

**PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG ALAT KONTRASEPSI*****HEALTH EDUCATION ABOUT CONTRACEPTIVE DEVICES*****Laurensia Yunita<sup>1</sup>, Sarkiah<sup>1</sup>**<sup>1</sup>Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia  
[bundafarrel89.ly@gmail.com](mailto:bundafarrel89.ly@gmail.com)**ABSTRAK**

Keluarga Berencana (KB) merupakan program pemerintah untuk mengatur laju pertumbuhan penduduk di Indonesia dengan menggunakan metode kontrasepsi. Kontrasepsi dibagi menjadi dua jenis, yaitu Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MJKP) dan Non Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (Non MJKP). Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh 20 orang. Metode kegiatan dalam pengabdian ini akan melibatkan mahasiswa kebidanan Universitas Sari Mulia sebanyak 5 mahasiswa. Pelaksanaan pengabdian dilakukan dalam tiga tahapan, yaitu: pembagian kuesioner pre test serta pemaparan materi, Tahap kedua yakni memberikan edukasi cara pemasangan alat kontrasepsi IUD (SPIRAL) dengan instrument leaflet. Tahap ketiga yakni tanya jawab dengan peserta pengabdian yakni pasangan usia subur (PUS) dalam hal ini ibu hamil dan ibu menyusui yang belum menggunakan alat kontrasepsi wilayah kerja Puskesmas Terminal. kesimpulan pengabdian yang dilakukan sebagai berikut hasil pretest dan posttest dari kegiatan yang dilakukan dapat dilihat terjadi peningkatan pengetahuan pasangan usia subur (PUS) dari nilai pretest dalam kategori kurang sebesar 45 % (9 orang) meningkat menjadi sebagian besar kategori pengetahuan baik sebesar 75 % (15 orang) pada saat posttest. Hal ini menunjukkan bahwa para peserta dapat menerima edukasi yang diberikan dengan baik.

**Kata kunci :** Pendidikan, Kesehatan, Kontrasepsi***ABSTRACT***

*Family Planning (KB) is a government program to regulate the rate of population growth in Indonesia by using contraceptive methods. Contraception is divided into two types, namely Long Term Contraceptive Methods (MJKP) and Non Long Term Contraceptive Methods (Non MJKP). This service activity was attended by 20 people. The activity method in this service will involve 5 Sari Mulia University midwifery students. The implementation of the service was carried out in three stages, namely: distribution of pre-test questionnaires and presentation of material. The second stage was providing education on how to install the IUD (SPIRAL) contraceptive device using leaflet instruments. The third stage is a question and answer session with service participants, namely couples of childbearing age (PUS), in this case pregnant women and breastfeeding mothers who have not used contraception in the working area of the Terminal Health Center. The conclusion of the service carried out is as follows: the results of the pretest and posttest from the activities carried out can be seen that there has been an increase in the knowledge of fertile age couples (PUS) from the pretest score in the poor category of 45% (9 people) increasing to most of the good knowledge category of 75% (15 people) at the posttest. This shows that the participants can receive the education provided well*

**Keywords:** Education, Health, Contraception

## PENDAHULUAN

Pertumbuhan penduduk di Indonesia cukup tinggi yaitu 1,38% per tahun. Salah satu faktor utama yang mempengaruhi pertumbuhan penduduk adalah tingginya angka kelahiran yang berkaitan erat dengan usia kawin pertama sebagai salah satu sasaran program Keluarga Berencana (KB) dan sebagian kelompok masyarakat dan keluarga belum menerima dan menghayati norma keluarga kecil sebagai landasan untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas. Keadaan ini merupakan salah satu masalah kependudukan Indonesia sehingga memerlukan kebijakan kependudukan, yaitu dengan menurunkan tingkat pertumbuhan serendahrendahnya. Cara efektif untuk menurunkan angka pertumbuhan penduduk dengan jalan mengikuti program KB.

Visi program keluarga berencana nasional telah diubah mewujudkan keluarga yang berkualitas tahun 2015. Keluarga yang berkualitas adalah keluarga yang sejahtera, sehat, maju, mandiri, memiliki jumlah anak yang ideal, berwawasan kedepan, bertanggung jawab, harmonis (Saefudin, 2019).

Keluarga Berencana (KB) merupakan program pemerintah untuk mengatur laju pertumbuhan penduduk di Indonesia dengan menggunakan metode kontrasepsi. Kontrasepsi dibagi menjadi dua jenis, yaitu Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MJKP) dan Non Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (Non MJKP). Intra Uterine Devices (IUD) atau Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR) merupakan salah satu kontrasepsi jangka panjang yang efektif, aman, dan reversibel, dimana terbuat dari plastik atau logam kecil yang dililit dengan tembaga dengan berbagai ukuran dan dimasukkan ke dalam uterus (Kemenkes RI, 2014). Berdasarkan data BKKBN Pusat, jumlah pasangan usia subur (PUS) yang menggunakan metode kontrasepsi, yaitu suntik 31,6%, pil 13,2%, IUD 4,8%, implant 2,8%, kondom 1,3%, medis operasi wanita (MOW) 3,1%, medis operasi pria (MOP) 0,2%, pantang berkala 1,5%, senggama terputus 2,2%, metode lainnya 0,4% (Wang and Altmann, 2002). Dari seluruh metode kontrasepsi, akseptor kontrasepsi IUD di Indonesia mencapai 22,6%. IUD memiliki efektifitas yang sangat tinggi dimana keberhasilannya mencapai 0,6 sampai 0,8 kehamilan per 100 perempuan yang menggunakan IUD dengan 1 kegagalan dalam 125 sampai 170 kehamilan.

Penggunaan kontrasepsi IUD harus memperhatikan kontraindikasi dan efek sampingnya. Adapun kontraindikasi pemasangan kontrasepsi IUD antara lain kehamilan, gangguan perdarahan, peradangan alat kelamin, kecurigaan tumor ganas pada alat kelamin, tumor jinak rahim, kelainan bawaan rahim, peradangan pada panggul, perdarahan uterus yang abnormal,

---

karsinoma organ-organ panggul, malformasi panggul, mioma uteri terutama submukosa, dismenorhea berat, stenosis kanalis servikalis, anemia berat dan gangguan koagulasi darah, dan penyakit jantung reumatik. Sedangkan efek samping penggunaan kontrasepsi IUD yaitu spotting, perubahan siklus menstruasi, amenorhea, dismenorhea, menorrhagea, fluor albus, dan pendarahan post seksual. IUD merupakan kontrasepsi yang dimasukkan ke dalam rahim yang terbuat dari bahan polietilen dengan atau tanpa metal atau steroid. IUD sangat efektif untuk menjarangkan kehamilan dibandingkan dengan metode kontrasepsi jangka panjang lainnya seperti implan, tubektomi, dan vasektomi.

IUD merupakan metode kontrasepsi jangka panjang yang paling banyak digunakan dalam Program KB di Indonesia. Pengguna IUD di Indonesia mengalami penurunan dari 57,9% (SDKI, 2012) menjadi 57,2% (SDKI, 2017). Demikian juga dengan unmetneed hanya stagnan diangka 11% (SDKI, 2012) malah meningkat menjadi 19,78% (SDKI, 2017).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) menunjukkan angka pengguna alat kontrasepsi IUD (SPIRAL) di provinsi NTB mengalami penurunan dari 48,3% (2010) menjadi 45,3% (2013) dan menurun lagi menjadi 33,49 % pada tahun 2018. Sementara Kabupaten Lombok Barat tahun 2020 pengguna alat kontrasepsi IUD (SPIRAL) sebanyak 9,0 % ( 11.982 akseptor) (BKKBN, 2020).

Turunnya jumlah peserta KB IUD dari tahun ke tahun dapat disebabkan karena beberapa faktor seperti ketidaktahuan peserta tentang kelebihan KB IUD, dimana pengetahuan terhadap alat kontrasepsi merupakan pertimbangan dalam menentukan metode kontrasepsi yang digunakan (Simanjuntak, 2016), kualitas pelayanan KB, dilihat dari segi ketersediaan alat kontrasepsi, ketersediaan tenaga yang terlatih dan kemampuan medis teknis petugas pelayanan kesehatan, biaya pelayanan IUD yang mahal, adanya hambatan dukungan dari suami dalam pemakaian alat kontrasepsi IUD, adanya niat yang timbul dari adanya sikap yang didasarkan pada kepercayaan, norma-norma di masyarakat dan norma pokok yang ada dalam lingkungan. Salah satu norma yang dianut masyarakat adalah pemasangan IUD yang dilakukan di aurat (vagina) sehingga menimbulkan perasaan malu/enggan untuk menggunakan IUD (Mulastin, 2015).

Tujuan umum dari program KB adalah membentuk keluarga kecil sesuai dengan kekuatan sosial ekonomi suatu keluarga, dengan cara pengaturan kelahiran anak agar diperoleh suatu keluarga bahagia dan sejahtera yang dapat memenuhi kebutuhan hidupnya. Sasaran dalam program ini adalah Pasangan Usia Subur (PUS) yang menjadi akseptor KB aktif (Sulistiyawati, 2012). Pasangan Usia Subur diharapkan menggunakan metode kontrasepsi untuk menekan jumlah populasi penduduk. Anjuran pemakaian metode kontrasepsi ini sudah diterapkan

dibeberapa negara (Shabana, P.m. and mahadeo Shinde, 2014).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terdapat keuntungan dari penggunaan kontrasepsi ini, antara lain: efektifitasnya tinggi sekitar 0,6 sampai 0,8 kehamilan per 100 perempuan, kegagalan dalam 125 sampai 170 kehamilan; segera efektif saat terpasang di Rahim; tidak memerlukan kunjungan ulang; tidak mempengaruhi hubungan seksual; tidak memiliki efek samping hormonal; tidak mempengaruhi kualitas dan volume ASI; dapat dipasang segera setelah melahirkan atau sesudah abortus dengan catatan tidak terjadi infeksi; membantu mencegah kehamilan ektopik; tidak ada interaksi dengan obatobatan; dapat digunakan hingga menopause.

### **METODE PELAKSANAAN KEGIATAN**

Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh 20 orang Perempuan Usia Subur (PUS) Pelaksanaan kegiatan “Pendidikan Kesehatan Tentang Alat Kontrasepsi” Di Wilayah Kerja Puskesmas terminal dilakukan dalam tiga tahap :

1. Tahap pertama yakni pembagian kuesioner pre test serta pemaparan materi pengabdian tentang Pemberian Pendidikan Kesehatan Tentang Alat Kontrasepsi IUD (Spiral) Pada Pasangan Usia Subur (PUS) di Wilayah Kerja Puskesmas Terminal.
2. Tahap kedua yakni memberikan edukasi cara pemasangan alat kontrasepsi IUD (SPIRAL) dengan instrument leaflet.
3. Tahap ketiga yakni tanya jawab dengan peserta pengabdian serta pemberian kuesioner post test

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat telah dilaksanakan pada tanggal 11-13 Januari 2021 Pukul 10.00 WITA yang diselenggarakan di rumah Kepala Desa. Sasaran kegiatan pengabdian adalah 20 orang Perempuan Usia Subur (PUS). Kegiatan pengabdian dilakukan dalam tiga tahap. Adapun hasil (output) yang didapatkan dari kegiatan ini antara lain :

1. Tahap pertama yakni pembagian kuesioner pre test serta pemaparan materi pengabdian tentang Pemberian Pendidikan Kesehatan tentang Alat Kontrasepsi IUD (Spiral) Pada Pasangan Usia Subur (PUS) di Wilayah Kerja Puskesmas Terminal. Hasil dari pre test didapatkan bahwa pengetahuan warga tentang Alat Kontrasepsi IUD (Spiral) dalam kategori kurang sebesar 45 % (9 orang).
2. Tahap kedua yakni memberikan edukasi cara pemasangan alat kontrasepsi IUD (SPIRAL) dengan instrument leaflet. Hal ini dapat terlihat pada gambar dibawah ini.
3. Tahap ketiga yakni dengan peserta pengabdian yakni pasangan usia subur (PUS) dalam hal ini ibu hamil dan ibu menyusui yang belum menggunakan alat kontrasepsi. Para ibu hamil dan ibu menyusui yang belum menggunakan alat kontrasepsi sangat antusias melontarkan beberapa

---

pertanyaan terkait tentang penggunaan alat kontrasepsi IUD (SPIRAL). Di sela pertanyaan, ibu hamil dan ibu menyusui yang belum menggunakan alat kontrasepsi juga antusias agar kegiatan ini dapat dilakukan kembali dan tidak berhenti sampai disini. Di tahap ini juga dilakukan pembagian kuesioner post test. Hasil dari post test didapatkan bahwa pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui yang belum menggunakan alat kontrasepsi mengalami peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan yaitu sebagian besar kategori pengetahuan baik sebesar 75 % (15 orang). Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Puskesmas dari tanggal 11 -13 Januari Tahun 2021.

Kontrasepsi merupakan cara yang digunakan untuk mencegah pertemuan antara sel telur yang matang dan sel sperma yang mengakibatkan kehamilan. Keuntungan pemakaian IUD yakni hanya memerlukan satu kali pemasangan untuk jangka waktu yang lama dengan biaya yang relatif murah, aman, karena tidak mempunyai pengaruh sistemik yang beredar keseluruh tubuh, tidak mempengaruhi produksi ASI dan kesuburan cepat kembali setelah IUD dilepas.

Pemakaian IUD terhadap penurunan fertilitas mempunyai efektifitas dan tingkat kembalinya yang cukup tinggi. Risiko kegagalan IUD khususnya Tcu-380A sebanyak 0,8% tiap 100 wanita bahkan bisa 1:170 wanita pada pemakaian tahun pertama. Metode kontrasepsi IUD dapat menjamin sekurangnya tiga tahun jarak kehamilan. Pengaturan jarak kehamilan lebih dari dua tahun dapat membantu wanita memiliki anak yang sehat dan meningkatkan peluang mereka untuk terus hidup sebesar 50%. Seperti sebagian besar metode kontrasepsi, IUD juga memiliki kelebihan dan kekurangan.

Kelebihan dari metode kontrasepsi IUD yaitu: dapat dipakai oleh semua perempuan dalam usia reproduksi, sangat efektif (0,8% kehamilan per 100 perempuan dalam tahun pertama) segera setelah pemasangan, reversibel, berjangka panjang (dapat sampai 10 tahun tidak perlu ganti), dan meningkatkan hubungan seksual karena tidak perlu takut untuk hamil. Dengan IUD CuT380A, tidak ada efek samping hormonal serta tidak mempengaruhi produksi dan kualitas ASI. Selain itu IUD dapat dipasang segera setelah abortus bila tidak ada infeksi sehingga dapat membantu mencegah kehamilan ektopik. Keuntungan lainnya yaitu IUD dapat digunakan sampai menopause, 1 tahun atau lebih setelah haid terakhir (Trimuriani and Widyaningsih, 2017)

Dengan adanya berbagai masalah yang timbul mengenai kontrasepsi IUD, akan mempengaruhi minat dalam penggunaan kontrasepsi IUD khususnya pada wanita usia di atas 35 tahun karena penggunaan kontrasepsi IUD pada wanita usia di atas 35 tahun sangat dianjurkan karena dapat mencegah tekanan darah tinggi, spotting, haid tidak teratur dan mencegah pengeroposan tulang (Priyani, 2015).

Sedangkan kekurangan metode kontrasepsi IUD yaitu perubahan siklus haid (umumnya pada 3 bulan pertama dan setelah itu akan berkurang), haid lebih lama dan lebih banyak, perdarahan

(spotting) antar menstruasi, saat haid lebih sakit, tidak mencegah Infeksi Menular Seksual (IMS) termasuk HIV/AIDS serta tidak baik digunakan oleh perempuan yang sering berganti-ganti pasangan atau yang menderita IMS. Penyakit radang panggul (PRP) terjadi sesudah perempuan dengan IMS menggunakan IUD (Asria and Nurullita, 2013)

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil pengabdian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Terminal tentang Alat Kontrasepsi IUD (Spiral) Pada Pasangan Usia Subur (PUS) didapatkan kesimpulan sebagai berikut : Sebigain besar tingkat pengetahuan warga tentang Alat Kontrasepsi IUD (Spiral) Pada Pasangan Usia Subur (PUS) dalam kategori pengetahuan baik sebesar 75% ( 15 orang).

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Kami mengucapkan terima kasih kepada Rektorat UNISM, Unit LPPM UNISM, Kepala Puskesmas Terminal, Kader, Akseptor KB, dan Mahasiswa UNISM atas bantuan dan kontribusinya dalam kegiatan PkM ini.

### **REFERENSI**

- [1] BKKBN. (2020). Rencana Strategi 2020-2024 BKKBN.
- [2] Hidayati, Ratna. 2019. *Metode dan Teknik Penggunaan Alat Kontrasepsi*, Jakarta: Salemba Medika
- [3] Saroha, dkk, 2019. *Pelayanan Keluarga Berencana*, Jakarta; Trans Info Media.
- [4] Riskesdas 2018. *Laporan Riskesdas 2018*, , <http://www.litbang.depkes.go.id/sites>
- [5] Wahyuningsih, D., & Fatmawati. 2019. Hubungan Antara Dukungan Kader dengan Minat Penggunaan Alat Kontrasepsi IUD pada PUS di Desa Sukorejo Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri. *Jurnal Nusantara Medika*, 3(2), 13–23.
- [6] Saifuddin AB. 2019. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- [7] Sulistyawati, A. 2012. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta: Salemba Medika.
- [8] Trimuriani, L. and Widyaningsih, H. (2017) ‘Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kepuasan Pengguna Kontrasepsi Suntik Di Desa Bulungcangkring Jekulo Kudus’, *PROSIDING HEFA 1st 2017*, (2581– 2270), pp. 248–253.
- [9] Simanjuntak, David. *Akses Sosial Ekonomi dan Pelayanan Terhadap Kualitas Peserta KB*. *Majalah Kesehatan Masyarakat*. 2016;24(11)