

BIJAK MEMILIH KONTRASEPSI EFEKTIF PADA MASA PANDEMI COVID-19

Bardiati Ulfah¹, Pratiwi Puji Lestari², Fika Aulia³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Co.E-mail : ulfah.bardiati@umbjm.ac.id¹

Author E-Mail: pratiwipuji@umbjm.ac.id², fikaaulia@umbjm.ac.id³

Article History:

Received: 04-06-2021

Revised: 06-07-2021

Accepted: 02-08-2021

Keywords: Contraception;
Covid-19 pandemic; Midwifery
care; Family; Planned

Kata kunci: Kontrasepsi;
Pandemi Covid-19; Asuhan
kebidanan; Keluarga;
Berencana

Abstract: Background one of the government's efforts to achieve this target is by taking several steps, namely increasing the use of family planning that is more effective and efficient in the long term. Long-term contraceptives are very helpful for acceptors during the Covid19 pandemic where they do not have to frequently contact the officers. The use of long-term family planning such as implants and IUDs has 99% effectiveness with a failure rate of only 0.05% for 100 women. Program Objectives: to increase mother's knowledge about the choice of long-term effective contraception in the Middle Alalak class of pregnant women, Banjarmasin City. Method of Implementation: This activity uses the seminar method and questions and answers about the selection of long-term effective contraception Results and Conclusions: After carrying out this community service activity, the conclusion that can be drawn is that there is an increase in knowledge of pregnant women about choosing long-term effective contraception. The hope is that pregnant women after giving birth will be able to understand and determine which effective contraception to choose.

Abstrak: Latar Belakang salah satu upaya pemerintah yang bisa mencapai target tersebut dengan beberapa langkah yaitu meningkatkan pemakaian KB yang lebih efektif dan efisien dalam jangka Panjang, Alat Kontrasepsi jangka panjang sangat membantu akseptor pada masa pandemic Covid19 dimana tidak harus sering kontak dengan petugas. Pemakaian KB jangka Panjang seperti Inplan dan IUD memiliki efektifitas 99% dengan tingkat kegagalan hanya 0,05% dari 100 wanita. Tujuan program meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemilihan kontrasepsi efektif jangka panjang di kelas ibu hamil Alalak Tengah Kota Banjarmasin. Metode pelaksanaan kegiatan ini menggunakan metode seminar dan Tanya jawab tentang Pemilihan kontrasepsi efektif jangka panjang Hasil dan kesimpulan Setelah dilakukan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, simpulan yang dapat diambil adalah adanya peningkatan

pengetahuan ibu hamil tentang pemilihan kontrasepsi efektif jangka panjang. Harapannya adalah agar ibu hamil setelah melahirkan nanti bisa memahami dan menentukan kontrasepsi efektif yang akan dipilih.

Pendahuluan

Kesehatan reproduksi merupakan bagian penting dari program kesehatan dan merupakan titik pusat sumber daya manusia mengingat pengaruhnya terhadap setiap orang dan mencakup banyak aspek kehidupan sejak dalam kandungan sampai pada kematian [1]. Oleh karena itu pelayanan kesehatan reproduksi harus mencakup empat komponen esensial yang mampu memberikan hasil yang efektif dan efisien bila dikemas dalam pelayanan yang terintegrasi. Salah satu dari empat komponen esensial yaitu Keluarga Berencana.

Angka laju pertumbuhan diiringi dengan angka kelahiran yang tinggi di Indonesia yaitu 2,6% pada tahun 2012 dengan harapan menurun menjadi 2,28% tahun 2019 [2]. Rancangan Renstra BKKBN tahun 2020-2025 berdasarkan proyeksi penduduk Indonesia tahun 2005-2030, target angka kelahiran menjadi 2,1 tahun 2025. Jika target ini berhasil maka Indonesia bisa dikatakan penduduk yang berkualitas [3].

Pelayanan Keluarga Berencana perlu mendapatkan perhatian yang serius, karena dengan mutu pelayanan Keluarga Berencana berkualitas diharapkan akan dapat meningkatkan tingkat kesehatan dan kesejahteraan [4]. Dengan telah berubahnya paradigma dalam pengelolaan masalah kependudukan dan pembangunan dari pendekatan pengendalian populasi dan penurunan fertilitas menjadi pendekatan yang terfokus pada kesehatan reproduksi serta hak reproduksi, maka pelayanan KB harus menjadi lebih berkualitas serta memperhatikan hak-hak dari klien dalam memilih metode kontrasepsi yang diinginkan.

Pandemi Covid-19 yang melanda dunia, terutama Indonesia yang merupakan Negara cukup parah dengan kasus Covid-19 telah membuat lumpuhnya hampir semua dari segala sektor, salah satu dampak mewabahnya Covid-19 ini berimbas pada penggunaan alat kontrasepsi yang menurun [5], banyaknya ibu hamil, dengan adanya pembatasan sosial berskala besar yang di buat pemerintah untuk memutus mata rantai penyakit ini, sehingga akseptor KB sulit untuk mendapatkan pelayanan, antri yang panjang di pelayanan kesehatan, membuat janji via whatsapp sebelumnya, ditambah lagi dengan adanya pemberlakuan pasien yang datang ke fasilitas kesehatan diharuskan untuk membawa surat hasil pemeriksaan bebas Covid-19.

Kontrasepsi yang efektif dengan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) yang direkomendasikan adalah Inplan dan IUD, Inplan merupakan alat kontrasepsi hormonal yang efektif, tidak permanen, dapat mencegah kehamilan 3 hingga 5 tahun. Adapun cara kerjanya adalah mengentalkan lendir serviks, terganggunya proses pembentukan di endometrium, mengurangi transformasi sperma, menekan ovulasi

serta efektif menecegah kehamilan [6]. Keuntungan penggunaan inplan ini efektifitas tinggi hingga 99%, dengan tingkat kegagalan hanya 0,05% dari 100 wanita, perlindungan jangka panjang, tidak memerlukan pemeriksaan dalam, kembali kesuburan cepat, tidak mengganggu disaat bersenggama dan juga ASI [7]. MKJP lainnya adalah Intra Uterine Device (IUD) yaitu alat kontrasepsi yang dipasang dalam rahim dengan bahan terbuat dari plastic politilena dengan ada atau tanpa tembaga. cara kerja dan keuntungan IUD hampir sama dengan inplan [8].

Metode

Tim terdiri dari dosen dan beberapa mahasiswa ikut dilibatkan dalam melakukan penyuluhan dan edukasi kepada ibu hamil dan menyusui dikelas ibu hamil Alalak Tengah Banjarmasin. Tim bertugas menjelaskan materi dengan membagikan leaflet serta tanya jawab langsung terkait dengan pemilihan alat kontrasepsi jangka panjang.

Metode yang digunakan pada pelaksanaan pengabdian ini adalah ceramah, tanya jawab, diskusi dan evaluasi pemahaman.

Tim pelaksana bertugas terlebih dahulu memberikan pengertian maksud dan tujuan dilakukannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang menyangkut kegiatan sosialisasi penyuluhan.

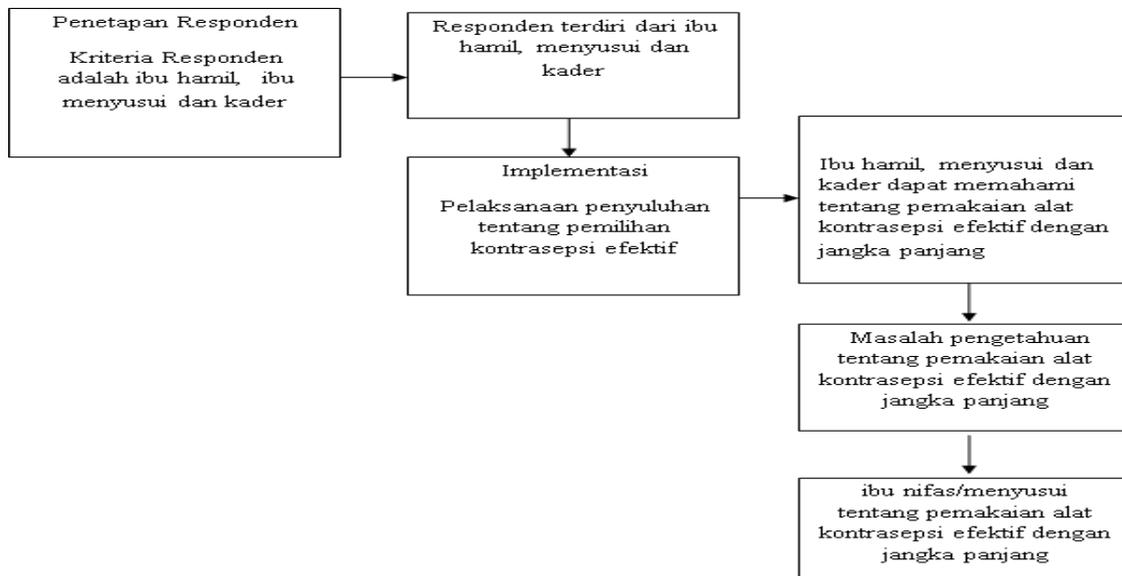
Penyuluhan seputar masalah pemilihan alat kontrasepsi efektif jangka panjang, kegunaan, keuntungan, efek samping serta masa pakai dari alat kontrasepsi jangka panjang tersebut.

Masyarakat yang dijadikan sasaran sosialisasi penyuluhan adalah: Ibu-ibu hamil dan menyusui dikelas ibu hamil Alalak Tengah.

Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan bertempat dikelas ibu hamil Alalak Tengah. Pelaksanaan kegiatan ini dimulai pada pagi hari mengikuti jadwal kegiatan kelas ibu hamil yang sudah terjadwal sebelumnya. Dari hasil pengamatan kami, perlunya pelaksanaan kegiatan-kegiatan yang dapat membantu meningkatkan pengetahuan ibu-ibu hamil dan menyusui mengenai pemilihan kontrasepsi efektif jangka panjang mengingat pada saat ini Kalimantan Selatan merupakan wilayah yang endemik kasus covid-19. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan Penyuluhan pemilihan kontrasepsi efektif jangka panjang yang dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 08 April 2021 dengan tema, "Bijak Memilih Kontrasepsi Efektif pada Masa Pandemi Covid-19" di Kelas ibu hamil Alalak Tengah. Harapannya ibu hamil dan menyusui dapat memahami dan memiliki persiapan untuk menentukan pilihan alat

kontrasepsi yang digunakan secara efektif sehingga ibu-ibu tidak harus rutin melakukan pemeriksaan dan bertemu langsung dengan tenaga kesehatan mengingat akses ke tempat pelayanan yang dibatasi pada Pandemi Covid-19.



Gambar 1. Bagan proses transfer pengetahuan ke sasaran

Diskusi

Penyampaian penyuluhan (Ceramah) dan membagikan leaflet untuk mensosialisasikan tentang alat kontrasepsi efektif jangka panjang dengan berbagai manfaat dan keuntungan serta lamanya pemakaian. Sebelum pelaksanaan kegiatan dilakukan terlebih dahulu tim berkoordinasi dengan bidan penanggung jawab wilayah dan Kepala Puskesmas Alalak Tengah. Setelah terbentuk kesepakatan waktu dan tempat, kemudian membagikan undangan kepada sasaran yaitu ibu hamil dan menyusui yang terdaftar di kelas ibu hamil Alalak Tengah. Kemudian pada hari H dilaksanakan kegiatan dengan penyampaian isi materi dengan ceramah, pembagian leaflet, Tanya jawab, pembagian makan siang dan snack.

Pemberian materi dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu mengenai kontrasepsi efektif jangka panjang. Seperti halnya dilakukan pada penelitian mengenai pengetahuan wanita tentang kontrasepsi, sebagian besar yang pengetahuannya kurang adalah yang pendidikannya rendah [9], maka pemberian edukasi ini dirasa cukup penting dilaksanakan. Bidan dapat juga memberikan edukasi ini melalui konseling saat pemeriksaan nifas [10]. Pada pelaksanaan kegiatan juga masing-masing peserta melakukan diskusi dan sharing mengenai pengalaman yang terkait dengan informasi yang mungkin sudah pernah didapat sebelumnya. Target yang ditetapkan untuk setiap peserta adalah minimal dalam masing-masing peserta mengerti tentang alat kontrasepsi yang direkomendasikan yaitu efektif dan berjangka panjang

serta manfaat baik dari pemakaiannya sendiri juga dalam hal waktu yang digunakan. Pelaksanaan kegiatan selanjutnya adalah Monitoring dan evaluasi kepada peserta untuk menilai bagaimana pemahaman peserta dilaksanakan secara berkala setelah menerima penyuluhan. Selain itu, kegiatan evaluasi juga dilakukan untuk meninjau hasil dari penyuluhan.

Pelaksanaan Pengabdian kepada masyarakat ini berlangsung lancar dan sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan, namun karena keterbatasan tempat dan tidak adanya peralatan pengeras suara sehingga peserta kurang cukup puas dalam menerima penyuluhan.

Kesimpulan

Upaya pemerintah untuk menekan laju pertumbuhan penduduk dengan program Keluarga Berencana (KB) cukup berpengaruh besar dilihat dari tahun ke tahun. Awal tahun 2020 dimana wabah Covid-19 melanda Indonesia hingga melumpuhkan hampir semua sektor, dalam hal ini termasuk pelayanan Keluarga Berencana yang menurun karena adanya pembatasan sosial berskala besar yang tidak memungkinkan untuk rutin datang ke fasilitas kesehatan. Penting sekali untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada para ibu-ibu pengguna alat kontrasepsi untuk bijak dalam memilih alat kontrasepsi yang digunakan. Kontrasepsi efektif dan jangka panjang sangat disarankan karena memiliki kemanfaatan bagi penggunanya, peran suami dalam hal dukungan untuk pemakaian alat kontrasepsi bagi pasangan sangat diharapkan karena mengingat masih minimnya peran suami dalam mendukung pasangannya menggunakan alat kontrasepsi. Motivasi dan apresiasi dari bidan sebagai salah satu pemberi pelayanan KB di masyarakat yang cukup besar berpengaruh kepada akseptor atas keikutsertaannya menjadi bagian dari proram KB. Bidan juga dituntut untuk dapat melakukan kerja sama dengan pemberi pelayanan KB yang lain, sehingga keberhasilan program KB untuk dapat mewujudkan keluarga kecil berkualitas sesuai dengan program Pemerintah dapat tercapai.

Daftar Referensi

- [1] Prijatni I. Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana. Jakarta: Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan; 2016.
- [2] Kementerian Kesehatan. Survey Demografi Kesehatan Indonesia: Ringkasan Kajian Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Pusat Pendidikan Sumber Daya Kesehatan; 2018.
- [3] Kementerian Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar: Bina Kesehatan Gizi Ibu Dan Anak. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Pusat Pendidikan Sumber Daya

Manusia Kesehatan.; 2018.

- [4] Afandi B. Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo; 2011.
- [5] Mulati E. Rencana Program Penurunan AKI 2022 – 2024. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Pusat Pendidikan Sumber Daya Kesehatan; 2020.
- [6] Marmi. Buku Ajar Pelayanan KB. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2016.
- [7] Romauli S. Kesehatan Reproduksi Buat Mahasiswi Kebidanan. Yogyakarta: Nuha Medika; 2011.
- [8] Rahayu IP dan S. Praktikum Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan; 2016.
- [9] Kara WSK, Benedicto M, Mao J. Knowledge, attitude, and practice of contraception methods among female undergraduates in Dodoma, Tanzania. *Cureus*. 2019;11(4).
- [10] Lestari PP, Wati DP. Implementasi Asuhan Kebidanan Berkelanjutan (Continuity Of Care Midwifery) Di Wilayah Kerja Puskesmas Gadang Hanyar Kota Banjarmasin. *J Kaji Ilm Kesehat dan Teknol*. 2021;3(1):23–9.