

PENERAPAN METODE LOCI TERHADAP KEPATUHAN IBU MENGGONSUMSI PIL KB

Ihda Mauliyah¹, Dian Nurafifah², Andri Tri Kusumaningrum³, Ponco Indah Arista Sari⁴

¹ Universitas Muhammadiyah Lamongan

² Universitas Muhammadiyah Lamongan

³ Universitas Muhammadiyah Lamongan

⁴ Universitas Muhammadiyah Lamongan

Email: ihdamauliyah2@gmail.com

Abstrak

Pil KB merupakan tablet pil kombinasi yang dianggap sebagai suatu metode kontrasepsi yang dapat dipercaya dengan tingkat keberhasilannya mendekati 100%. Namun angka kegagalannya juga tinggi, hal ini dimungkinkan karena akseptor Pil KB sering lupa mengonsumsi Pil KB di waktu yang tepat. Sehingga dibutuhkan suatu metode untuk meningkatkan kepatuhan, salah satunya dengan metode loci.

Desain penelitian ini menggunakan True Eksperimental dengan pendekatan Posttest Only With Control Design. Sample terdiri dari 40 responden yang telah dirandomisasi terlebih dahulu 20 kelompok kontrol dan 20 kelompok perlakuan dan diambil menggunakan teknik simple random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner kemudian diuji dengan Mann Whitney..

Hasil penelitian menunjukkan hampir sebagian (30%) responden pada kelompok kontrol tidak patuh mengonsumsi pil KB dan sebagian besar (70%) responden pada kelompok perlakuan patuh mengonsumsi pil KB dengan nilai $p=0,005$ dimana $p<0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima atau ada pengaruh metode loci terhadap kepatuhan ibu mengonsumsi pil KB.

Berdasarkan hasil dari penelitian hendaknya penerapan metode loci dapat disosialisasikan petugas kesehatan perawat dan bidan pada akseptor Pil KB

Kata Kunci: *Metode Loci, Kepatuhan Mengonsumsi Pil KB*

PENDAHULUAN

Program keluarga berencana merupakan salah satu strategi untuk mengurangi angka kematian Ibu khususnya Ibu dengan kondisi 4T terlalu muda melahirkan (dibawah usia 20 tahun), terlalu sering melahirkan, terlalu dekat jarak melahirkan, dan terlalu tua melahirkan (diatas usia 35 tahun). Selain itu, program KB juga bertujuan untuk meningkatkan kualitas keluarga agar dapat timbul rasa aman, tentram, dan harapan masa depan yang lebih baik dalam mewujudkan kesejahteraan lahir dan kebahagiaan batin. KB juga merupakan cara yang efektif untuk meningkatkan ketahanan keluarga, kesehatan, dan keselamatan Ibu, anak, serta perempuan (Kemenkes RI, 2016).

Pil KB merupakan alat kontrasepsi yang kebanyakan wanita menggunakannya karena termasuk metode yang efektif untuk mencegah kehamilan dan salah satu metode yang paling disukai karena kesuburan langsung kembali bila penggunaan dihentikan (Everett, 2008). Pil KB memiliki cara kerja yaitu dengan menekan ovulasi dan mencegah implantasi sehingga lendir servik mengental dan sulit dilalui sperma menyebabkan pergeseran tuba terganggu sehingga transportasi telur dengan sendirinya akan terganggu pula. Di sisi lain penggunaan pil KB ada kemungkinan terjadi efek samping seperti mual,

rasa tidak enak di payudara, pendarahan antara dua haid atau breakthrough bleeding, pusing, sakit kepala, penambahan berat badan dan jerawat. Pil KB mempunyai efektivitas yang tinggi dengan tingkat keberhasilan 99%. Namun akseptor pil KB mempunyai risiko lebih besar untuk menjadi kehamilan atau kegagalan dibandingkan KB hormonal lainnya (Hartanto 2010).

Hasil penelitian Dian (2014), bahwa persentase tertinggi metode kontrasepsi yang gagal dalam mencegah kehamilan adalah pil KB dengan persentase yaitu 57,9% di Indonesia. Kegagalan pil KB dapat disebabkan karena kurangnya kepatuhan akseptor dalam mengkonsumsi pil KB. Secara umum cara mengkonsumsi pil KB harus memenuhi aturan yang berlaku, dimana aturan minum pil KB yang benar yaitu pil KB harus diminum setiap hari dan sebaiknya pada saat yang sama. Bila lupa minum 1 pil (hari 1-21), sebaiknya minum pil tersebut segera setelah ingat walaupun harus minum 2 pil pada hari yang sama. Tidak perlu menggunakan metode kontrasepsi yang lain. Bila lupa 2 pil atau lebih (hari 1 -21), sebaiknya minum 2 pil setiap hari sampai sesuai jadwal yang ditetapkan (Varney 2016).

Faktor ibu tidak patuh mengkonsumsi pil KB di lingkungan tersebut karena ibu sering lupa minum pil KB dan belum menemukan cara bagaimana agar mengkonsumsi pil KB menjadi teratur. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan minum pil KB diantaranya pengetahuan tentang penggunaan pil KB yang benar, pendidikan yang tinggi akan semakin mudah menerima informasi dan pada akhirnya akan banyak pula pengetahuan yang dimilikinya, dukungan keluarga dalam mengingatkan mengkonsumsi pil KB, sikap yang positif dapat mendorong ibu lebih kooperatif untuk mengkonsumsi pil KB secara teratur, serta motivasi yang kuat untuk mencegah kehamilan. Ketidakteraturan ibu dalam mengkonsumsi pil KB akan meningkatkan resiko terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan, selain itu terjadi gangguan siklus menstruasi dan volume darah haid (Hartanto, 2010).

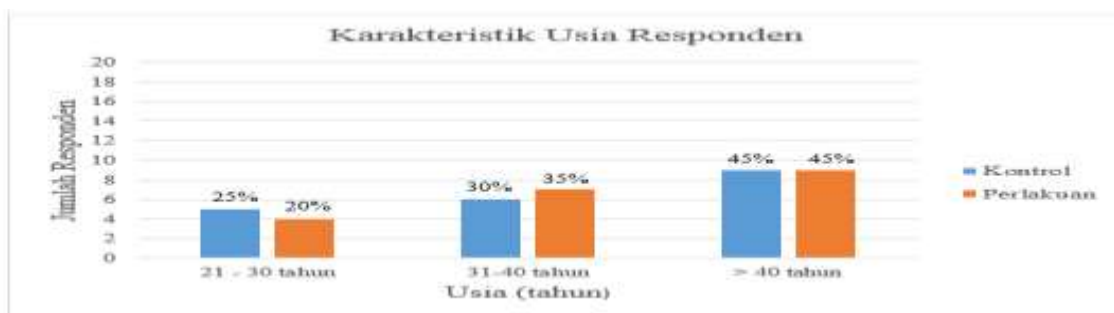
Untuk meningkatkan kepatuhan Ibu mengkonsumsi pil KB diperlukan suatu upaya promotif. Selama ini salah satu upaya yang sering dilakukan yaitu dengan dukungan suami, namun upaya tersebut masih kurang maksimal karena kurang ada dukungan suami selama mengkonsumsi pil KB. Menurut penelitian Evy (2016), ibu tidak mendapat dukungan suami sebagian besar (88,9%) tidak patuh dalam mengkonsumsi pil KB. Oleh karena itu diperlukan suatu metode baru untuk meningkatkan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi pil KB yaitu metode mnemonik, metode ini merupakan strategi kognitif yang menghubungkan suatu hal yang sering diingat dengan hal yang baru sehingga konsep tersebut mempunyai keterikatan dalam ingatan sehingga tidak mudah untuk dilupakan. Salah satu metode mnemonik yang tepat dalam hal ini yaitu metode loci. Metode ini merupakan salah satu metode untuk mengingatkan daya ingat dengan cara menggunakan perumpamaan visual untuk mengalokasikan item yang baru dipelajari dengan lokasi lingkungan yang sudah familiar (Schwartz, 2014). Metode loci ini bisa diterapkan pada ibu-ibu yang mengkonsumsi pil KB karena metode ini mudah diterapkan di lingkungan sekitar dengan cara mengasosiasikan hal-hal yang ingin diingat dengan tempat/lokasi yang sudah dikenal dengan baik.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian *True Eksperimental* dengan pendekatan *Posttest Only With Control Group Design*. Rancangan ini dengan menggunakan dua kelompok. Kelompok pertama diberi metode loci (kelompok perlakuan), sedangkan kelompok kedua sebagai kontrol tidak diberi metode loci. Dalam rancangan ini, kelompok eksperimental diberi perlakuan sedangkan kelompok kontrol tidak dan kemudian langsung diamati atau diukur (Hidayat 2012).

HASIL dan PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Dan Kelompok Perlakuan Berdasarkan Usia



Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui bahwa (45%), ibu yang mengkonsumsi Pil KB pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan berumur >40 tahun.

Tabel 2 Distribusi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Dan Kelompok Perlakuan Berdasarkan Pendidikan



Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui bahwa sebagian besar (60%), ibu yang mengkonsumsi Pil KB pada kelompok kontrol pendidikan terakhir SD dan sebagian (50%), ibu yang mengkonsumsi Pil KB pada kelompok perlakuan pendidikan terakhir SMA.

Tabel 3 Distribusi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Dan Kelompok Perlakuan Berdasarkan Pekerjaan



Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui bahwa sebagian besar (65%), ibu yang mengkonsumsi Pil KB pada kelompok kontrol bekerja sebagai petani dan sebagian besar (30%), ibu yang mengkonsumsi Pil KB pada kelompok perlakuan bekerja sebagai wirawasta.

Tabel 4 Distribusi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol Dan Kelompok Perlakuan Berdasarkan Paritas



Berdasarkan tabel 4 diatas diketahui bahwa sebagian besar (60%), ibu yang mengkonsumsi Pil KB pada kelompok kontrol mempunyai anak 2-3 dan sebagian besar (80%), ibu yang mengkonsumsi Pil KB pada kelompok perlakuan mempunyai anak 2-3.

Tabel 5 Distribusi Data Perbandingan Tingkat Kepatuhan Ibu Yang Mengkonsumsi Pil KB Pada Kelompok Kontrol Dan Kelompok Perlakuan



Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa ibu yang mengonsumsi Pil KB pada kelompok kontrol sebagian besar (75%) tidak patuh dan ibu yang mengonsumsi Pil KB pada kelompok perlakuan sebagian besar (70%) patuh. Pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada kepatuhan ibu yang mengonsumsi pil KB

Dari hasil uji statistic *Mann-Whitney* dengan menggunakan *SPSS for Windows versi 22.00* diperoleh hasil yaitu nilai signifikan 0,005 lebih kecil dari nilai $p - 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh metode loci terhadap kepatuhan ibu mengonsumsi pil KB pada kelompok perlakuan.

PEMBAHASAN

Tingkat Kepatuhan Ibu Mengonsumsi Pil KB pada Kelompok Kontrol

kepatuhan ibu yang mengonsumsi pil KB pada kelompok kontrol sebagian besar tidak patuh. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya pekerjaan. Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar pekerjaan ibu yang mengonsumsi pil KB pada kelompok kontrol adalah petani dalam hal ini buruh tani. Pekerjaan adalah sesuatu yang dilakukan untuk mencari nafkah atau pencaharian. Masyarakat yang sibuk dengan kegiatan atau pekerjaan sehari-hari akan memiliki waktu yang lebih sedikit untuk memperoleh informasi (Soekidjo, 2014). Keaktifan ibu dalam membantu meningkatkan penghasilan keluarga, membuat ibu lebih fokus terhadap pekerjaan dalam hal ini buruh tani yang bekerja dari pagi sampai sore sehingga sampai rumah ibu akan langsung istirahat bahkan lupa jadwal mengonsumsi pil KB yang secara tidak langsung berpengaruh terhadap kepatuhan ibu dalam mengonsumsi pil KB.

Tingkat Kepatuhan Ibu Mengonsumsi Pil KB pada Kelompok Perlakuan

kepatuhan ibu yang mengkonsumsi pil KB pada kelompok perlakuan sebagian besar patuh. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya motivasi. Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki anak 2-3 sehingga ada motivasi yang kuat. Motivasi merupakan suatu dorongan dalam diri seseorang yang menyebabkan orang tersebut melakukan kegiatan-kegiatan guna mencapai tujuan tertentu (Soekidjo, 2014). Sehingga ada dorongan dalam diri melakukan kegiatan demi mencapai tujuan untuk mencegah kehamilan, maka berpengaruh terhadap seberapa teratur mereka mengkonsumsi pil KB.

Dalam hal ini peneliti menggunakan metode loci untuk membantu ibu mengingat jadwal mengkonsumsi pil KB. Metode loci merupakan cara mengingat dengan melibatkan otak kanan sehingga informasi akan tersimpan lebih lama dan mudah untuk dipanggil kembali karena tersimpan dalam memori jangka panjang (*long term-memory*) (SGM, 2008). Metode ini menggabungkan kekuatan imajinasi dan sensualitas yang merupakan kekuatan fungsi otak kanan dengan pengurutan tempat yang akurat sebagai fungsi dari kekuatan otak kiri. Ketika responden disebutkan benda-benda yang familiar di ruangan responden akan menjawab mengingat jadwal mengkonsumsi pil KB.

Penerapan Metode Loci Terhadap Kepatuhan Ibu Mengkonsumsi Pil KB

kepatuhan Ibu mengkonsumsi pil KB pada kelompok perlakuan yang diberikan metode loci lebih tinggi tingkat kepatuhan daripada ibu pada kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan metode loci. Peneliti memberikan perlakuan dengan metode loci yaitu metode akseptor pil KB untuk mengingat dengan menghubungkan benda-benda familiar yang ada di ruangan. Dalam hal ini peneliti menentukan ruangan kamar tidur yang berisi benda-benda familiar seperti tombol lampu yang digunakan untuk mematikan lampu ketika tidur diasosiasikan sebagai pil KB. Responden diminta untuk mengingat pil KB ketika melihat lampu, peneliti juga menempelkan stiker pil KB didekat tombol lampu, ketika menyalakan lampu kamar tidur di malam hari akan digunakan sebagai waktu dan frekuensi minum pil KB, dan tombol untuk menyalakan lampu diasosiasikan sebagai jumlah minum pil KB, langkah yang ke empat memunculkan gambaran pil KB ketika menyalakan lampu yang ada dikamar tidur dan langkah yang terakhir peneliti meminta responden mengulang kembali memunculkan gambaran pil KB ketika menyalakan lampu yang ada diruangan kamar tidur tersebut sampai benar-benar dipahami.

uji statistic *Mann-Whitney* dengan menggunakan *SPSS for Windows versi 22.00* diperoleh hasil yaitu nilai signifikan 0,005 lebih kecil dari nilai $p = 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh penerapan metode loci terhadap kepatuhan ibu mengkonsumsi pil KB pada kelompok perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh metode loci terhadap kepatuhan Ibu mengkonsumsi pil KB

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan pembahasan serta tujuan dari penelitian maka yang dapat peneliti simpulkan sebagai berikut :

- 1) Sebagian besar ibu yang mengkonsumsi pil KB pada kelompok kontrol tidak patuh mengkonsumsi pil KB
- 2) Sebagian besar ibu yang mengkonsumsi pil KB pada kelompok perlakuan patuh mengkonsumsi Pil KB
- 3) Terdapat pengaruh metode loci terhadap kepatuhan ibu mengkonsumsi pil KB

DAFTAR PUSTAKA

- Dian Agrianti. (2014) *Pola dan Perbedaan Perilaku Putus Pakai, Kegagalan, dan Penggantian Alat/Cara Kontrasepsi Menurut Wilayah di Indonesia (Analisis Data SDKI 2012)*. Jurnal Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Universitas Indonesia
- Everett, & Suzanne. (2008). *Buku Saku Kontrasepsi & Kesehatan Seksual Reproduksi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Evy. 2016. *Hubungan Dukungan Suami dengan Kepatuhan Ibu dalam mengkonsumsi Pil Kb Kombinasi di Desa Gawan Kecamatan Tanon Kabupaten Sragen*. Skripsi. Ungaran: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ngudi Waluyo
- Hartanto, Hanafi. (2010). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Penerbit Pustaka Sinar Harapan
- Hidayat, A. Aziz Alimul, (2012). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika
- Kemenkes RI, (2016), *Profil Kesehatan Indonesia 2016*. Jakarta: Kementrian Indonesia
- Schwartz. B. L. (2014). *Memory: Foundation and Application second Edition*. United States: Sage Publications, Inc
- SGM, Mr. (2008). *Super Great Memory*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Soekidjo, Notoatmodjo. (2014). *Promosi kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka cipta
- Varney. H. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4*. Jakarta: EGC