



## Pemilihan Alat Kontrasepsi Terhadap Ibu Menyusui Di Posyandu Sedap Malam 27

**Andriya Syahriyatul Masrifah\*<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>STIKES BHAKTI AL-QODIRI

<sup>1</sup>Program Studi D3 Kebidanan

\*e-mail: [Andriyasyahriyatul2016@gmail.com](mailto:Andriyasyahriyatul2016@gmail.com)

Nomor Handphone Untuk keperluan koordinasi : -

### **Abstrak**

*Makanan bayi yang penting di bulan – bulan pertama terdapat pada ASI. Kebutuhan akan alat kontrasepsi yang aman bagi produksi ASI menjadikan focus yang utama bagi ibu – ibu yang seang menyusui. Jenis artikel menggunakan metode biostatistik adalah analitik korelasional menggunakan pendekatan Cross Sectional. Produksi ASI yang kurang dikarenakan pemakaian kontrasepsi hormonal yang mengandung zat yang bernama estrogen. Ibu menyusui. Pencaraian informasi yang tepat kepada tenaga kesehatan misalnya dokter atau bidan terdekat tentang pemilihan alat kontrasepsi yang aman bagi ibu menyusui adalah saran yang tepat.*

**Kata kunci:** pemberian informasi, alat kontrasepsi, air susu ibu

### **Abstract**

*Important baby food in the first months is found in breast milk. The need for safe contraceptives for breast milk production is the main focus for mothers who are breastfeeding. This type of article using the biostatistical method is correlational analysis using a cross sectional approach. Less milk production is due to the use of hormonal contraception which contains a substance called estrogen. Breastfeeding mothers. Searching for the right information from health workers, for example the closest doctor or midwife about choosing contraceptives that are safe for breastfeeding mothers is the right advice.*

**Keywords:** provision of information, contraception, breast milk

## **1. PENDAHULUAN**

Alat kontrasepsi yang diminati oleh kebanyakan masyarakat saat ini adalah injeksi, yang berisi kandungan campuran hormon turunan estrogen dan progesteron serta untuk 1 bulanan dan turunan hormon progesteron. Injeksi yang diberikan pada ibu menyusui adalah yang mempunyai kandungan progestin. Hormon progestin mempunyai keunggulan yaitu tidak mempengaruhi produksi air susu ibu sehingga direkomendasikan untuk ibu pada masa menyusui (Hariyanti, 2017).

Kandungan dari air susu ibu berisi zat yang penting untuk pertumbuhan (Safitri, 2016). Kendala dalam kehidupan sehari – hari yaitu masalah cara pemberian dan posisi saat menyusui bayi sehingga menyebabkan keluarnya air susu ibu tidak lancar. Kejadian tersebut mendikan penyebab faktor rendahnya cakupan pemberian air susu eksklusif kepada bayi baru lahir (Wulandari & Handayani 2011).

Penyuluhan tentang pemilihan kontrasepsi hormonal menjadikan pengetahuan dan pendidikan yang sangat penting dan diperlukan bagi ibu yang menyusui. Pada masa nifas diperlukan pengetahuan tentang perawatan payudara yang berisikan tindakan menguatkan dan melenturkan puting susu sehingga air susu dapat keluar dengan lancar dan banyak serta menjaga kebersihan payudara. Harapan dari penyuluhan tersebut supaya ibu menyusui dapat memberikan air susunya dengan lancar sekaligus dengan penggunaan alat kontrasepsi untuk membantu mencegah kehamilan berikutnya (Prasetyono, 2012).

## 2. METODE

Pengabdian masyarakat diselenggarakan di Posyandu Dahlia Desa Patemon Kabupaten Jember dengan tema pemberian informasi dan penjelasan tentang sebagai data dalam upaya penambahan ilmu pengetahuan tentang gizi pada remaja sebanyak 50 orang. Pelaksanaan kegiatan ini mempunyai beberapa tahapan, diantaranya:

### a. Tahap Persiapan

Pengamatan keadaan dilakukan dalam tahap ini yaitu dengan pengamatan pada keadaan remaja Observasi dilakukan dengan mengamati keadaan remaja dan mencari permasalahan apa yang dihadapi berkaitan dengan gizi.

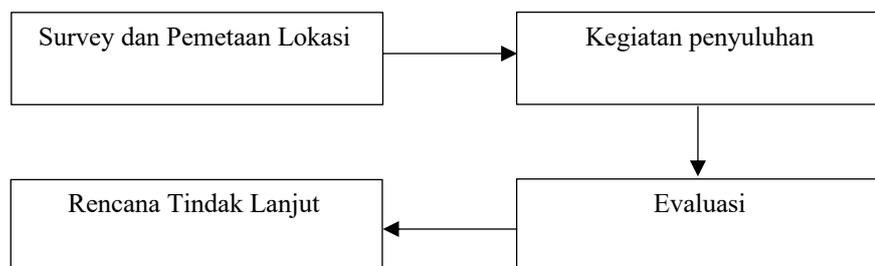
### b. Pelaksanaan Program

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan diantaranya, : a) Mempersiapam alat beserta bahan, b) benner dan pamflet, c) Kegiatan penyuluhan d) Evaluasi. Pelaksanaan pada tanggal 20 September 2022.

### c. Tahap Evaluasi

Kegiatan evaluasi dilakukan untuk pemilihan alat kontrasepsi terhadap ibu menyusui di posyandu sedap malam 27. Diperoleh hasil tahap evaluasi.

Pada kegiatan ini, alur pelaksanaan dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Plot Pelaksanaan Progam

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Alat kontrasepsi suntikan mempunyai jumlah peminatan akseptor KB yang paling banyak. Suntikan berisikan hormonal dari jenis progestin sehingga aman untuk menyusui karena tidak mempengaruhi kuantitas dan kualitas dari air susu ibu (BKKBN, 2013). Kegiatan ini dilakukan sebagai bentuk pengabdian masyarakat terutama dalam pemilihan alat kontrasepsi terhadap ibu menyusui di posyandu sedap malam 27.

Penggunaan survey lokasi bertujuan pemilihan tempat yang akan digunakan untuk tempat pelaksanaan program. Kemudian persiapan alat beserta bahan yang . Alat dan bahan yang digunakan sebagai media penyuluhan adalah leaflet. Famleft disebar kemudian dilakukan evaluasi. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui pemilihan kontrasepsi yang dimiliki oleh ibu - ibu sebelum dan sesudah penyuluhan.



Berikut ini adalah evaluasi pemilihan alat kontrasepsi terhadap ibu menyusui di posyandu sedap malam 27

Tabel 1. pemilihan alat kontrasepsi terhadap ibu menyusui di posyandu sedap malam 27

Pengetahuan	Hasil
Pre	Cukup
Post	Baik

Kesimpulan dari tabel diatas adalah bahwa kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan. Edukasi merupakan salah satu cara dalam meningkatkan pengetahuan terhadap pemilihan kontrasepsi pada ibu-ibu menyusui. Edukasi perlu dilakukan secara berkala terutama dalam beberapa kasus yang saat ini masih asing dan pengetahuan masyarakat akan hal tersebut masih sangat kecil sehingga dengan adanya penyuluhan yang baik maka akan tercipta kesehatan mental yang baik pula.

#### 4. KESIMPULAN

Kesimpulan yang didapatkan yaitu adanya penambahan ilmu pengetahuan didapatkan dalam pemilihan kontrasepsi pada ibu – ibu menyusui.

Harapan yang didapatkan adalah :

1. Rajin mengikuti penyuluhan yang berhubungan dengan kontrasepsi hormonal,
2. Pencairan informasi kepada tenaga kesehatan bidan/tenaga kesehatan agar tidak salah memilih kontrasepsi

#### UCAPAN TERIMA KASIH (Bila Perlu)

-

#### DAFTAR PUSTAKA

Risbinakes 2017. Peraturan Menteri Kesehatan RI No 41 Tentang Pedoman Gizi Seimbang, (2014). <https://doi.org/10.1038/132817a0>

Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi Gizi yang Dianjurkan, (2019). Notoatmodjo, S. (2007). Ilmu Perilaku. Rineka Cipta. Supariasa, I. D. N. (2013). Pendidikan dan Konsultasi Gizi. Penerbit Buku Kedokteran ECG.

Susetyowati. (2017). Gizi Remaja. In Hardinsyah & I. nyoman Supariasa (Eds.), Ilmu Gizi, Teori dan Aplikasi. Penerbit Buku Kedokteran ECG.