

DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/2trik15103>

Pengetahuan dan Perubahan Pola Haid Ibu Setelah Menggunakan Kontrasepsi Pil Kombinasi

Nisa Ardhianingtyas

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Madiun, Madiun, Indonesia; na685@ummad.ac.id
(koresponden)

Wida Rahma Arwiyantasari

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Madiun, Madiun, Indonesia; wra103@ummad.ac.id

Sundari

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Madiun, Madiun, Indonesia; sun369@ummad.ac.id

ABSTRACT

Changes in menstrual patterns in family planning participants who use combination pills can occur due to the influence of the hormones estrogen and progesterone. This study aimed to identify knowledge and changes in mothers' menstrual patterns after using combined pill contraception. This research was a descriptive study involving 33 combined pill contraceptive users at the Independent Practice of Midwife Ny. Hariyati, Madiun Regency, which was selected using accidental sampling technique. Data about knowledge and changes in menstrual patterns were obtained through filling out questionnaires. Data were analyzed descriptively in the form of frequencies and proportions. The results of the analysis showed that the distribution of knowledge levels was: good = 12.12%, sufficient = 60.60% and poor = 27.27%. Meanwhile, the distribution of changes in menstrual patterns was: amenorrhea = 9.09%, spotting = 33.33% and no change = 57.57%. It could be concluded that mothers' knowledge about combined pill contraception is not optimal and the dominant change in menstrual patterns is spotting.

Keywords: family planning; combination pills; knowledge; menstrual pattern; spotting

ABSTRAK

Perubahan pola haid pada peserta keluarga berencana yang menggunakan pil kombinasi dapat terjadi akibat pengaruh hormon estrogen dan progesteron. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengetahuan dan perubahan pola haid ibu setelah menggunakan kontrasepsi pil kombinasi. Penelitian ini merupakan studi deskriptif yang melibatkan 33 pengguna kontrasepsi pil kombinasi di Praktik Mandiri Bidan Ny. Hariyati, Kabupaten Madiun, yang dipilih dengan teknik *accidental sampling*. Data tentang pengetahuan dan perubahan pola haid diperoleh melalui pengisian kuesioner. Data dianalisis secara deskriptif berupa frekuensi dan proporsi. Hasil analisis menunjukkan bahwa distribusi tingkat pengetahuan adalah: baik = 12,12%, cukup = 60,60% dan kurang = 27,27%. Sementara itu, distribusi perubahan pola haid adalah: amenorhea = 9,09%, *spotting* = 33,33% dan tak ada perubahan = 57,57%. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang kontrasepsi pil kombinasi belum maksimal dan perubahan pola haid yang dominan adalah *spotting*.

Kata kunci: keluarga berencana; pil kombinasi; pengetahuan; pola haid; *spotting*

PENDAHULUAN

Keluarga berencana (KB) adalah suatu prosedur yang membantu individu atau pasangan suami istri mencapai tujuan tertentu, seperti menghindari kelahiran yang tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang benar-benar diinginkan, mengatur jarak antar kehamilan dan mengontrol waktu kelahiran.⁽¹⁻³⁾ Salah satu alat kontrasepsi alternatif dan efektif yang menjadi bagian dari program KB nasional saat ini adalah pil KB kombinasi, yaitu pil kontrasepsi dan salah satu alat kontrasepsi yang paling efektif, tidak menghalangi hubungan seksual dengan istri. dan hubungan perempuan, aman, dengan tingkat reversibilitas yang tinggi.⁽⁴⁾ Efek samping pil oral kombinasi merupakan masalah bagi seorang peserta pil oral kombinasi yang mengalaminya karena merupakan beban kejiwaan yang harus ditanggungnya, yang berakhir pada adanya kekhawatiran, kecemasan, bahkan ketakutan terhadap perubahan pola haid.⁽⁵⁾

Di Jawa Timur, pada tahun 2021 terdapat sekitar 7.713.064 pasangan usia subur (PUS) dengan jumlah peserta KB pil sekitar 1.299.874 orang. Ini menunjukkan betapa besarnya populasi peserta KB yang menggunakan kontrasepsi pil, sehingga ini memerlukan pengawasan ketat, terutama yang berkaitan dengan adanya efek samping.⁽⁶⁻⁸⁾ Sementara itu, hasil survei pendahuluan di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Ny. Hariyati, Kabupaten Madiun pada bulan Agustus 2023 menunjukkan bahwa terdapat sekitar 33 orang peserta KB pil oral kombinasi

dan sekitar 7 peserta KB pil oral kombinasi mengalami efek samping perubahan pola haid seperti *spotting*, amenorrhea, haid sedikit kira-kira selama 2 hari. Sejumlah 3 di antara pengguna mengalami cemas dan ketakutan untuk terjadi kehamilan karena amenorrhea.

Karena adanya gangguan kesehatan pada sebagian peserta KB pil oral kombinasi sebagai akibat efek kontrasepsi yang merugikan dan tidak adanya komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) yang merugikan, maka besar kemungkinan peserta tersebut akan mengalami *drop out* atau terminasi yang mengakibatkan kehamilan.⁽⁹⁾ Mengingat pil KB kombinasi merupakan salah satu alat kontrasepsi yang paling efektif untuk dipilih dan memiliki banyak pengguna, maka masih banyak pengguna pil KB kombinasi yang mengalami efek samping sehingga peserta mengalami rasa cemas yang berlebihan, sebaiknya sebelum menggunakan kontrasepsi kombinasi, peserta diberikan penyuluhan terlebih dahulu mengenai penggunaan, pemahaman dan efek samping kontrasepsi oral kombinasi sehingga calon pengguna kontrasepsi oral kombinasi memahami tata cara penggunaan kontrasepsi oral kombinasi dan tidak menyebabkan penghentian penggunaan kontrasepsi oral kombinasi.⁽¹⁰⁾

Jelaslah bahwa perubahan pola haid sebagai akibat penggunaan pil kontrasepsi kombinasi merupakan fenomena yang penting untuk diteliti karena memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan reproduksi wanita. Pil kombinasi dengan hormon estrogen dan progestin dapat mempengaruhi siklus menstruasi dengan berbagai cara, termasuk perubahan frekuensi, durasi, dan intensitas perdarahan haid. Riset tentang efek samping ini penting karena dapat membantu memahami bagaimana proses kontrasepsi hormonal khususnya pil, mempengaruhi tubuh dan memberikan informasi yang dibutuhkan guna mengoptimalkan penggunaan kontrasepsi terkait.^(7,11) Di sisi lain, pemahaman yang lebih mendalam tentang efek samping akan dapat membantu profesional kesehatan khususnya bidan dalam memberikan konseling yang tepat kepada pengguna pil kombinasi dan mengidentifikasi solusi yang sesuai untuk mengurangi dampak negatif yang mungkin timbul.^(7,12) Dengan demikian, penelitian tentang perubahan pola haid sebagai efek samping pil kombinasi sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup wanita dan memastikan bahwa mereka dapat membuat pilihan yang tepat terkait dengan pengelolaan kesehatan reproduksinya.⁽¹³⁾

Berdasarkan latar belakang di atas, maka perlu dilakukan kajian mengenai pengetahuan dan perubahan pola haid para peserta KB yang menggunakan pil kombinasi, sehingga dirumuskan tujuan penelitian yaitu mendeskripsikan pengetahuan peserta KB pil kombinasi dan perubahan pola haid yang terjadi.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi deskriptif yang dilaksanakan pada bulan Januari 2023 di PMB Ny. Hariyati, Kabupaten Madiun. Populasi penelitian adalah peserta KB yang menggunakan pil kombinasi di PMB tersebut dengan ukuran populasi yang belum diketahui. Sampel dipilih dengan teknik *accidental sampling* sehingga pada akhir bulan Januari didapatkan 33 peserta KB yang menjadi responden penelitian.

Variabel yang diteliti adalah pengetahuan ibu tentang kontrasepsi pil kombinasi dan perubahan pola haid yang terjadi setelah menggunakan pil kombinasi. Selain itu juga digali informasi tentang karakteristik demografi responden, meliputi usia, pendidikan, pekerjaan. Semua variabel di atas diukur melalui pengisian kuesioner yang disusun oleh peneliti dengan serangkaian uji coba untuk menjamin validitas dan reliabilitas instrumen tersebut. Untuk perubahan pola haid, yang menjadi fokus adalah kejadian amenorhea yaitu keadaan menstruasi yang terjadi minimal 3 bulan berturut-turut, flek atau bercak pada saat menstruasi, dan hipermenorhea yaitu periode yang lebih berat dari periode normal, pendarahan atau berlangsung lebih lama dari biasanya (lebih dari 8 hari). Selanjutnya data yang telah terkumpul dianalisis secara deskriptif berupa frekuensi dan persentase yang disajikan dalam tabel.

Penelitian ini dilakukan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian kesehatan seperti menjaga kerahasiaan, menggunakan *informed consent*, memenuhi semua hak responden, berlaku adil kepada responden, menjaga kerahasiaan dan lain-lain.

HASIL

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari segi ciri-ciri demografis, mayoritas ibu pengguna pil kombinasi berusia lebih dari 20 tahun yakni 96,7 persen; sebagian ibu berpendidikan SMA atau lebih rendah yakni 87,88 persen; sebagian besar ibu tidak bekerja atau berperan sebagai ibu rumah tangga yakni 42,42 persen. Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas peserta KB memiliki tingkat pengetahuan tentang kontrasepsi pil kombinasi dalam kategori cukup yaitu 60,60 persen. Sementara itu, perubahan pola haid yang paling sering terjadi setelah menggunakan pil kombinasi adalah *spotting* yaitu 33,33 persen.

Tabel 1. Distribusi karakteristik demografi, pengetahuan dan perubahan pola haid pengguna pil kombinasi di PMB Ny. Hariyati, Kabupaten Madiun

Variabel	Frekuensi	Persentase
Usia (tahun)		
<20	1	3,03
20–35	17	51,52
>35 tahun	15	45,45
Tingkat pendidikan		
SD	8	24,24
SMP	13	39,4
SMA	8	24,24
PT	4	12,12
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	14	42,42
Petani	9	27,27
Swasta	6	18,18
Guru	3	9,09
Pegawai negeri sipil (PNS)	1	3,03
Tingkat pengetahuan		
Baik	4	12,12
Cukup	20	60,60
Kurang	9	27,27
Perubahan pola haid		
Amenorhea	3	9,09
Spotting	11	33,33
Tak ada perubahan haid	19	57,57

PEMBAHASAN

Pil KB merupakan alat KB yang paling populer di masyarakat setelah suntik KB.⁽⁷⁾ Pada usia subur, ini merupakan fase masa kehamilan dan membutuhkan alat kontrasepsi jangka panjang dengan pemulihan yang baik, pil KB adalah salah satunya.⁽¹⁴⁾ Pada usia yang lebih muda, peserta lebih memilih menggunakan pil KB dibandingkan metode KB lainnya karena aman digunakan dan memiliki sedikit efek samping yang terkait dengan KB kombinasi.⁽¹⁵⁾

Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang sangat menentukan pengetahuan dan pemahaman seseorang akan pentingnya suatu hal, termasuk pentingnya ikut serta dalam keluarga berencana. Hal ini disebabkan karena orang yang berpendidikan tinggi mempunyai wawasan yang lebih luas dan lebih mudah menerima ide-ide serta cara hidup baru.^(16,17) Namun hasil penelitian ini bertolak belakang, responden yang berpendidikan rendah mempunyai pengetahuan yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang berpendidikan tinggi. Hal ini disebabkan karena mungkin saja responden dengan tingkat pendidikan rendah lebih memperhatikan penjelasan bidan pada awal konsultasi dan memberikan respon yang lebih baik terhadap efek samping kontrasepsi oral kombinasi dibandingkan responden yang berpendidikan tinggi.

Status pekerjaan dapat mempengaruhi partisipasi dalam KB karena faktor yang mempengaruhi lingkungan kerja memotivasi seseorang untuk mengikuti KB sehingga secara tidak langsung mempengaruhi status penggunaan kontrasepsi.⁽¹⁸⁾ Secara ekonomi, seluruh kebutuhan hidup para penganggur tidak tercukupi sehingga berdampak pada tingkat kesejahteraannya, selain itu para penganggur kemungkinan besar kurang mendapat informasi dan tidak banyak mengetahui pentingnya pendidikan dan kesehatan, sehingga ada yang merasakannya. penting berpartisipasi dalam keluarga berencana.⁽¹⁹⁾ Pernyataan tersebut bertolak belakang dengan kenyataan saat ini bahwa seseorang yang tidak memiliki pekerjaan juga ingin menghindari kehamilan karena takut tidak mampu memberikan kehidupan yang baik bagi anaknya.

Pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting dalam pembentukan sikap atau tindakan seseorang, karena berdasarkan pengalaman dan penelitian telah terbukti bahwa perilaku yang berbasis pengetahuan mempunyai dampak yang lebih besar dan lebih banyak pengetahuan diri dibandingkan dengan perilaku yang tidak berbasis pengetahuan.⁽²⁰⁾ Dari hasil penelitian, sebagian besar responden mempunyai pengetahuan cukup. Tindakan yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh

pengetahuan.⁽²¹⁾ Dengan menjaga keseimbangan antara perilaku dan informasi, peserta KB diharapkan dapat memilih metode kontrasepsi yang sesuai.⁽²²⁾

Beberapa responden mengalami perubahan menstruasi atau flek karena perubahan menstruasi yang dipengaruhi oleh hormon estrogen dan progesteron dalam pil kombinasi. Ibu pengguna KB Pil kombinasi yang mengalami spotting dapat menerima keadaan tersebut tanpa merasa terlalu khawatir karena ibu menganggap kondisi tersebut seperti menstruasi bulanan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang kontrasepsi pil kombinasi belum maksimal dan perubahan pola haid yang dominan adalah *spotting*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Olubodun T, Balogun MR, Ogunsilu EA. Awareness and practice of family planning among women residing in two rural communities in Ogun State, South West Nigeria. *Ann Afr Med*. 2020 Oct-Dec;19(4):246-251. doi: 10.4103/aam.aam_62_19. PMID: 33243947; PMCID: PMC8015961.
2. Prata N, Fraser A, Huchko MJ, Gipson JD, Withers M, Lewis S, Ciaraldi EJ, Upadhyay UD. Women's empowerment and family planning: a review of the literature. *J Biosoc Sci*. 2017 Nov;49(6):713-743. doi: 10.1017/S0021932016000663. Epub 2017 Jan 10. PMID: 28069078; PMCID: PMC5503800.
3. Starbird E, Norton M, Marcus R. Investing in Family Planning: Key to Achieving the Sustainable Development Goals. *Glob Health Sci Pract*. 2016 Jun 27;4(2):191-210. doi: 10.9745/GHSP-D-15-00374. PMID: 27353614; PMCID: PMC4982245.
4. Ulfah B, Lestari PP. Analisis pengetahuan tentang gangguan menstruasi dikalangan akseptor KB suntik 3 bulan. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*. 2022 Jan 31;12(1):18-22.
5. Pratiwi V. Hubungan penggunaan KB suntik 3 bulan dengan perubahan siklus menstruasi di PMB BD I. Kel. Cibogo Kec. Ciseeng Kab. Bogor tahun 2020. *Jidan: Jurnal Ilmiah Bidan*. 2020;4(1):26-33.
6. Bailey MJ. Fifty years of family planning: new evidence on the long-run effects of increasing access to contraception. *Brookings Pap Econ Act*. 2013 Spring;2013:341-409. doi: 10.1353/eca.2013.0001. PMID: 25339778; PMCID: PMC4203450.
7. Britton LE, Alspaugh A, Greene MZ, McLemore MR. CE: An evidence-based update on contraception. *Am J Nurs*. 2020 Feb;120(2):22-33. doi: 10.1097/01.NAJ.0000654304.29632.a7. PMID: 31977414; PMCID: PMC7533104.
8. Alameer MI, Muqri KY, Awlaqi AA, Azyabi FY, Yaqoub AM, Suhail HM, Shabaan S, Moafa MH, Alhazmi MA, Alhazmi A. Knowledge, attitude and practices regarding contraceptive pill and its side effects among women in Jazan Region, Saudi Arabia. *Clin Pract*. 2022 Apr 29;12(3):268-275. doi: 10.3390/clinpract12030032. PMID: 35645309; PMCID: PMC9149825.
9. Devi NW, Adnyani NW. Hubungan pengetahuan dengan sikap akseptor KB suntik 3 bulan terhadap gangguan haid. *Jurnal Genta Kebidanan*. 2020 Dec 28;10(1):52-6.
10. Hatijar H, Saleh IS. Hubungan antara pengetahuan dan sikap ibu terhadap pemilihan metode alat kontrasepsi dalam rahim di Puskesmas Kayamanya tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. 2020 Dec 31;9(2):1070-4.
11. Martell S, Marini C, Kondas CA, Deutch AB. Psychological side effects of hormonal contraception: a disconnect between patients and providers. *Contracept Reprod Med*. 2023 Jan 17;8(1):9. doi: 10.1186/s40834-022-00204-w. PMID: 36647102; PMCID: PMC9842494.
12. Nove A, Friberg IK, de Bernis L, McConville F, Moran AC, Najjemba M, Ten Hoope-Bender P, Tracy S, Homer CSE. Potential impact of midwives in preventing and reducing maternal and neonatal mortality and stillbirths: a Lives Saved Tool modelling study. *Lancet Glob Health*. 2021 Jan;9(1):e24-e32. doi: 10.1016/S2214-109X(20)30397-1. Epub 2020 Dec 1. PMID: 33275948; PMCID: PMC7758876.
13. Attia GM, Alharbi OA, Aljohani RM. The impact of irregular menstruation on health: a review of the literature. *Cureus*. 2023 Nov 20;15(11):e49146. doi: 10.7759/cureus.49146. PMID: 38130524; PMCID: PMC10733621.
14. Kusumawardani PA, Machfudloh H. Efek samping KB suntik kombinasi (spotting) dengan kelangsungan akseptor KB suntik kombinasi. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*. 2021 Aug 31;5(1):33-7.
15. Dewi HR. Penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan berhubungan dengan gangguan menstruasi pada akseptor KB suntik. Doctoral Dissertation. Yogyakarta: Universitas Alma Ata Yogyakarta; 2020.

16. Powdthavee N, Lekfuangfu WN, Wooden M. What's the good of education on our overall quality of life? A simultaneous equation model of education and life satisfaction for Australia. *J Behav Exp Econ*. 2015 Feb;54:10-21. doi: 10.1016/j.socec.2014.11.002. Epub 2014 Nov 15. PMID: 28713668; PMCID: PMC5510659.
17. Sinaga RA. Hubungan lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan gangguan menstruasi di BPS D Purba Desa Girsang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2021;13(1):2-8.
18. Arsesiana A, Hertati D, Oktarina L, Utami DT. Gambaran pengetahuan akseptor KB suntik 3 bulan tentang efek samping KB suntik 3 bulan. *Jurnal Surya Medika (JSM)*. 2022 Aug 31;8(2):1-9.
19. Ambarita B, Hura AD. Gambaran pengetahuan ibu tentang KB suntik 1 bulan di Klinik Pratama Tanjung Deli Tua tahun 2021. *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*. 2021 Sep 21;1(2):76-81.
20. Arisona WL. Hubungan pemakaian kontrasepsi hormonal dengan kejadian perubahan pola haid di PMB Johana Widijati. *Kebidanan*. 2019 Aug 1;9(2):1-5.
21. Susila I. Persepsi pelayanan KB dengan tingginya drop out akseptor KB injeksi 1 bulan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 2021 Dec 1;10(04):243-7.
22. Sharma AE, Frederiksen BN, Malcolm NM, Rollison JM, Carter MW. Community education and engagement in family planning: updated systematic review. *Am J Prev Med*. 2018 Nov;55(5):747-758. doi: 10.1016/j.amepre.2018.06.022. PMID: 30342637; PMCID: PMC6753778.