

# Video Edukasi Sebagai Upaya Pemilihan Metode Kontrasepsi Yang Tepat Pada Ibu Pascasalin

Mirawati Mirawati<sup>1\*</sup>, Nelly Mariati<sup>2</sup>, Endang Martini<sup>3</sup>, Gisna Saufita<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

<sup>2</sup> Program Studi S1 Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

<sup>3</sup> RSUD Moch Ansari Shaleh Banjarmasin

\*Email: [19mirawati@gmail.com](mailto:19mirawati@gmail.com)

**Abstrak:** Pemilihan jenis metode kontrasepsi menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat memilih menggunakan suntik dan pil. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang kontrasepsi menyebabkan kurangnya penggunaan kontrasepsi jangka panjang seperti IUD, implant, MOW/MOP, padahal kontrasepsi jangka panjang mempunyai tingkat efektifitas yang lebih tinggi dalam pengendalian kehamilan. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai metode kontrasepsi, khususnya ibu pascasalin sehingga dapat menentukan metode kontrasepsi yang cocok dan sesuai dengan kebutuhannya. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini yaitu penyuluhan dengan video edukasi dan diskusi. Adapun kesimpulan yang diperoleh adalah sebagian besar peserta masih memilih metode kontrasepsi suntik, meskipun sudah ada juga yang memilih metode kontrasepsi jangka panjang yaitu IUD sebanyak 17%. Peserta yang berpengetahuan baik meningkat sebesar 39%. Semoga pengabdian masyarakat ini dapat membantu ibu pascasalin dalam pemilihan metode kontrasepsi sesuai kebutuhannya.

**Kata Kunci:**

Video edukasi; Kontrasepsi; Pascasalin

## 1. PENDAHULUAN

Keluarga Berencana (KB) adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh pasangan usia subur (pasangan suami istri berumur 23-35 tahun) untuk mengatur jarak kelahiran, menentukan jumlah anak dalam keluarga, dan menghindari kelahiran yang tidak diinginkan. Pelayanan KB yang diberikan oleh bidan yaitu memberikan dan menjelaskan informed choice alat kontrasepsi yang akan digunakan, melakukan penapisan alat kontrasepsi yang dipilih klien serta kecocokan penggunaannya, dan melakukan informed consent sebagai bukti bahwa klien memilih KB tanpa adanya paksaan serta menjelaskan efek samping, biaya, cara pemasangan kepada klien (Yulizawati, 2019).

World Health Organization (WHO) memaparkan lebih dari 100 juta wanita menggunakan kontrasepsi yang memiliki efektifitas, dengan pengguna kontrasepsi hormonal lebih dari 75% dan 25% menggunakan non hormonal. Data WHO menunjukkan bahwa pengguna alat kontrasepsi dengan presentasi terbesar yaitu suntik 35,3% dan pil 30,5% terutama di negara-negara berkembang (Nurmalita Sari dkk., 2020). BKKBN memaparkan hasil pendataan keluarga yang menunjukkan bahwa angka prevalensi PUS peserta KB di Indonesia pada tahun 2021 sebesar 57,4%. Berdasarkan distribusi provinsi, Kalimantan Selatan mempunyai angka prevalensi pemakaian KB tertinggi yaitu (67,9%) yang diikuti Kepulauan Bangka Belitung (67,5%), dan Bengkulu (65,5%), sedangkan prevalensi terendah adalah Papua (15,4%), Papua Barat (29,4%) dan Maluku (33,9%) (Kemenkes RI, 2022).

Pola pemilihan jenis metode kontrasepsi pada tahun 2021 pada pasangan usia subur (PUS) menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor memilih menggunakan suntik sebesar 59,9%, urutan kedua adalah pil sebesar 15,8% dan urutan ketiga adalah Implant sebesar 10,0%. Pola ini terjadi setiap tahun, dimana kontrasepsi pil memiliki persentase penggunaan terbesar kedua setelah KB suntik. Pil KB termasuk metode yang efektif untuk mencegah kehamilan, pada penggunaan yang sempurna efektivitasnya 99,5-99,9% Pil KB merupakan salah satu metode yang paling disukai karena kesuburan cepat kembali setelah penggunaan pil

dihentikan, dapat digunakan pada masa remaja hingga menopause (Kemenkes RI, 2022; Melani, 2020).

PUS lebih memilih metode kontrasepsi jangka pendek seperti pil dan suntik dibandingkan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP). Provinsi Kalimantan Selatan persentase tertinggi yaitu suntik sebesar 57,07% dan pil 33,8%. Di Kota Banjarmasin penggunaan kontrasepsi suntik sebesar 62,1% dan pil 33,6%. Persentase MKJP masih sangat rendah karena kurangnya pengetahuan masyarakat tentang kelebihan MKJP, selain itu juga disebabkan keterbatasan jumlah tenaga terlatih kontrasepsi serta sarana yang tersedia (Dinkes Prov Kal-Sel, 2022).

Kontrasepsi jangka panjang mempunyai tingkat efektifitas yang lebih tinggi dalam pengendalian kehamilan jika dibandingkan jangka pendek. MKJP adalah kontrasepsi yang dapat digunakan dengan jangka waktu lama yaitu lebih dari 2 tahun. MKJP juga dapat mengakhiri kehamilan pada PUS secara permanen jika berkeinginan tidak menambah anak lagi. Adapun kontrasepsi yang termasuk MKJP adalah AKDR/IUD, Implan, MOP dan MOW. Edukasi dan informasi mengenai hal tersebut tentunya menjadi kewajiban pemerintah agar dapat tersampaikan dan diterima masyarakat (Kemenkes RI, 2022).

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik melakukan pengabdian masyarakat sebagai upaya meningkatkan pengetahuan ibu mengenai metode kontrasepsi, khususnya ibu-ibu pascasalin sehingga dapat menentukan metode kontrasepsi yang cocok dan sesuai dengan kebutuhannya. Hal ini juga dilakukan sebagai upaya dalam membantu pemerintah untuk meningkatkan penggunaan kontrasepsi di masyarakat.

## 2. METODE

Pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode penyuluhan menggunakan video edukasi, penyuluhan juga dilakukan dengan ceramah dan diskusi tentang metode kontrasepsi. Kegiatan ini dilakukan dalam rentang 2 minggu dengan 2 kali sesi pada peserta yang berbeda setiap sesinya. Pada sesi 1 terdapat 10 peserta dan sesi 2 terdapat 13 peserta, sehingga total peserta berjumlah 23 orang. Alat yang gunakan berupa materi penyuluhan tentang metode kontrasepsi yaitu video edukasi, alat penunjang lainnya berupa laptop, LCD Proyektor dan alat tulis. Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di RSUD Moch Ansari Shaleh Banjarmasin, Kalimantan Selatan.

Pengabdian masyarakat ini melibatkan dosen kebidanan, bidan RSUD Moch Ansari Shaleh dan mahasiswa D3 kebidanan. Kegiatan sesi 1 diawali dengan membagikan kuesioner pre-test untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan peserta tentang metode kontrasepsi. Setelah pre-test dilakukan, kemudian dilanjutkan dengan kegiatan penyuluhan dan pemutaran video serta diskusi. Pada acara terakhir dihari yang sama, dilakukan pembagian kuesioner post-test dengan pertanyaan yang sama dengan pre-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Pada minggu selanjutnya dilakukan sesi 2 dengan kegiatan yang sama dengan sesi 1 tetapi dengan peserta yang berbeda. Hasil jawaban peserta kemudian di lakukan perhitungan benar dan salah menggunakan skala guttman, kemudian dibagi dalam 3 kategori yaitu baik (76%-100%), cukup (56%-75%), kurang (<56%).

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

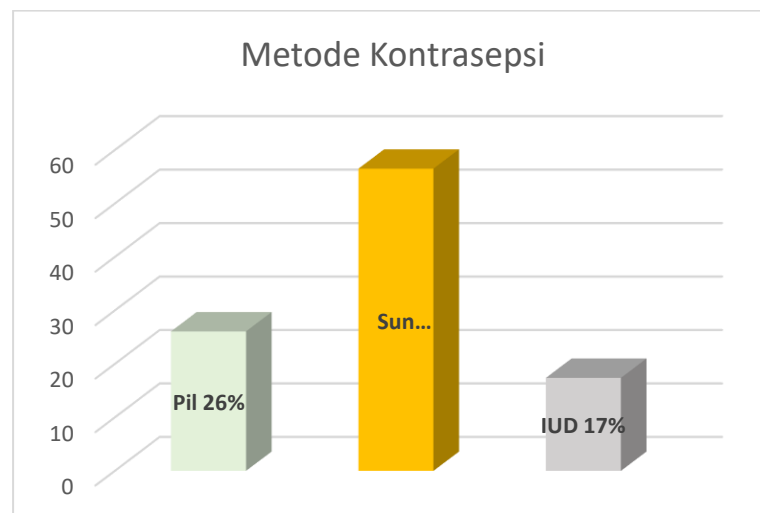
Pengabdian masyarakat ini diawali dengan perkenalan dan penyampaian tujuan serta manfaat kegiatan yang didapatkan peserta nantinya setelah berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian. Selanjutnya, pemberian materi tentang kontrasepsi mengenai pengertian, manfaat dan tujuan keluarga berencana serta berbagai macam metode kontrasepsi seperti hormonal, non hormonal dan permanen. Pada saat kegiatan berlangsung terlihat peserta sangat antusias dengan selalu memperhatikan dan berdiskusi tentang beberapa hal terkait metode kontrasepsi. Beberapa dari mereka juga ada yang bersedia sharing pengalamannya tentang metode kontrasepsi yang sebelumnya pernah digunakan. Ada yang pengalamannya cocok

menggunakan metode kontrasepsi tertentu dan ada juga yang pernah mengalami efek samping dari penggunaan kontrasepsi, seperti spotting, amenore dan berat badan yang selalu bertambah.



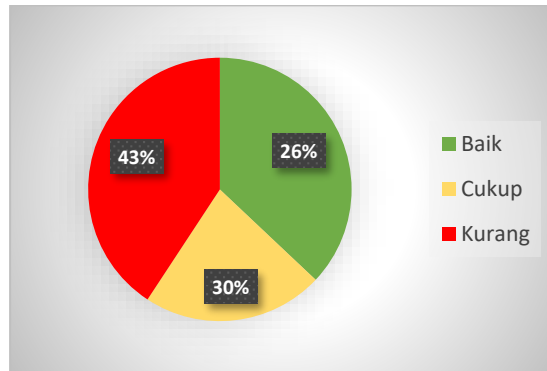
**Gambar 1.** Pemberian Penyuluhan Tentang Metode Kontrasepsi

Pada saat kegiatan penyuluhan, penyampaian materi dilakukan dengan pemutaran video tentang kontrasepsi dan ditambahkan dengan penjelasan lebih detail terakut kontrasepsi terutama kontrasepsi yang aman untuk ibu menyusui sehingga tidak mengganggu atau menurunkan produksi ASI. Para peserta terlihat bersemangat saat pemutaran video tersebut. Penyuluhan dengan bantuan video membuat peserta tidak bosan dan memiliki kelebihan dalam visualisasi sehingga peserta lebih mudah memahami dan proses penyerapan pengetahuan menjadi lebih baik. Akhir kegiatan penyuluhan ditutup dengan kegiatan post-test dengan kuesioner yang sama dengan pre-test dan penyampaian kesimpulan. Kegiatan post-test dilakukan kepada peserta untuk mengukur apakah ada peningkatan pengetahuan tentang metode kontrasepsi setelah diberikan materi. Adapun hasil pre-test dan post-test yang diperoleh peserta dapat dilihat berikut ini :



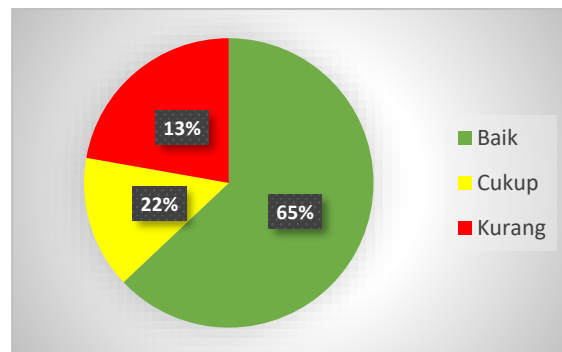
**Gambar 2.** Pilihan Metode Kontrasepsi

Pada gambar 2 diatas dapat dilihat bahwa pilihan peserta untuk menggunakan kontrasepsi di dominasi metode kontrasepsi suntik yaitu 57% kemudian pil 26%, tetapi disini peserta sudah ada yang berkeinginan nantinya akan menggunakan kontrasepsi jangka panjang yaitu IUD, sebanyak 17%.



**Gambar 3.** Pie Chart Pre-Test

Pada gambar 3 diatas dapat dilihat bahwa peserta sebelum diberikan penyuluhan sebagian kecil mempunyai pengetahuan yang baik yaitu 6 orang (26%), dan pengetahuan cukup yaitu 7 orang (30%) dan masih banyak dari peserta yang pengetahuannya kurang yaitu 10 orang (43%).



**Gambar 4.** Pie Chart Post-Test

Pada gambar 4 diatas dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan peserta setelah diberikan penyuluhan sebagian besar mempunyai pengetahuan yang baik yaitu 15 orang (65%), sebagian kecil mempunyai pengetahuan yang cukup yaitu 5 orang (22%) dan sedikit dari peserta yang pengetahuannya masih kurang yaitu 3 orang (13%). Dari hasil tersebut dapat dilihat peningkatan persentase pada peserta yang mempunyai pengetahuan baik yaitu 39%. Peserta dengan pengetahuan cukup dan kurang mengalami penurunan persentasi masing-masing yaitu 9% dan 30%.

Penyuluhan yang diberikan kepada peserta pengabdian masyarakat merupakan suatu proses pendidikan kesehatan yang mencakup dimensi dan kegiatan intelektual, psikologi dan sosial. Hal ini diperlukan dalam peningkatan kemampuan seseorang untuk mengambil keputusan dengan sadar. Keputusan tersebut tentunya yang dapat mempengaruhi kesejahteraan dirinya sendiri, keluarga dan masyarakat sekitar. Pengetahuan itu sendiri merupakan hasil dari “tahu” yang terjadi setelah seseorang ada penginderaan pada obyek tertentu (Wawan & M, 2018).

Penyuluhan yang dilakukan lebih banyak mengarah pada penggunaan kontrasepsi untuk ibu menyusui yang tidak mengganggu atau menurunkan produksi ASI, karena peserta adalah ibu-ibu pascasalin yang akan memberikan ASI kepada bayinya. Menurut Melani (2020) pengetahuan mengenai pentingnya alat kontrasepsi sangat diperlukan, karena dengan mengetahui hal tersebut ibu bisa memilih alat kontrasepsi secara tepat, sehingga meminimalkan keluhan yang dialaminya.

Kontrasepsi yang mempunyai efektivitas dan tingkat kelangsungan yang tinggi akan memberikan daya lindung lebih besar dalam jangka waktu tertentu. Tingkat kelangsungan pemakaian alat kontrasepsi yang digunakan salah satunya ditentukan dengan angka kegagalan

kontrasepsi. Kegagalan biasanya disebabkan oleh faktor kelalaian. Kelalaian tersebut bisa saja diakibatkan kurangnya pengetahuan mengenai metode kontrasepsi yang digunakan, misalnya tidak teraturnya minum pil kb, tidak tepatnya jadwal penyuntikan ulang dan lainnya

Adanya dukungan dari tenaga kesehatan dapat membantu ibu pascasalin dalam menentukan metode kontrasepsi yang tepat untuk dirinya sesuai dengan kebutuhannya. Hal ini juga merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menghindari terjadinya kegagalan KB yaitu pemberian informasi yang efektif. Peran tenaga kesehatan sangat penting untuk memberikan edukasi kepada akseptor sehingga pengetahuan akseptor tentang kontrasepsi semakin meningkat. Menurut Wati (2023) dukungan tenaga kesehatan memotivasi wanita usia subur dalam berperilaku yang baik untuk kesehatan reproduksinya dan perilaku yang didasari pengetahuan tentunya akan lebih baik.

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dengan tema “ Video edukasi sebagai upaya pemilihan metode kontrasepsi yang tepat pada ibu pascasalin” dapat meningkatkan pengetahuan tentang kontrasepsi sehingga ibu pascasalin dapat menentukan kontrasepsi yang sesuai dengan kebutuhannya. Peserta sebagian besar masih memilih metode kontrasepsi suntik, meskipun sudah ada juga yang memilih metode kontrasepsi jangka panjang yaitu IUD sebanyak 17%. Peserta yang berpengetahuan baik meningkat sebesar 39% yaitu dari 26% menjadi 65%. Semoga pengabdian masyarakat ini dapat membantu masyarakat khususnya ibu pascasalin dalam pemilihan metode kontrasepsi. Harapannya kegiatan seperti ini diadakan secara terus menerus oleh tenaga kesehatan yang saling bekerjasama dengan tim promosi rumah sakit.

#### UCAPAN TERIMAKASIH (jika ada)

Ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kami ucapkan kepada pihak Rumah Sakit Moch Ansari Shaleh Banjarmasin, tim promosi rumah sakit, bidan, mahasiswa dan responden yang telah mendukung hingga terselenggaranya acara pengabdian masyarakat.

#### REFERENSI

- DinKes Prov Kal-Sel (2022) *Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan Tahun 2021*. Banjarmasin: Dinkes Prov Kal-Sel.
- Kemendes RI (2022) *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta: Kemendes RI.
- Melani, F. I., & Barokah, L. (2020). Pengetahuan wanita usia subur tentang kontrasepsi pil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(2), 1037-1043.
- Nurmalita Sari, M. H., Sopiani, A., & Irawati, A. (2020). Factors Relating to the Interest of Use MKJP (IUD and Implant) in the Village of Perigi Mekar, Ciseeng, Bogor. *Journal of Midwifery Science: Basic and Applied Research*, 2(1), 27–32.
- Wati, M., Mariati, N., Rahmah, A., & Prabawati, S. A. (2023). Edukasi Kesehatan Reproduksi Sebagai Upaya Peningkatan Kepedulian Terhadap Kesehatan Wanita Usia Subur. *Humanism: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 41-53.
- Wawan, A., & M, D. (2018). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yulizawati, Iryani D, B LES, Aldina Ayunda Insani (2019). *Asuhan Kebidanan Keluarga Berencana*. Sidoarjo: Indomedia Pustaka.