasca  
salin, Waktu untuk memulai kontrasepsi pasca salin, dan macam-macam jenis KB Pasca  
salin yang bisa di gunakan.

Tahapan persiapan di atas selanjutnya di ikuti dengan tahap pelaksanaan. Pada tahap  
pelaksanaan program pengabdian dapat diuraikan bahwa :

1. Kegiatan pengabdian “ Edukasi Kontrasepsi Pasca Salin pada iBu hamil “ di  
laksanakan pada tanggal 19 November 2022 di Puskesmas Sungai Jingah.
2. Kegiatan pengabdian akan di hadiri oleh 12 orang peserta berdasarkan arahan bidan  
Puskesmas.
3. Edukasi atau sosialisasi adalah kegiatan yang mana menyampaikan tentang program  
KB yang bisa di gunakan pada waktu pasca salin.
4. Para peserta cukup senang dan antusias dengan adanya program pengabdian dari TIM  
PKM berupa penyuluhan, dan pemberian leaflet.
5. Materi penyuluhan berupa : definisi KB Pasca salin, Waktu untuk memulai kontrasepsi  
pasca salin, dan macam-macam jenis KB Pasca salin yang bisa di gunakan.

Berikut ini adalah dokumentasi pelaksanaan kegiatan :



Gambar. 1 Edukasi

## KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan ini telah menambah pengetahuan serta wawasan ibu hamil dalam mengenal alat kontrasepsi pasca salin. merupakan strategi yang masuk akal karena risiko kematian tertinggi yang di alami oleh wanita kembali kurang dari 12 bulan setelah bersalin. Bila semua pasangan suami istri menunggu 24 bulan untuk hamil kembali, angka kematian balita akan berkurang sebanyak 24 bulan untuk hamil kembali, angka kematian balita akan berkurang sebanyak 25 %, sebanyak 83 % wanita Indonesia melahirkan dengan bantuan seorang petugas terlatih.

## SARAN

1. Program pengabdian ini di harapkan dapat di tindaklanjuti di tempat lain pada tahun berikutnya untuk meningkatkan penggunaan KB Pasca Salin.
2. Perlunya monitoring, evaluasi dan pendampingan secara rutin pelaksanaan program PKM Edukasi kontrasepsi pasca salin sehingga program PKM tersebut dapat berkelanjutan dan memberikan manfaat kepada WUS atau ibu hamil sehingga masyarakat memiliki pengetahuan, kesadaran dan pemahaman tentang manfaat dan pentingnya penggunaan MKJP terutama pada PUS yang berisiko tinggi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Universitas Sari Mulia yang senantiasa selalu mendukung dalam menjalankan tridharma perguruan tinggi khususnya pengabdian kepada masyarakat. Tidak lupa juga kami ucapkan kepada Puskesmas Sungai Jingah yang telah mengizinkan untuk melakukan PKM di sini.

## REFERENSI

- [1] Kemenkes RI (2020). Profil Kesehatan Indonesia 2019
- [2] Boru, R,E (2019). Metode Kontrasepsi Jangka Panjang. (<https://www.pusksmn.dinkeskotakupang.web.id>)
- [3] WHO (World Health Statistic).2018. Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi. World Bank,2018.
- [4] BKKBN, 2014. Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi Edisi 3. Jakarta: PT Bina Pustaka
- [5] SDKI 2012. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012.
- [6] BKKBN. 2016. Kebijakan Program Kependudukan, Keluarga Berencana, dan Pembangunan Keluarga. Jakarta : BKKBN