JURNAL ASTA
Abdi Masyarakat Kita
Vol. 04 No.02, Juli 2024

EDUKASI LANGKAH-LANGKAH PENGGUNAAN OBAT KONTRASEPSI (PIL KB) KOMBINASI YANG AMAN

Email: deni.setiawan@ulm.ac.id

Deni Setiawan[1]
[1]Farmasi FMIPA Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru

Samsul Hadi[3]
[3]Farmasi FMIPA Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru

Ahmad Fajri[2]
[2]PSPPA FMIPA Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru

Rosiana Aryani[4]
[4]Apotek Kimia Farma 61 Veteran, Banjarmasin

Article History:
Received: 2024-07-02
Revised: 2024-07-10
Accepted:2024-07-12

Abstract : *Individuals and couples' reproductive health greatly benefits from the use of contraception since it enables them to plan and manage pregnancy. The general public is intended to receive information regarding the usage of combined birth control pills from this health promotion. In August and September, events were held at the Kimia Farma Veteran Banjarmasin drugstore. A pretest and posttest are used to evaluate the activities. 26 women, most of whom were in their 21s to 40s and prolific, attended the event. The findings of the pretest, which had an average percentage of accurate answers of 75.34%, and the posttest, which had an average percentage of correct answers of 99.2%, differ from one another. The findings indicate a rise in public awareness, which should influence how the general public and patients behave when taking combined birth control tablets as prescribed.*

Keywords : *Birth Control Pills, Pregnancy, Women, Contraception*

JURNAL ASTA
Abdi Masyarakat Kita
Vol. 04 No.02, Juli 2024

Riwayat Artikel :
Diajukan : 12-07-2024
Diperbaiki : 10-07-2024
Diterima : 12-07-2024

Abstrak : Kontrasepsi adalah bagian penting dari kesehatan reproduksi individu dan pasangan karena memungkinkan mereka untuk merencanakan dan mengatur kehamilan. Promosi kesehatan ini bertujuan untuk memberikan informasi tentang penggunaan pil KB kombinasi kepada masyarakat secara umum. Kegiatan dilaksanakan di apotek Kimia Farma Veteran Banjarmasin pada periode Agustus dan September. Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan pretest dan postest. Kegiatan diikuti oleh 26 wanita sebagian besar usia produktif 21-40 tahun. Terdapat perbedaan hasil dari pretest dengan persentase rata-rata jawaban benar sebesar 75,34% dan hasil dari posttest persentase rata-rata jawaban benar sebesar 99,2%. Hasil yang didapatkan menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat yang harapannya dapat merubah perilaku masyarakat atau pasien ketika menggunakan pil kb kombinasi secara benar.

Kata kunci: Hamil, Kontrasepsi, Pil KB, Wanita,

Pendahuluan

Kehamilan yang tidak direncanakan masih menjadi masalah serius di banyak negara. Penggunaan yang tidak tepat atau kurangnya pemahaman tentang kontrasepsi dapat meningkatkan risiko kehamilan tidak diinginkan. Indonesia memiliki laju pertumbuhan populasi yang relatif tinggi. Oleh karena itu, program Keluarga Berencana (KB) dibuat oleh pemerintah untuk mengontrol pertumbuhan penduduk. Kontrasepsi adalah bagian penting dari kesehatan reproduksi individu dan pasangan karena memungkinkan mereka untuk merencanakan dan mengatur kehamilan agar tidak terjadi kehamilan yang tidak diinginkan (Yanti dan Wirastri, 2023).

Ada berbagai jenis kontrasepsi yang tersedia, termasuk pil, suntikan, perangkat intrauterin (IUD), implant, dan kontrasepsi darurat. Setiap jenis memiliki kelebihan, kekurangan, dan instruksi penggunaan yang berbeda. Pil merupakan salah satu kontrasepsi yang banyak disukai oleh masyarakat karena memiliki efek samping yang paling rendah dan mudah digunakan. Hormon yang terkandung dalam pil ini berfungsi untuk mencegah kehamilan dengan menghentikan ovulasi atau mengentalkan lendir serviks, yang menghalangi sperma untuk mencapai sel telur. Pengetahuan tentang berbagai jenis pil, cara

penggunaan yang tepat, dan potensi efek samping sangat penting. Pentingnya mengonsumsi pil pada waktu yang sama setiap hari juga dapat meningkatkan efektifitas secara signifikan (Zulfa dan Handayani, 2022).

Kebutuhan dan preferensi masing-masing pasien berbeda. Oleh karena itu, sangat penting bagi apoteker untuk memberikan konsultasi pribadi yang mempertimbangkan kebutuhan kontrasepsi individu, riwayat medis, dan gaya hidup. Selain itu, sangat penting untuk mengatasi kekhawatiran atau kesalahpahaman yang mungkin dimiliki pengguna kontrasepsi oral. Saat mengajarkan mereka cara meminum kontrasepsi oral dengan benar, sangat penting untuk menekankan bahwa melewatkan dosis yang ditetapkan atau melewatkan dosis secara berkala dapat secara signifikan mengurangi efektivitas pencegahan kehamilan. Orang dapat menjadi lebih terbiasa mengonsumsi pil dengan membuat pengingat atau memasukkannya ke dalam rutinitas harian mereka (Hadriani dan Rafika, 2018).

Selain itu, mengingat betapa pentingnya berkonsultasi secara teratur dengan dokter untuk memantau dan menyesuaikan metode kontrasepsi dapat meningkatkan hasil dan keamanan metode ini. Apotek dapat memainkan peran penting dalam memberdayakan individu untuk membuat pilihan kesehatan reproduksi yang tepat dengan memberikan pendidikan yang menyeluruh dan akurat tentang metode kontrasepsi. Data WHO menunjukkan bahwa tingkat kegagalan pil KB paling tinggi jika dibandingkan dengan metode kontrasepsi lainnya, mencapai 90 per 1000 orang. Tingkat kegagalan ini dapat disebabkan oleh banyak hal, termasuk kurangnya pengetahuan akseptor pil KB tentang cara pemakaian pil KB dengan benar (Sailan dkk. 2019). Oleh karena itu, promosi kesehatan ini akan memberikan informasi tentang penggunaan pil kb kombinasi agar masyarakat memahaminya dengan benar.

Metode

Promosi kesehatan dilaksanakan pada hari pelayanan mulai Agustus hingga September 2023 di aptek Kimia Farma Veteran Kota Banjarmasin. Metode promosi kesehatan yang digunakan yaitu ceramah. Tahap pertama dilaksanakan *pretest*, kemudian dilanjutkan pemaparan materi, tahap diskusi dan tanya jawab dengan peserta dan diakhiri dengan tahapan *postest* untuk mengetahui tingkat pemahaman dari peserta. Kegiatan ditujukan pada ibu masyarakat secara umum yang berobat ke apotek Kimia Farma dan sedang menggunakan

Pil KB atau kontrasepsi oral. Kegiatan ini bertujuan untuk untuk mensosialisasikan tentang langkah-langkah penggunaan Pil KB yang benar untuk mencegah kehamilan dan mengurangi efek samping. Beberapa pernyataan digunakan mengevaluasi pengetahuan penggunaan Pil KB yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Soal evaluasi *pretest* dan *postest*

No	Soal *Pretest* dan *Postest*	Pilihan Jawaban (√)	
		Benar	Salah
1.	PIL KB kombinasi dapat digunakan oleh semua wanita tanpa terkecuali		
2.	Minum PIL KB pada waktu yang sama setiap hari meningkatkan efektivitas kontrasepsi		
3.	Menggunakan PIL KB kombinasi tidak memerlukan pemeriksaan kesehatan awal		
4.	Menghentikan penggunaan PIL KB secara mendadak dapat menyebabkan gangguan siklus menstruasi		
5.	PIL KB kombinasi juga melindungi terhadap infeksi menular seksual (IMS)		

Alat yang digunakan untuk membantu edukasi dilengkapi dengan media berupa *leaflet* sebagai sarana untuk membantu menyampaikan pesan kepada masyarakat. Media *leaflet* dipilih karena karena praktis, ringkas dan dapat dibaca kapan saja (Azhara dkk. 2024). Materi *leaflet* memuat tentang definisi KB, manfaat KB, jenis metode KB, efek samping pil KB, Kontraindikasi oil KB dan aturan jika lupa minum pil KB.

Hasil dan Diskusi

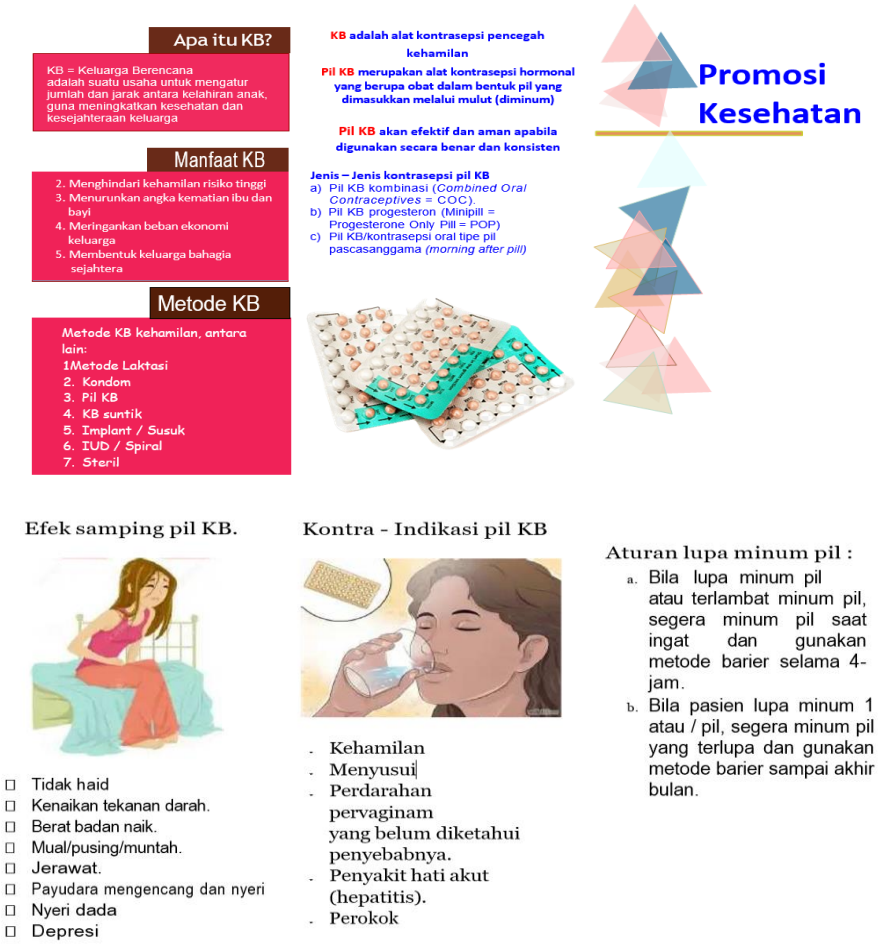
Kegiatan promosi kesehatan dengan tema Cara penggunaan pil kb kombinasi yang dilaksanakan di Apotek Kimia Farma Veteran yang memiliki kerja sama dengan BPJS kesehatan untuk melayani pasien dokter keluarga dan pasien rujuk balik (PRB). Target promosi kesehatan ini adalah pasien wanita yang menunggu obat atau menunggu antrian konsultasi pada dokter. Peserta promosi kesehatan ini termasuk dewasa yang didominasi kategori usia produktif. Pasien yang bersedia menjadi peserta promosi kesehatan adalah 26 orang. Adapun data pasien yang ikut dalam kegiatan adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Karakteristik pasien

No	Karakteristik	Kategori	Jumlah (n=26)	Persentase (%)
1	Usia	≤ 20 Tahun	1	3,85
		21-30 Tahun	12	46,15
		31-40 Tahun	11	42,3
		≥ 41 Tahun	2	7,7

2	Status pekerjaan	Bekerja	18	69,2
		Ibu Rumah Tangga	8	30,8

Sebagian besar pasien berada pada rentang usia 21 hingga 40 tahun yang termasuk dalam usia produktif. Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan pil KB kombinasi banyak diminati pada usia produktif. Hasil ini sesuai dengan beberapa penelitian sebelumnya bahwa usia < 35 tahun lebih banyak menggunakan Pil KB (Fitriani dkk. 2019). Sebagian besar responden memiliki pekerjaan yang dapat berhubungan dengan pola penggunaan Pil KB dan pengetahuan pasien. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan pasien antara lain usia, status pekerjaan, pendidikan, informasi serta pengalaman (Barokah dan Melani, 2020). Pengalaman merupakan salah satu faktor yang berpengaruh karena munculnya efek samping. Setiap individu dapat mengalami efek samping yang berbeda pada penggunaan Pil KB sehingga penting memberikan edukasi dan informasi efek samping saat pemberian obat ini.



Gambar 1. *Leaflet* edukasi pil KB

Promosi kesehatan diawali dengan perkenalan diri dari pemateri dan menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan promosi kesehatan serta ketersediaan pasien melaksanakan kegiatan promosi kesehatan. *Pretest* dilakukan secara lisan dan dilanjutkan dengan memberikan media promosi kesehatan berupa *leaflet* dan materi. Sesi tanya jawab dilakukan setelah materi diberikan baik tentang materi maupun kondisi yang pernah dialami peserta promosi kesehatan. Kegiatan selanjutnya yaitu verifikasi materi yang merupakan *posttest* untuk memastikan terjadinya perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah promosi kesehatan.

Tingkat pengetahuan target promosi kesehatan dinilai berdasarkan hasil jawaban *pretest* dan *posttest* yang berisi 5 pertanyaan yang sama. Pertanyaan yang diberikan merupakan pertanyaan benar atau salah. Hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Hasil Jawaban evaluasi *Pretest* dan *Posttest*

No	Soal *Pretest* dan *Postest*	Jumlah Jawaban Benar (n = 26) (%)	
		Pretest	***Postest***
1.	PIL KB kombinasi dapat digunakan oleh semua wanita tanpa terkecuali	15 (57,7)	25 (96,15)
2.	Minum PIL KB pada waktu yang sama setiap hari meningkatkan efektivitas kontrasepsi	20 (76,9)	26 (100)
3.	Menggunakan PIL KB kombinasi tidak memerlukan pemeriksaan kesehatan awal	18 (69,2)	26 (100)
4.	Menghentikan penggunaan PIL KB secara mendadak dapat menyebabkan gangguan siklus menstruasi	22 (84,6)	26 (100)
5.	PIL KB kombinasi juga melindungi terhadap infeksi menular seksual (IMS)	23 (88,5)	26 (100)
	Rata-rata	19,6 (75,34)	25,8 (99,2)

Hasil yang didapatkan menunjukkan terdapat perbedaan hasil dari *pretest* dengan persentase rata-rata jawaban benar sebesar 75,34% dan hasil dari *posttest* persentase rata-rata jawaban benar sebesar 99,2%. Hasil yang didapatkan menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat yang harapannya dapat merubah perilaku masyarakat atau pasien ketika menggunakan pil kb kombinasi secara benar. Kegiatan berjalan dengan baik dan terdapat beberapa pertanyaan yang muncul sebagai berikut:

Tabel 4. Tanya jawab edukasi pil KB kombinasi

No	Pertanyaan	Jawaban
1	**Bagaimana cara kerja PIL KB kombinasi?**	PIL KB kombinasi mencegah kehamilan dengan tiga cara utama: menghentikan ovarium dari melepaskan sel telur (ovulasi), menebalkan lendir serviks untuk mencegah sperma mencapai sel telur, dan menipiskan lapisan rahim untuk mencegah implantasi sel telur yang dibuahi (Widodo, 2012).
2	**Apa yang harus dilakukan jika saya lupa minum dua atau lebih pil berturut-turut?**	Jika Anda lupa minum dua pil berturut-turut, minum dua pil segera setelah ingat dan dua pil lagi pada hari berikutnya. Lanjutkan dengan satu pil per hari seperti biasa dan gunakan metode kontrasepsi tambahan seperti kondom selama 7 hari ke depan (Barus dkk. 2023).
3	**Apakah ada efek samping dari PIL KB kombinasi?**	Beberapa efek samping yang umum termasuk mual, sakit kepala, pendarahan di luar siklus menstruasi, perubahan mood, dan nyeri payudara. Efek samping ini biasanya berkurang setelah beberapa bulan penggunaan (Sagita dan Rudini, 2022)
4	**Apakah PIL KB kombinasi aman digunakan dalam jangka panjang?**	PIL KB kombinasi umumnya aman untuk penggunaan jangka panjang pada wanita sehat. Namun, penting untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala dan berkonsultasi dengan dokter untuk memastikan bahwa PIL KB masih merupakan pilihan yang tepat untuk anda (Pitoy dkk. 2018)
5	**Apakah saya perlu istirahat dari PIL KB setelah beberapa tahun penggunaan?**	Tidak ada kebutuhan medis untuk beristirahat dari PIL KB. Namun, beberapa wanita memilih untuk berhenti sebentar untuk melihat apakah siklus menstruasi mereka kembali normal. Konsultasikan dengan dokter sebelum membuat keputusan tersebut (Himalaya dan Maryani, 2022)
6	**Apa yang harus dilakukan jika saya mengalami muntah atau diare setelah minum PIL KB?**	Jika Anda muntah dalam waktu 2 jam setelah minum pil, minum pil lain segera. Jika Anda mengalami diare berat selama lebih dari 24 jam, perlakukan setiap hari sebagai hari lupa minum pil dan gunakan metode kontrasepsi tambahan seperti kondom hingga kondisi membaik

Kesimpulan

Kesimpulan dari promosi kesehatan tentang cara penggunaan pil kb kombinasi ini adalah masyarakat mendapatkan informasi Cara penggunaan pil kb kombinasi. Meningkatnya

pengetahuan masyarakat terkait Cara penggunaan pil kb kombinasi dengan peningkatan persentase nilai setelah dilakukannya promosi kesehatan dari 56,67% ke 100%. Peningkatan pengetahuan masyarakat diharapkan dapat mengurangi kegagalan pemakaian pil kb kombinasi sehingga tidak terjadi kehamilan yang tidak diinginkan.

Ucapan Terimakasih

Para pelaksana kegiatan mengucapkan terimakasih kepada Apotek Kimia Farma Veteran banjarmasin dan Universitas Lambung Mangkurat dalam mendukung kegiatan ini.

Daftar Pustaka

Azhara, Desiya Ramayanti, dkk. "Kampanye Resistensi Antibiotik Di RSUD Sultan Suriansyah Banjarmasin." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Panacea*, vol. 2, no. 1, Februari 2024, hlm. 1. *DOI.org (Crossref)* https://doi.org/10.20527/jpmp.v2i1.10143.

Barokah, Liberty, dan Farunti Iga Melani. "Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Kontrasepsi Pil." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, vol. 12, no. 2, Desember 2020, hlm. 1037–43. *DOI.org (Crossref)*, https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.456.

Barus, Sada Perarih Br, dkk. *Faktor-Faktor Penggunaan Kontrasepsi Pil Kombinasi 1 Bulan Di Desa Purwobinangun Kec. Sei Bingai Kabupaten Langkat*. no. 4, 2023.

Fitriani, dkk. "Long Use Of Kb Pil Contraception With Hypertension Events In Kb Acceptor Community Health Center." *Journal Life Birth*, vol. 3, no. 1, 2019, hlm. 15–26, https://doi.org/10.37362/jlb.v3i1.292.

Hadriani, dan Rafika. "Lama Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Sangurara Kota Palu." *Jurnal Kesehatan Manarang*, vol. 4, no. 2, 2018, hlm. 69–74.

Himalaya, Dara, dan Deni Maryani. "Pemberian Komunikasi Informasi Edukasi (KIE) Alat Kontrasepsi Pil Progestin Di Era Pandemi Covid-19 pada Ibu Post Partum Di Praktik Mandiri Bidan (Pmb) Kota Bengkulu." *Dharma Raflesia : Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS*, vol. 20, no. 1, Juni 2022, hlm. 105–14. *DOI.org (Crossref)*, https://doi.org/10.33369/dr.v20i1.20036.

Pitoy, Olivia Gabby, dkk. "Gambaran Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Pil dan Kejadian Hipertensi pada Wanita Usia Subur Di Wilayah Kerja Puskesmas Taratara Kecamatan Tomohon Barat." *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, vol. 1, no. 1, hlm. 1–11.

Sagita, Lian, dan Dini Rudini. "Gambaran Efek Samping Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal Padaakseptor Kontrasepsi Hormonal Di Kota Jambi." *Pinang Masak Nursing*

Journal, vol. 1, no. 1, 2022, hlm. 72–93. *Zotero*, https://online-journal.unja.ac.id/jpima.

Sailan, Novia Purwaningsih, dkk. "Penggunaan Metode Kontrasepsi pada Wanita Usia Subur Dengan Siklus Menstruasi Di Puskesmas." *JURNAL KEPERAWATAN*, vol. 7, no. 2, Oktober 2019. *DOI.org (Crossref)*, https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.27474.

Widodo, F. Y. *Efek Pemakaian Pil Kontrasepsi Kombinasi Terhdap Kadar Glukosa Darah*. Universitas Wijaya Kusuma Surabaya, 2012.

Yanti, Eka Mustika, dan Dwi Wirastri. "Edukasi Pentingnya Keluarga Berencana (KB) Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Pemilihan Alat Kontrasepsi Pada Wanita Usia Subur (Wus) Di Dusun Anjani Timur Desa Anjani Kecamatan Suralaga Kabupaten Lombok Timur." *Indonesian Journal of Community Dedication (IJCD)*, vol. 5, no. 1, 2023, hlm. 7–12.

Zulfa, Ilil Maidatuz, dan Widya Handayani. "Keamanan Obat Untuk Ibu Hamil Dan Menyusui." *Jurnal Abdi Masyarakat Kita*, vol. 2, no. 1, Januari 2022, hlm. 13–25. *DOI.org (Crossref)*, https://doi.org/10.33759/asta.v2i1.205.