

## **PENGUNAAN MEDIA *E-BOOK* DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN WANITA USIA REPRODUKTIF MENGENAI METODE KONTRASEPSI**

Nurhayati<sup>1✉</sup>, Nurul Lidya<sup>2</sup>, Yunita Laila Astuti<sup>3</sup>

**Corresponding author:** nurhayati@poltekkesjakarta1.ac.id

<sup>1,2,3</sup> Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Jakarta I, Indonesia

**Genesis Naskah:** 13-05-2024, *Revised:* 13-06-2024, *Accepted:* 25-06-2024, *Available Online:* 28-06-2024

### **Abstrak**

Cakupan penggunaan alat kontrasepsi yang masih rendah disebabkan karena belum optimalnya pelayanan Komunikasi, Informasi, Edukasi mengenai metode kontrasepsi. Penggunaan media *e-book* sebagai media perlu diperhitungkan karena biaya yang terjangkau, serta dapat menampung informasi dengan kemasan menarik berpengaruh terhadap pengetahuan akseptor mengenai kontrasepsi. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan melaksanakan pendidikan kesehatan bagi wanita usia subur di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Cilandak Barat, Kecamatan Cilandak, Jakarta Selatan agar meningkatkan pengetahuan tentang metode kontrasepsi. Waktu pelaksanaan kegiatan dimulai pada bulan Maret sampai dengan November 2023 dengan sasaran 30 wanita usia subur. Kegiatan dilakukan sesuai jadwal kegiatan dengan memberikan penyuluhan dan diskusi memanfaatkan media *e-book*. *E-book* ini berisi informasi tentang jenis, manfaat, efek samping, kekurangan dan kelebihan masing-masing metode alat kontrasepsi. Sebelum diberikan penyuluhan, peserta dilakukan pre-tes terlebih dahulu untuk mengetahui tingkat pengetahuan terhadap metode kontrasepsi. Rerata skor pre-tes 25.33. Pada akhir rangkaian kegiatan, post-tes dilakukan dengan rerata 67.33. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan wanita usia subur mengenai metode kontrasepsi. Diharapkan bahwa dengan meningkatnya pengetahuan tentang berbagai metode kontrasepsi beserta kelebihan dan kekurangannya, dapat membantu wanita usia subur dalam menentukan metode kontrasepsi yang tepat sesuai kondisi dan kebutuhannya.

**Kata Kunci :** Kontrasepsi, *e-book*, wanita usia subur

## ***THE USE OF E-BOOK MEDIA IN IMPROVING THE KNOWLEDGE OF CONTRACEPTIVE METHODS AMONG REPRODUCTIVE AGE WOMEN***

### **Abstract**

*The low contraceptive coverage is due to the lack of optimal communication, information and education services on contraceptive methods. The use of e-books as a medium should be considered, as the cost is affordable and the information can be packaged in an attractive way that influences the recipient's knowledge about contraception. This community service program aimed to provide health education to women of reproductive age in the Community Health Center area of West Cilandak village, Cilandak district, South Jakarta, to increase their knowledge of contraceptive methods. The implementation period of the activity started in March until November 2023 with a target of 30 women of reproductive age. Activities has been carried out according to the activity plan through counselling and discussion using e-book media. The e-book contains information on the types, benefits, side effects, disadvantages and advantages of each contraceptive method. Prior to the counselling session, participants were given a pre-test to determine their level of knowledge about contraceptive methods. The average pre-test score was 25.33. At the end of the series of activities, a post-test was given with an average score of 67.33. These results show that knowledge of contraceptive methods was increasing among women of reproductive age. It is hoped that the increased knowledge of different contraceptive methods and their advantages and disadvantages will help women of reproductive age to choose their contraceptive method according to their conditions and needs.*

**Keywords:** Contraception, *e-book*, reproductive women

## Pendahuluan

Pada tahun 2015, Indonesia menjadi negara dengan jumlah penduduk terbesar di ASEAN (*Association Of South East Asia Nations*), yaitu sejumlah 255,6 juta penduduk dan diproyeksikan meningkat dengan tingkat pertumbuhan sebesar 0,90-0,94% pada tahun 2030. Tingkat fertilitas di negara berkembang, termasuk Indonesia, cenderung tinggi dibandingkan dengan negara maju, yang dipengaruhi oleh status ekonomi, sosial, dan penggunaan kontrasepsi (Badan Pusat Statistik et al., 2018). Pemerintah mengambil suatu upaya strategis untuk menekan tingginya laju pertumbuhan penduduk melalui program keluarga berencana (BKKBN, 2017).

Keberhasilan program keluarga berencana didukung oleh adanya peningkatan pemakaian alat dan obat kontrasepsi. Berdasarkan hasil pendataan keluarga oleh BKKBN tahun 2021, tingkat prevalensi pasangan usia subur yang menggunakan KB di Indonesia adalah 57,4% (Kemenkes RI, 2022). Metode kontrasepsi yang paling banyak digunakan yaitu suntik (59,9%) dan pil (15,8%) (Kemenkes RI, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa pasangan usia subur lebih banyak yang memutuskan untuk menggunakan metode kontrasepsi jangka pendek dibandingkan jangka panjang. Di sisi lain, efektivitas metode kontrasepsi jangka pendek lebih rendah dalam pengendalian kehamilan (Kemenkes RI, 2022) sehingga penyediaan akses informasi dan promosi kesehatan mengenai berbagai metode kontrasepsi masih perlu dilakukan.

Program pemberian informasi tentang metode kontrasepsi merupakan salah satu kegiatan

esensial untuk meningkatkan keikutsertaan dalam penggunaan KB pada wanita usia subur. Berdasarkan Profil Kesehatan DKI Jakarta tahun 2022, terdapat 1.904.802 pasangan usia subur (PUS). Dari jumlah tersebut, sebesar 75,51% tercatat menggunakan metode kontrasepsi, dengan proporsi tertinggi yaitu suntik sebanyak 38,91%, lalu diikuti metode AKDR sebesar 13,22%, dan pil sejumlah 13,22% (Dinas Kesehatan DKI Jakarta, 2022).

Di Jakarta Selatan, peserta aktif metode keluarga berencana (KB) sebesar 333,044 (82,76%) dari total 402,410 PUS (Dinas Kesehatan DKI Jakarta, 2022). Dari total peserta aktif tersebut, mayoritas menggunakan KB suntik, yaitu sebesar 44,24%, sedangkan paling rendah adalah metode operasi pria (MOP) sejumlah 0,09%, diikuti metode operasi wanita (MOW) sejumlah 1,17% (Dinas Kesehatan DKI Jakarta, 2022).

Pengetahuan menjadi salah satu faktor penggunaan KB, dimana pengetahuan terhadap alat kontrasepsi merupakan pertimbangan dalam menentukan metode kontrasepsi yang digunakan. Salah satunya dalam pemilihan metode kontrasepsi non-hormonal, berdasarkan hasil penelitian Luba & Rukinah (2021), menunjukkan bahwa mereka yang berpengetahuan kurang memiliki kecenderungan 2,967 kali lebih rendah dalam menggunakan kontrasepsi non-hormonal pada dibandingkan dengan mereka yang berpengetahuan baik (Luba & Rukinah, 2021).

Analisis data SDKI 2017 menyatakan bahwa berbagai faktor menunjang pasangan usia subur dalam menggunakan kontrasepsi, di

antaranya usia perempuan, jumlah anak yang masih hidup, tingkat pendidikan, indeks kekayaan, dan akses terhadap informasi (Gafar et al., 2020), sedangkan faktor yang menunjang penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang yaitu umur, paritas, pekerjaan, biaya pemasangan atau penggunaan metode kontrasepsi, serta pengambilan keputusan (Husnul Khatimah et al., 2022). Studi oleh Gafar et al (2020) menekankan agar memanfaatkan strategi dan cara yang inovatif dalam memberikan pendidikan kesehatan dan promosi tentang pentingnya penggunaan kontrasepsi.

Penelitian yang dilakukan berbagai ahli menunjukkan bahwa berbagai jenis media dapat dimanfaatkan untuk menunjang penyampaian informasi, salah satunya media *e-book*. *Elektronic book* atau yang biasa disebut *e-book* merupakan buku yang berbentuk elektronik dengan memanfaatkan teknologi komunikasi dan informasi (Martha et al., 2018). *E-book* berbasis *mobile learning* dapat mempermudah pengguna karena dapat digunakan melalui jarak jauh sehingga dapat diakses dari manapun dan kapanpun. Selain itu, penggunaan *e-book* dapat membantu memvisualisasikan materi yang sulit dibayangkan atau abstrak menjadi lebih jelas dan mudah dipahami (Martha et al., 2018).

Penggunaan *e-book* sebagai media juga perlu dipertimbangkan karena biaya yang terjangkau, serta dapat menyampaikan informasi dengan lebih menarik. Meskipun desain *e-book* juga mempertimbangkan aspek kelayakan estetika agar menarik, namun juga harus tetap berdaya

guna sesuai fungsi utamanya, yaitu membawa informasi yang ingin disampaikan.

Puskesmas Kelurahan Cilandak Barat merupakan salah satu fasilitas kesehatan yang terletak di Jakarta Selatan yang ada di wilayah Kecamatan Cilandak. Jarak tempuh Puskesmas Kelurahan Cilandak Barat ke Kampus Program Studi DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta I ± 2 KM.

Dalam bidang kesehatan, masyarakat sudah mulai memahami pentingnya hidup sehat, namun masih masyarakat belum memanfaatkan fasilitas kesehatan khususnya mengenai pelayanan KB pada wanita usia subur. Hal ini yang merupakan salah satu alasan mengapa masyarakat perlu mengetahui tentang KB karena ingin menciptakan generasi yang sehat.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat yaitu Penggunaan Media *E-Book* Dalam Meningkatkan Pengetahuan Wanita Usia Reproduksi Mengenai Metode Kontrasepsi di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Cilandak Barat, Kecamatan Cilandak, Jakarta Selatan Tahun 2023.

### **Metode Pelaksanaan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan wanita usia subur tentang penggunaan kontrasepsi melalui media *e-book*. Sasaran kegiatan ini adalah wanita usia subur usia 15-49 tahun yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Cilandak Barat, Kecamatan Cilandak, Jakarta Selatan.

Adapun kegiatan yang dilaksanakan mencakup sosialisasi kegiatan, penyuluhan pada wanita usia subur, dan analisis hasil kegiatan.

### 1. Sosialisasi Kegiatan

Kegiatan dalam pengabdian masyarakat mulai pada bulan Maret sampai dengan November 2023 dan dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Cilandak Barat, Kecamatan Cilandak, Jakarta Selatan. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 30 orang.



**Gambar 1. Sampul E-Book Sebagai Media Penyuluhan Metode Kontrasepsi**

### 2. Penyuluhan

Tahapan kegiatan ini diawali dengan memberikan lembar pretest terlebih dahulu untuk mengetahui seberapa baik pengetahuan ibu hamil tentang kontrasepsi. Pada pertemuan selanjutnya ibu hamil dan pasangan diberikan penyuluhan mengenai jenis, manfaat, efek samping, kekurangan dan kelebihan metode alat kontrasepsi. Selain dihadiri oleh sasaran, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga dihadiri oleh kader dan tenaga kesehatan

dari Puskesmas Kelurahan Cilandak Barat serta Puskesmas Kecamatan Cilandak.



**Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan Metode Kontrasepsi**

### 3. Analisis Kegiatan

Pada tahap akhir kegiatan wanita usia subur diberikan posttest dengan pertanyaan seputar materi yang telah diberikan. Evaluasi kegiatan ini berdasarkan hasil pre dan posttest.

### Hasil dan Pembahasan

Hasil dari kegiatan ini tersaji dalam tabel berikut:

**Tabel 1. Gambaran Karakteristik Wanita Usia Subur di Wilayah Kerja Puskesmas Cilandak Barat Tahun 2023**

Karakteristik	n	%
<b>Umur</b>		
<20 dan >35 Tahun	6	20
20-35 Tahun	24	80
<b>Pendidikan</b>		
SD	4	13.3
SMP	7	23.3
SMA	10	33.3
Perguruan Tinggi	9	30.0
<b>Pekerjaan</b>		
IRT	17	56.7
PNS	1	3.3
Pegawai Swasta	12	40
<b>Paritas</b>		
2 Anak atau kurang	20	66.7
>2 Anak	10	33.3

Tabel 1. menunjukkan bahwa sebagian besar wanita usia subur dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Puskesmas Kelurahan Cilandak Barat berumur 20-35 tahun atau sebesar 80%. Sebagian besar wanita usia subur yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berlatar belakang pendidikan sekolah menengah atas (33.3%) dan perguruan tinggi (30%). Selain itu, diketahui bahwa sebagian besar Wanita usia subur yang terlibat dalam kegiatan ini memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, yaitu sebesar 56.7%. Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, sebagian besar wanita usia subur yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memiliki 2 anak atau kurang, yaitu sebanyak 66.7%.

**Tabel 2. Gambaran Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Metode Kontrasepsi di Wilayah Kerja Puskesmas Cilandak Barat Tahun 2023**

Pengetahuan	Mean	Min	Maks
Sebelum	25.33	0	55
Sesudah	67.33	40	90

Tabel 2. menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan wanita usia subur sebelum diberikan penyuluhan tentang kontrasepsi yaitu 25.33, sedangkan sesudah diberikan penyuluhan meningkat menjadi sebesar 67.33. Dari hasil tersebut, diperoleh bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada wanita usia subur setelah diberikan penyuluhan menggunakan media e-book.

Menurut Sanjaya (2014), diperlukan cara yang tepat, efektif, mudah dalam promosi kesehatan dan konseling yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, salah satunya dengan pemanfaatan media. Media dapat dimanfaatkan agar meningkatkan minat dan motivasi sehingga informasi dapat tersampaikan dengan lebih jelas (Sanjaya, 2014).

Media e-book “Yuk Ber-KB” yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini terbukti dapat meningkatkan pengetahuan wanita usia subur mengenai jenis-jenis kontrasepsi beserta manfaat maupun efek samping yang sapat ditimbulkan. Hal ini dapat membantu wanita usia subur dalam menentukan kontrasepsi yang akan digunakan. Menurut Rosalina, et al (2022), pendidikan kesehatan dengan menggunakan e-book dapat meningkatkan pengetahuan (Rosalina et al., 2022). Hal ini sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2014) bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, yang dapat terjadi setelah seseorang terpapar terhadap suatu objek (Notoatmodjo, 2014).

Program pemberian informasi tentang KB merupakan salah satu kegiatan kunci untuk meningkatkan penggunaan KB wanita usia subur dalam upaya mewujudkan keluarga yang berkualitas. Melalui tahapan konseling pelayanan KB, klien dapat menentukan pilihan kontrasepsi sesuai dengan kondisi dan kebutuhannya berdasarkan informasi yang telah mereka pahami, termasuk keuntungan dan kerugian, serta risiko metode kontrasepsi dari petugas kesehatan. Untuk selanjutnya, diharapkan klien menggunakan alat kontrasepsi tersebut dengan benar.

Penggunaan *e-book* sebagai media juga perlu diperhitungkan karena biaya yang terjangkau dan modern serta dapat menampung informasi dengan kemasan menarik. Desain *e-book* juga mempertimbangkan aspek kelayakan estetika sehingga pemilihan setiap unsur yang meliputi jenis huruf, warna, materi, animasi, video, maupun komposisi tata letaknya harus diperhatikan agar menarik namun tetap berdaya guna sesuai fungsi utamanya, yaitu membawa informasi yang ingin disampaikan.

### Kesimpulan dan Saran

Rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilaksanakan dengan baik sesuai dengan rencana. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan wanita usia subur tentang penggunaan metode kontrasepsi. Penggunaan media *e-book* mengenai metode kontrasepsi yang telah dibuat ini dapat membantu bidan dalam memberikan penyuluhan pada wanita usia subur, dan diharapkan bidan melanjutkan kegiatan ini pada semua wanita usia subur yang berada di wilayah Puskesmas Kelurahan Cilandak Barat.

### Daftar Pustaka

Badan Pusat Statistik, Bappenas, & UNFPA. (2018). Proyeksi Penduduk Indonesia 2015-2045: Hasil SUPAS 2015. In *Badan Pusat Statistik*. [https://indonesia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Proyeksi Penduduk 2015-2045\\_.pdf](https://indonesia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Proyeksi%20Penduduk%202015-2045_.pdf)

BKKBN. (2017). Peraturan Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Nomor 24 Tahun 2017 Tentang Pelayanan Keluarga Berencana Pasca Persalinan dan Pasca Keguguran. *Pelayanan Keluarga Berencana Pasca Persalinan Dan Keguguran*, 1(1), 64.

Dinas Kesehatan DKI Jakarta. (2022). Profil Kesehatan DKI Jakarta Tahun 2022. In *Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta* (Vol. 01).

Gafar, A., Suza, D. E., Efendi, F., Pramono, A. P., Susanti, I. A., & Mishbahatul, E. (2020). Determinants of contraceptive use among married women in Indonesia [ version 1 ; peer review : 2 approved ]. *F1000Research*, 6(APR), 1–9. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32269768/>

Husnul Khatimah, Yunita Laila Astuti, & Vini Yuliani. (2022). Determinan Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang Di Indonesia (Analisis SDKI 2017). *INSOLOGI: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 1(2), 117–126. <https://doi.org/10.55123/insologi.v1i2.249>

Kemendes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemendes.Go.Id*.

Luba, S., & Rukinah, R. (2021). Faktor yang Mempengaruhi Akseptor Kb dalam Memilih Alat Kontrasepsi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 253–258. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.598>

Martha, Z. D., Adi, E. P., & Soepriyanto, Y. (2018). E-book berbasis mobile learning. *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 1(2), 109–114. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jktp/article/view/3705/2775>

Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.

Rosalina, D., Suryani, Susilawati, E., & Ruwayda. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media E-book Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pelayanan Pemeriksaan Kehamilan Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 161–169.

Sanjaya, W. (2014). *Media Komunikasi Pembelajaran*. Kencana Prenadamedia Group.