



**Sekolah Tinggi
Ilmu Kesehatan
Budi Kemuliaan**

**KAJIAN LITERATUR :
EVALUASI EFEKTIVITAS MEDIA LEMBAR BALIK DALAM
MENINGKATKAN KESADARAN DAN PENGETAHUAN TENTANG EFEK
SAMPING KONTRASEPSI HORMONAL JANGKA PANJANG**

11- 20 NOVEMBER 2022

**Disusun Oleh :
CHATERINA MANURUNG, SST, MKeb
TIARLIN LAVIDA RAHEL, SST, Mkeb
MEYTI SHOPIE CAROLINE**

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Ruang Lingkup Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Pendidikan Kesehatan.....	8
1. Definisi Pendidikan Kesehatan	8
2. Tujuan Pendidikan Kesehatan.....	8
B. WUS.....	9
1. Definisi WUS.....	9
2. Ciri-ciri WUS.....	9
3. Perkembangan Fisik dan Psikologis.....	10
4. Kesehatan Reproduksi WUS.....	10

C. Pengetahuan	11
1. Definisi Pengetahuan	11
2. Tingkat Pengetahuan di Dalam Domain Kognitif.....	12
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	13
4. Pengukuran Tingkat Pengetahuan.....	15
D. Kesadaran.....	15
1. Tahu	15
2. Kesadaran Mental	15
3. Persepsi	16
4. Pola pikir.....	17
E. KB hormonal.....	17
1. Definisi KB hormonal	17
2. Jenis KB hormonal	18
3. Efek samping	18
4. Cara Penggunaan	19
5. Keuntungan.....	19
6. Keterbatasan.....	20
7. Komplikasi.....	20
8. Efektifitas.....	21
F. Media Edukasi	21
G. Media Leaflet.....	22
1. Definisi Media lembar balik.....	22
2. Kegunaan Media Lembar balik	22
3. Keuntungan Media Lembar balik.....	23
4. Pembuatan Media Lembar balik.....	23

H. Pengembangan Media Promosi Kesehatan dengan P Proses.....	23
I. Kerangka Teori.....	27
J. Kerangka Konsep.....	28
K. Definisi Operasional.....	29
L. Hipotesis.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
C. Populasi dan Sampel.....	32
1. Populasi.....	32
2. Sampel.....	32
D. Teknik Pengumpulan Data.....	33
1. Data Primer.....	33
2. Data Sekunder.....	33
E. Instrumen Pengumpulan Data.....	33
F. Prosedur Penelitian.....	35
G. Teknik Pengolahan Data.....	37
H. Analisis Data.....	38
1. Kuantitatif.....	38
2. Kualitatif.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Hasil.....	40
1. Deskripsi Wilayah Penelitian.....	40
2. Hasil Penelitian.....	40
B. Pembahasan.....	48

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	54
A. Kesimpulan	54
B. Saran.....	55

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tingginya pertumbuhan penduduk menjadi salah satu masalah kependudukan baik di Indonesia maupun di negara-negara berkembang yang lain. Salah satu upaya untuk mengatasi tingginya pertumbuhan penduduk dengan melakukan program Keluarga Berencana (KB) untuk mengendalikan fertilitas. Hal ini juga sesuai dengan rancangan rencana Strategis Kementerian Kesehatan tahun 2020- 2024, yang disampaikan oleh Sekretaris Jendral Kementerian Kesehatan, salah satu strategi kebijakan dalam peningkatan kesehatan ibu dan anak adalah perluasan akses dan kualitas pelayanan KB dan kesehatan reproduksi (Kemenkes RI, 2019)

Upaya dan strategi dibutuhkan dalam mengantisipasi adanya ledakan penduduk di Indonesia yaitu berupa mendorong pemangku kepentingan untuk meningkatkan sosialisasi dan edukasi mengenai KB sebagai program prioritas (BKKBN, 2018). Masih terdapat 27, 1 persen perempuan usia 10-54 tahun yang tidak menggunakan alat kontrasepsi setelah persalinan (Balitbangkes Kemenkes RI, 2018). Salah satu penyebab masih banyaknya perempuan umur 10-54 tahun yang tidak menggunakan alat kontrasepsi adalah kurangnya informasi dan edukasi tentang alat KB. Tingginya angka tersebut memungkinkan untuk meningkatnya kehamilan kembali dengan jarak yang berdekatan. Selain itu, persentase perempuan yang diberitahu oleh tenaga kesehatan tentang alat kontrasepsi berupa efek samping, masalah dari metode yang dipilih, dan tentang tindakan (solusi) untuk mengatasi efek samping masih dibawah 50 persen (BKKBN, 2018). Hal itu menunjukkan masih dibutuhkannya metode yang tepat untuk memberikan informasi yang cukup kepada perempuan terutama wanita usia subur.

Salah satu strategi untuk merubah perilaku seseorang ialah dengan pemberian informasi untuk meningkatkan pengetahuan sehingga menimbulkan kesadaran dan dapat dilakukan dengan pemberian penyuluhan. Pengetahuan yang di dapat dari pengalaman pribadi maupun dari pengalaman orang lain memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah dalam kehidupannya (Samodra & Devianti, 2017).

Alat bantu diperlukan untuk memberikan pendidikan kesehatan, agar pesan yang disampaikan dapat diberikan dan diterima dengan baik oleh sasaran. Penggunaan alat bantu disesuaikan dengan kemampuan para konselor kesehatan dan keadaan ibu. Salah satu alat

pendidikan kesehatan yang dapat digunakan dengan mudah adalah media lembar balik. Media ini umum digunakan karena pembuatan yang relatif mudah dan penggunaan yang dapat dimengerti dengan mudah oleh para konselor. Metode ini tentu saja tidak lepas dari peran bidan dalam memberikan konseling. Provider memiliki peran penting untuk membantu perempuan dalam mendampingi dalam pemilihan alat kontrasepsi (Darmastuti dkk, 2020).

Hasil penelitian Al Falah (2019) dimana hasil uji statistik Wilcoxon pada pengetahuan dan sikap diperoleh p value 0,000 yang artinya penggunaan media lembar balik efektif terhadap tingkat pengetahuan dan sikap ibu nifas terkait pemilihan metode kontrasepsi yang sesuai dan cocok dengan ibu nifas itu sendiri. Jadi pendidikan kesehatan menggunakan lembar balik efektif untuk mendorong ibu nifas dalam memilih metode kontrasepsi pascasalin. Penelitian Mohardy dkk (2023) juga menunjukkan hasil dimana konseling pelayanan KB pasca persalinan dapat menggunakan media lembar balik. Hasil analisis bivariat, didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara konseling KB terhadap keputusan penggunaan KB Pasca Persalinan ($p < 0,05$).

DMPA merupakan metode yang efektif. Tingkat kegagalan dalam mencegah kehamilan sebesar 0.3%. DMPA tidak memiliki efek samping serius karena mengandung progestin saja. Angka kejadian yang ditimbulkan karena estrogen seperti tromboemboli, dysmenorrhea, resiko kanker ovarium dan kanker endometrium rendah. Penggunaan kontrasepsi ini juga aman untuk ibu menyusui¹³. Efek samping lain yaitu penambahan berat badan, depresi, dan ketidakteraturan menstruasi dapat terjadi dan berlanjut selama 1 tahun pasca DMPA merupakan metode yang efektif. Tingkat kegagalan dalam mencegah kehamilan sebesar 0.3%. DMPA tidak memiliki efek samping serius karena mengandung progestin saja. Angka kejadian yang ditimbulkan karena estrogen seperti tromboemboli, dysmenorrhea, resiko kanker ovarium dan kanker endometrium rendah. Penggunaan kontrasepsi ini juga aman untuk ibu menyusui. Efek samping lain yaitu penambahan berat badan, depresi, dan ketidakteraturan menstruasi dapat terjadi dan berlanjut selama 1 tahun pasca suntikan terakhir¹³. Efek samping DMPA yaitu gangguan siklus menstruasi hingga amenorrhea pada 50% pengguna pada tahun pertama penggunaan. Perdarahan tidak teratur yang menetap dapat diberikan terapi dengan memberikan dosis berikutnya lebih awal atau dengan memberikan terapi estrogen dosis rendah sementara

Dari uraian di atas membuat penulis berkeinginan membuat kajian literatur tentang efektivitas Media Lembar dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang efek samping kontrasepsi hormonal jangka Panjang.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Efektivitas Media Lembar Balik Dalam Meningkatkan Kesadaran dan Pengetahuan tentang efek samping kontrasepsi hormonal jangka panjang ?”

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Diketuainya Efektivitas Penggunaan Media lembar balik Dalam Meningkatkan Kesadaran dan Pengetahuan tentang efek samping kontrasepsi hormonal jangka panjang.

1.3.1. Tujuan Khusus

1. Diketuainya nilai rata-rata pengetahuan WUS sebelum diberikan edukasi dengan penggunaan media lembar balik dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang efek samping kontrasepsi hormonal jangka panjang
2. Diketuainya rancangan media lembar balik dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang efek samping kontrasepsi hormonal jangka panjang.
3. Diketuainya nilai rata-rata pengetahuan WUS sesudah diberikan edukasi dengan penggunaan media lembar balik dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang efek samping kontrasepsi hormonal jangka panjang.
4. Diketuainya efektivitas penggunaan media edukasi lembar balik dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang efek samping kontrasepsi hormonal jangka panjang.

1.4. Manfaat Penelitian

a. Bagi Peneliti

5. Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam proses penelitian tentang cara perancangan media edukasi lembar balik dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang efek samping kontrasepsi hormonal jangka panjang.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai masukan dan bahan referensi bagi instansi pendidikan dalam merancang media edukasi lembar balik dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang efek samping kontrasepsi hormonal jangka panjang.

1.5.Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan media edukasi lembar balik dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang efek samping kontrasepsi hormonal jangka panjang. Sasaran penelitian ini adalah pasangan WUS. Jenis penelitian ini menggunakan lembar balik dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang efek samping kontrasepsi hormonal jangka panjang jenis *quasi experiment* dengan one group pretest dan posttest. Teknik pengambilan sampel pada penelitian kuantitatif dengan *sampling insidental*, sedangkan penelitian kualitatif dengan *purposive sampling*. Data pada penelitian ini dikumpulkan dengan kuesioner dan wawancara mendalam.

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Konsep Pendidikan Kesehatan

1. Definisi Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan adalah proses yang mencakup dimensi dan kegiatan-kegiatan intelektual, psikologi, dan sosial yang diperlukan untuk meningkatkan kemampuan seseorang dalam mengambil keputusan secara sadar dan yang mempengaruhi kesejahteraan diri, keluarga dan masyarakat. Proses tersebut didasarkan pada prinsip-prinsip ilmu pengetahuan yang memberi kemudahan untuk belajar dan perubahan perilaku, baik bagi tenaga kesehatan maupun bagi pemakai jasa pelayanan, termasuk anak-anak dan WUS. Edukasi kesehatan juga merupakan upaya-upaya terencana untuk mengubah perilaku individu, kelompok, keluarga dan masyarakat. Hal ini juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan membutuhkan pemahaman yang mendalam, karena melibatkan berbagai konsep atau istilah seperti perubahan perilaku dan proses pendidikan.⁽¹⁴⁾

2. Tujuan Pendidikan Kesehatan

Tujuan pendidikan kesehatan adalah mengubah perilaku individu maupun masyarakat di bidang kesehatan. Tujuan pendidikan kesehatan sebagai berikut : ⁽¹⁴⁾

- a. Menjadikan kesehatan sebagai sesuatu yang bernilai di masyarakat. Oleh sebab itu, pendidikan kesehatan bertanggung jawab mengarahkan cara-cara hidup sehat menjadi kebiasaan hidup masyarakat sehari-hari.
- b. Menolong individu agar mampu secara mandiri atau berkelompok mengadakan kegiatan untuk mencapai tujuan hidup sehat.
- c. Mendorong pengembangan dan penggunaan secara tepat sarana pelayanan kesehatan yang ada.

B. MEDIA LEMBAR BALIK

Media pembelajaran standar lembar balik adalah media yang menyajikan gambar berseri dengan cara membalik-balik gambar tersebut. Media pembelajaran standar lembar balik digolongkan sebagai media pembelajaran sederhana (Kustiawan, 2016). Media pembelajaran standar lembar balik cukup mudah dalam proses pembuatannya, tidak memakan waktu yang lama, persiapan yang tidak terlalu rumit serta biaya yang sedikit. Media ini menampilkan gambar berseri yang penyajiannya dengan cara membalik-balik gambar seri tersebut.

Media pembelajaran standar lembar balik dapat berfungsi sebagai media yang dapat meningkatkan perhatian siswa. Keberhasilan pembelajaran dapat diupayakan dengan

menarik dan mengarahkan perhatian siswa untuk berkonsentrasi kepada materi pelajaran yang ditampilkan melalui media pembelajaran standar lembar balik di dalam kegiatan belajar mengajar (Inanahayu, 2012; Kiptiyah, 2012; Kurniawati, 2015). Melalui media pembelajaran standar lembar balik siswa dapat belajar melalui teks dan gambar sehingga dapat meningkatkan kognitif siswa melalui lambang visual yang dapat memperlancar pencapaian tujuan memahami dan mengingat informasi yang terkandung dalam gambar. Selain itu media standar lembar balik merupakan media visual yang dapat membantu siswa yang lemah dalam membaca untuk mengorganisasikan informasi dalam teks dan mengingatnya Kembali.

C. WUS

1. Definisi WUS

Masa WUS merupakan masa transisi yang unik dan ditandai oleh berbagai perubahan fisik, emosi dan psikis. Usia WUS berumur dari 20-35 tahun. Masa WUS ini merupakan masa yang rawan penyakit seksual. Melalui seks bebas yang dapat membahayakan mereka karena bisa terjangkit berbagai penyakit kelamin atau penyakit menular seksual terutama yaitu HIV/AIDS. Masa WUS yang merupakan masa yang sangat baik untuk mengembangkan segala potensi positif yang mereka miliki seperti bakat, kemampuan, dan minat. Masa ini adalah masa pencarian nilai-nilai hidup sebaiknya kalangan WUS diberi bimbingan agama agar menjadi pedoman hidup baginya⁽¹⁷⁾

2. Ciri-ciri WUS

Tumbuh kembangnya untuk WUS dewasa berdasarkan kematangan psikososial dan seksual. Semua WUS akan melewati tahapan berikut :⁽¹⁸⁾

- 1) Masa WUS awal (*early adolescence*) usia 11-13 tahun.
- 2) Masa WUS pertengahan (*mid adolescence*) usia 14-16 tahun.
- 3) Masa WUS akhir (*late adolescence*) usia 17-20 tahun

3. Perkembangan Fisik dan Psikologis

Perkembangan fisik dan psikologis pada WUS yaitu :⁽¹⁸⁾

- a. Pertumbuhan tinggi badan yang cepat (pacu tumbuh). Tumbuh lebih cepat dari pada usia lainnya.
- b. Perkembangan seks sekunder antara lain : pinggul mulai membesar, tumbuh rambut pada vagina, dan ketiak, rambut pubis menjadi lebat, labia mayora menebal, disertai aureola dan papila mammae menonjol.
- c. Perkembangan organ reproduksi, ovarium mulai berfungsi dibawah pengaruh hormon gonadotropin dan hipopisis, pengaruh realising factor dari hipotalamus.
- d. Perubahan komposisi tubuh, terutama tinggi badan dan berat badan.

- e. Perubahan sirkulasi hormon dalam tubuh antara lain menarche, serta mempengaruhi psikis dan emosi yang menimbulkan kecemasan.

4. Kesehatan Reproduksi WUS

Masa WUS adalah masa transisi yang unik dan ditandai oleh berbagai perubahan fisik, emosi psikis. Usia WUS yaitu 10-19 tahun. Dari segi kesehatan reproduksi, perilaku ingin mencoba-coba dalam bidang seks merupakan hal yang sangat rawan bagi WUS. Karena dapat membawa akibat yang sangat buruk hingga merugikan masadepan WUS, khususnya pada WUS putri.

Beberapa hal yang berpengaruh buruk terhadap kesehatan WUS :

- a. Masalah gizi
- b. Masalah pendidikan
- c. Masalah lingkungan dan pekerjaan
- d. Masalah seks dan seksualitas
- e. Masalah kesehatan reproduksi WUS

Pembinaan kesehatan reproduksi pada WUS sangatlah penting.

Berupa pembekalan ilmu pengetahuan yang diperlukan WUS yaitu :

- a. Perkembangan fisik, kejiwaan dan kematangan seksual WUS
- b. Proses reproduksi yang bertanggung jawab
- c. Pergaulan yang sehat antara WUS laki-laki dan perempuan
- d. Persiapan pra nikah
- e. Kehamilan dan persalinan, serta cara pencegahannya

D. Pengetahuan

1. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang berpengaruh.

Tingkat Pengetahuan di Dalam Domain Kognitif

Dalam pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 Tingkatan :

- a. Tahu (*Know*)

Tahu dapat diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini merupakan mengingat kembali (*Recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

b. Memahami (*Comprehension*)

Memahami dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.

c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi nyata. Misalnya dapat menggunakan rumus statistik dalam perhitungan-perhitungan hasil penelitian, dapat menggunakan prinsip-prinsip siklus pemecahan masalah di dalam pemecahan masalah kesehatan dari kasus yang diberikan.

d. Analisis (*Analaysis*)

Analisis merupakan suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih didalam struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. kemampuan ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, dan mengelompokkan.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru atau kemampuan menyusun formulasi baru dari formulasi- formulasi yang ada. Misalnya dapat menyusun, merencanakan, meringkaskan, menyesuaikan, dan sebagainya terhadap suatu teori.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evalusi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek. Contohnya dapat membandingkan antara anak yang cukup gizi dengan anak kekurangan gizi, dapat menanggapi terjadinya diare disuatu tempat.

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin diukur dapat di sesuaikan dengan tingkatan-tingkatan diatas.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu sebagai berikut :

a. Pendidikan

Pendidikan merupakan bimbingan yang di berikan seseorang pada orang lain terhadap sesuatu hal agar mereka dapat memahami. Tidak

dapat di pungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka untuk menerima informasi dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya jika seseorang memiliki tingkat pendidikan rendah, akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan.

b. Pekerjaan

Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun secara tidak langsung. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan.

c. Umur

Dengan bertambahnya umur seseorang akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan mental. Pertumbuhan pada fisik secara garis besar ada 4 kategori yaitu pertama perubahan ukuran, kedua perubahan proporsi, ketiga hilangnya ciri-ciri lama, keempat timbulnya ciri-ciri yang baru. Ini dapat terjadi akibat pematangan fungsi organ. Pada aspek psikologis atau mental taraf berpikir seseorang semakin matang dan dewasa.

d. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan berpengaruh terhadap perkembangan dan perilaku kelompok.

e. Faktor Sosial Budaya

Sistem sosial budaya yang ada didalam masyarakat dapat mempengaruhi sikap dalam menerima suatu informasi.

3. Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan menggunakan angket yang berisikan tentang materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau sasaran.(20)

E. KESADARAN

1. Definisi

keadaan mental yang dimiliki seseorang sepanjang hidupnya.

Kata “kesadaran” berasal dari kata dasar “sadar” ditambahkan kata awalan ke- dan akhiran an. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) “Kesadaran” mempunyai arti keinsafan, keadaan mengerti.

Menurut Psikolog dulu menyamakan “kesadaran” dengan “pikiran” (mind). Ahli psikolog

dulu juga memberikan definisi psikologi adalah ilmu yang didalamnya mempelajari kesadaran dan pikiran. Dan untuk mempelajari kesadaran menurut mereka dapat menggunakan metode instropektif atau instropeksi diri. Dari kesadaran akan memberikan sumbangsih yang sangat berharga dalam memahami pikiran yang bekerja

Dalam literatur lain Sederhananya, kesadaran akan melibatkan

- (a) pemantauan terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitar sehingga persepsi, memori dan proses berfikir direpresentasikan dalam kesadaran; dan
- (b) mengendalikan diri sendiri dan lingkungan sekitar sehingga individu mampu memulai dan mengakhiri aktifitas perilkudan kognitif.

Kesadaran individu memfokuskan pada beberapa stimuli dan mengabaikan stimuli yang lainnya. Seringkali informasi yang dipilih berkaitan dengan dunia internal atau eksternal. Misalnya, saat seseorang berkonsentrasi membaca paragraf, ia mungkin tidak menyadari banyak stimuli latar. Tetapi jika terjadi perubahan cahaya lampu mendadak mati, udara mulai berasap, atau pendingin udara berhenti secara mendadak ia baru menyadari stimuli tersebut. Perhatian (attention) seseorang adalah selektif; sebagian peristiwa lebih diutamakan dibandingkan peristiwa lain dalam mencapai kesadaran dan dalam memulai suatu Tindakan

Pengendalian yang merupakan fungsi lain dari kesadaran adalah untuk merencanakan, memulai, dan membimbing tindakan. Apakah rencana itu sederhana dan mudah diselesaikan (seperti bertemu dengan seorang kawan saat makan siang) atau kompleks dan jangka panjang (seperti mempersiapkan karir hidup), tindakan individu harus berpedoman dan disusun agar berkoordinasi dengan peristiwa-peristiwa di sekitar dirinya.

Kesadaran WUS dalam menentukan pemilihan kontrasepsi yang tepat dan efek samping kontrasepsi hormonal jangka Panjang

F. KB hormonal jangka Panjang

Metode hormonal merupakan cara memanipulasi siklus menstruasi yang dikendalikan oleh hormon dan ini merupakan metode pengendalian kelahiran lain yang cukup efektif. Metode hormonal yang umum adalah kontrasepsi oral atau pil. Pil KB memulai dan mempertahankan umpan balik negatif dengan memberikan progesteron dan estrogen dalam dosis yang cukup kuat untuk menghambat pelepasan GnRH, LH, dan FSH. Dengan tidak adanya folikel LH dan FSH tidak matang maka ovulasi tidak terjadi. Namun, jika kontrasepsi pil tidak diminum setiap hari, ovulasi dapat berlanjut dan menyebabkan kehamilan tak terduga. Kontrasepsi oral memiliki beberapa sisi efek yang dapat dianggap menguntungkan dan merugikan. Untuk wanita yang menderita kram menstruasi yang sangat parah dan darah menstruasi sangat banyak, kontrasepsi oral dapat untuk mengurangi kram dan darah menstruasi yang banyak. Efek samping lainnya termasuk penambahan berat badan, sakit kepala, tekanan darah tinggi, dan pembekuan darah.

Wanita yang merokok saat minum pil memiliki risiko penggumpalan darah dan masalah pembuluh darah yang lebih tinggi.

Kontrasepsi berbasis hormon lainnya adalah suntikan dan implan. Suntikan ini adalah progesteron yang diformulasikan secara khusus dan bertahan satu hingga tiga bulan. Implan yang ditempatkan di bawah kulit juga merupakan progesteron yang dilepaskan secara lambat yang diformulasikan untuk melindungi seseorang dari kehamilan hingga lima tahun, tetapi dapat dilepas kapan saja jika diinginkan. Intrauterine device (IUD) adalah potongan kecil dari plastik atau logam yang dimasukkan ke dalam rahim. IUD mencegah kehamilan dengan membuat peradangan ringan kronis di dalam lapisan rahim. Peradangan ini menyebabkan sedikit peningkatan suhu dan terlokalisasi akumulasi sel darah putih, menghasilkan lingkungan yang menghambat implantasi sel telur yang telah dibuahi. Keuntungan dari metode ini relatif efektif dan IUD dapat dikeluarkan kapan saja, tetapi hanya oleh penyedia layanan kesehatan yang berkualifikasi. Beberapa kemungkinan efek samping dari keberadaan IUD di dalam rahim termasuk kram rahim, infeksi, perdarahan abnormal, dan kemungkinan kerusakan uterus. IUD adalah salah satu bentuk kontrasepsi. Sepotong plastik (meskipun ada banyak bentuk dan ukuran yang berbeda), mirip dengan yang digambarkan di sini, ditempatkan ke dalam rahim. Iud membuat peradangan lokal yang menyebabkan penumpukan sel darah putih. Lingkungan yang tidak menguntungkan mencegah sel telur yang dibuahi menempel ke dinding Rahim

Perangkat alat kontrasepsi lainnya adalah termasuk diafragma/penutup serviks untuk wanita dan kondom untuk pria. Diafragma harus dipasang ke leher rahim sebelum melakukan hubungan seksual. Kerugian utama dari metode ini adalah perangkat harus dimasukkan sebelum hubungan seksual dan dilepas beberapa saat setelah hubungan berakhir. Diafragma beresiko tinggi terjadinya kehamilan jika tidak dimasukkan dengan benar, memungkinkan sperma melewati sisi diafragma yang tidak tepat sehingga meningkatkan kemungkinan sperma itu akan memasuki rahim.

Kontrasepsi merupakan suatu cara untuk mencegah terjadinya kehamilan yang bertujuan untuk menjarangkan kehamilan, merencanakan jumlah anak dan meningkatkan kesejahteraan keluarga agar dapat memberikan perhatian dan pendidikan yang maksimal pada anak. Kontrasepsi hormonal yang di gunakan untuk mencegah terjadi kehamilan dapat memiliki pengaruh positif maupun negatif terhadap berbagai organ tubuh wanita, baik organ genitalia maupun non genitalia (Baziad, 2002). Tahun 2006 dilaporkan sebanyak 12 jt/100 juta penduduk dunia menggunakan kontrasepsi hormonal (DMPA) (Wilopo SA, 2006). Kontrasepsi hormonal (suntik) merangsang pusat pengendali nafsu makan dihipotalamus, yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak daripada biasanya. DMPA mempengaruhi metabolisme karbohidrat. Permasalahan tersebut dapat menjadikan kadar glukosa dalam darah secara kuantitas naik dan akhirnya menyebabkan berat badan meningkat (Hartanto H., 2002).

2.4.1 Keuntungan Kontrasepsi

Keuntungan alat kontrasepsi suntikan kombinasi yaitu resiko terhadap kesehatan kecil, tidak berpengaruh terhadap hubungan suami istri, tidak diperlukan pemeriksaan dalam, jangka panjang, efek samping sangat kecil, klien tidak perlu menyimpan obat suntik. Keuntungan non kontrasepsi mengurangi jumlah perdarahan, mengurangi nyeri saat haid, mencegah anemia, khasiat pencegahan terhadap kanker ovarium dan kanker endometrium, mencegah kehamilan ektopik, melindungi klien dari jenis-jenis tertentu penyakit radang panggul.

2.4.2 Efek Samping

Kerugian dan efek samping dari kontrasepsi ini adalah seperti:

- a. Terjadi perubahan pola haid (haid tidak teratur, spotting, perdarahan selama 10 hari)
- b. Mual, sakit kepala, nyeri payudara ringan
- c. Penambahan berat badan
- d. Serangan jantung, stroke, bekuan darah pada paru dan otak, tumor hati.
- e. Keterlambatan pemulihan kesuburan
- f. Tidak melindungi terhadap penyakit menular seksual (PMS)

G. Media Edukasi

Media edukasi merupakan alat yang digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan bahan pendidikan atau pengajaran. Media edukasi disebut juga sebagai alat peraga karena berfungsi membantu dan juga memperagakan sesuatu dalam proses pendidikan. Prinsip pembuatan alat peraga atau media bahwa pengetahuan yang ada pada setiap sasaran diterima melalui pancaindra sasaran. Semakin banyak pancaindra yang digunakan, maka semakin banyak dan semakin jelas pula pengetahuan yang diperoleh seseorang. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan alat peraga dimaksudkan mengarahkan indra sebanyak mungkin pada suatu objek sehingga memudahkan pemahaman sasaran. Pancaindra yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak yaitu mata kurang lebih 75% - 87%, sedangkan 13% - 25% pengetahuan manusia diperoleh melalui indra lainnya.(14)

- 1) Menemukan penyebab masalah yang meliputi penyebab masalah yang bukan perilaku dan yang perilaku
- 2) Menemukan sifat masalah yang meliputi beratnya masalah, luasnya masalah, epidemiologi masalah serta perkembangan masalah.
- 3) Menemukan faktor-faktor lain yang mempengaruhi terjadinya masalah, misalnya kebijakan, politik, sosial budaya.
- 4) Menemukan kelompok sasaran yang terkena masalah.

Analisis masalah kesehatan meliputi :

- 1) Analisis masalah kesehatan meliputi Analisis masalah kesehatan yang berkaitan dengan perilaku
- 2) Analisis masalah kesehatan yang berkaitan dengan faktor-faktor yang melatar belakangi perilaku sekarang
- 3) Analisis masalah kesehatan yang berkaitan dengan tahap adopsi perilaku, meliputi pengetahuan, kesadaran, mempertimbangkan, niat, tindakan, mempertahankan dan meneruskan kepada orang lain
- 4) Analisis perilaku kesehatan yang berkaitan dengan kebijakan dan sumber daya, terdiri dari kebijakan publik berwawasan kesehatan dan mitra potensial serta sarana komunikasi

b. Analisis target sasaran

- 1) Sasaran primer, sasaran yang terkena masalah kesehatan
- 2) Sasaran sekunder, adalah sasaran yang mempunyai potensi melakukan intervensi promosi kesehatan kepada sasaran primer.
- 3) Sasaran tersier, adalah individu atau kelompok yang mempunyai kewenangan untuk memberikan dukungan kebijakan maupun sumber daya kegiatan promosi kesehatan.

2. Rancangan pengembangan media

Ada beberapa jenis kegiatan yang dilakukan pada tahap ini yaitu :

- a. Menentukan tujuan, dalam menentukan tujuan harus dibuat Smart yaitu terukur, dapat dicapai relevan dan tenggang waktu.
- b. Identifikasi segmentasi sasaran, tengah pengelompokan sasaran atau segmen pasti dilakukan berdasarkan demokrasi, geografi, budaya, psychologist atau karakteristik-karakteristik lainnya yang spesifik.
- c. Pengembangan mengembangkan pesan-pesan yang dikembangkan harus sesuai dengan tujuan karakteristik sasaran serta media yang telah dipilih.
- d. Mengembangkan media yang akan digunakan, dalam mengembangkan media disesuaikan dengan metode dan teknik promosi kesehatan yang akan dilakukan. Selain itu juga perlu dipertimbangkan bahan dan jenis media yang akan digunakan.
- e. Jangka waktu dan dampak penggunaan penggunaan media tersebut.

- f. Kemampuan yang dimiliki.
 - g. Rencana kegiatan, melalui berbagai jenis media harus dirancang dengan benar dan tepat.
 - h. Perencanaan Anggaran

Pengembangan media harus disesuaikan dengan rencana kegiatan penyuluhan atau promosi kesehatan yang akan dilaksanakan pihak yang terlibat dalam pengembangan media.
3. Pengembangan pesan, uji coba dan produksi media
- Langkah-langkah melakukan uji coba meliputi sebagai berikut :
- a. Membuat rancangan uji coba
 - b. Membuat instrumen uji coba
 - c. Melakukan standarisasi petugas pelaksana uji coba melaksanakan kegiatan uji coba
 - d. Melakukan analisa hasil uji coba
 - e. Merumuskan rekomendasi hasil uji coba
4. Pelaksanaan dan pemantauan
- Kegiatan yang dilakukan adalah melakukan penyuluhan atau promosi kesehatan dengan menggunakan media.
5. Evaluasi dan rancang ulang
- Tahap evaluasi evaluasi dimaksudkan untuk memperoleh informasi tentang hasil atau output dan dampak kegiatan promosi kesehatan dengan menggunakan media yang telah diproduksi. Langkah-langkah evaluasi yang dilakukan adalah :
- a. Membuat rencana evaluasi
 - b. Melakukan standarisasi petugas pelaksana evaluasi
 - c. Melaksanakan kegiatan evaluasi dan melakukan analisis hasil evaluasi dan merumuskan rekomendasi hasil evaluasi. Hasil evaluasi digunakan sebagai bahan untuk melakukan kegiatan rancang ulang media promosi kesehatan yang lebih sesuai lagi.

BAB III

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian berbasis literatur review, yang dimana literatur review berisi uraian mengenai teori. Temuan yang bersumber pada kajian jurnal dan bahan penelitian lainnya yang berasal dari bahan acuan yang akan dijadikan dasar pelaksanaan kegiatan dalam merangkai kerangka konsep pemikiran dari rumusan masalah yang akan dibahas. Penulis bertugas menganalisis melalui kajian kajian sebelumnya. Penulis menganalisis dari beberapa kajian dan selanjutnya dirangkum menjadi hasil yang telah dikaji kembali. Hasil analisis berupa judul, tahun, tempat, tujuan, metode, subjek, dan hasil dari kajian yang penulis baca. Lalu kemudian, dikupas mendalam, dari sinilah penulis akan merangkum apa saja yang bisa ditulis sesuai kajian dan pembahasan. 10 Jurnal kajian akan digunakan dalam penelitian ini, dan 10 jurnal ini adalah jurnal 5 tahun terakhir yang penulis akan kaji. Analisis akan meliputi penggunaan poster sebagai media komunikasi maupun promosi kesehatan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan 10 jurnal yang telah dianalisis, maka peneliti mendapatkan kajian terhadap penggunaan poster sebagai media komunikasi kesehatan melalui analisis literatur dari sepuluh jurnal yang relevan. Berdasarkan beberapa jurnal yang ditinjau, ditemukan bahwa desain visual yang menarik, termasuk penggunaan warna cerah, gambar yang relevan, dan tata letak yang rapi, dapat meningkatkan perhatian dan pemahaman audiens terhadap pesan kesehatan yang disampaikan. Media lembar balik dengan desain visual yang menarik memiliki tingkat keterbacaan yang lebih tinggi dan lebih efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan dibandingkan dengan poster yang didesain secara sederhana. Selain itu, penggunaan kata-kata sederhana dan bahasa yang mudah dipahami oleh target audiens sangat penting dalam komunikasi kesehatan.

Media lembar balik yang menggunakan bahasa yang sesuai dengan tingkat literasi audiens lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan retensi informasi. Hal ini menunjukkan pentingnya menyesuaikan bahasa yang digunakan dalam media lembar balik dengan karakteristik demografis target audiens. Lokasi penempatan media lembar balik juga memiliki dampak signifikan terhadap efektivitasnya. Media lembar balik yang ditempatkan di lokasi strategis, seperti ruang tunggu klinik, sekolah, tempat umum, dan area kerja, lebih efektif dalam menjangkau audiens yang lebih luas dan meningkatkan kesadaran kesehatan. Durasi paparan terhadap media lembar balik juga mempengaruhi efektivitas komunikasi kesehatan. Media lembar balik yang dipajang dalam jangka waktu yang lebih lama cenderung lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku Kesehatan dibandingkan dengan poster yang hanya dipajang dalam waktu singkat. Hal ini menunjukkan pentingnya mempertimbangkan durasi penempatan poster dalam perencanaan kampanye kesehatan.

Beberapa penelitian menyarankan bahwa efektivitas media lembar balik dapat ditingkatkan jika dikombinasikan dengan media komunikasi kesehatan lainnya, seperti brosur, video, dan media sosial. Penggunaan poster sebagai bagian dari kampanye multimedia lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan kesehatan dibandingkan dengan penggunaan poster secara tunggal. Analisis literatur juga menunjukkan bahwa respon audiens terhadap poster kesehatan dapat bervariasi berdasarkan faktor demografis seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, dan budaya.

Media lembar balik yang dirancang dengan mempertimbangkan preferensi budaya dan sosial audiens lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterlibatan audiens. Pentingnya evaluasi dan feedback dalam penggunaan media lembar balik sebagai media

komunikasi kesehatan juga ditekankan dalam beberapa jurnal. Media lembar balik yang dievaluasi secara berkala dan diperbaiki berdasarkan feedback dari audiens lebih berhasil dalam menyampaikan pesan kesehatan. Proses evaluasi ini membantu memastikan bahwa poster tetap relevan dan efektif.

Beberapa jurnal menekankan pentingnya keberlanjutan kampanye kesehatan menggunakan media lembar balik. Kampanye yang berkelanjutan dan konsisten dengan pesan yang disampaikan melalui poster lebih efektif dalam menciptakan perubahan perilaku jangka panjang dibandingkan dengan kampanye yang sporadis. Media lembar balik yang dirancang dengan mempertimbangkan konteks sosial dan komunitas tempat dipajangnya dapat meningkatkan efektivitas komunikasi kesehatan. Poster yang melibatkan komunitas lokal dalam proses desain dan distribusi lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran dan penerimaan pesan kesehatan.

Beberapa penelitian juga menyoroti pentingnya mempertimbangkan aspek psikologis dalam desain poster kesehatan. Media lembar balik yang memanfaatkan elemen psikologis, seperti gambar yang menimbulkan empati atau motivasi, lebih efektif dalam mempengaruhi perilaku kesehatan audiens.

DISKUSI

Desain visual yang menarik merupakan elemen kunci dalam efektivitas poster sebagai media komunikasi kesehatan, karena mampu menarik perhatian, memudahkan pemahaman pesan, dan meningkatkan daya ingat informasi. Penggunaan warna cerah dan kontras, dapat menyoroti informasi penting dan menarik perhatian audiens. Gambar dan ilustrasi yang relevan dan berkualitas tinggi, membantu menjelaskan konsep kompleks dan meningkatkan keterlibatan audiens. Selain itu, tata letak yang rapi dan tipografi yang jelas meningkatkan keterbacaan dan pemahaman informasi.

Konsistensi desain dalam elemen visual juga membantu menciptakan identitas visual yang kuat dan membangun kredibilitas pesan. Penggunaan elemen interaktif, seperti kode QR, dapat meningkatkan keterlibatan audiens dengan mendorong mereka untuk mencari informasi lebih lanjut atau berpartisipasi dalam aktivitas kesehatan.

Secara keseluruhan, kombinasi warna efektif, gambar relevan, tata letak baik, konsistensi desain, dan elemen interaktif dapat membuat poster menjadi alat komunikasi kesehatan yang efektif, mampu menarik perhatian, memudahkan pemahaman, dan mendorong perubahan perilaku positif di masyarakat (Wahyuningrum & Hernawati, 2021). Penggunaan bahasa yang mudah dipahami merupakan aspek penting dalam efektivitas poster sebagai media komunikasi kesehatan, karena bahasa yang sederhana dan jelas dapat meningkatkan pemahaman dan retensi informasi oleh audiens.

Media lembar balik yang menggunakan bahasa sesuai dengan tingkat literasi target audiens lebih efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan. Ini penting karena penggunaan kata-kata yang kompleks atau terminologi medis yang sulit dipahami dapat mengurangi efektivitas pesan. Menyesuaikan bahasa dengan karakteristik demografis audiens, seperti usia, pendidikan, dan latar belakang budaya, juga dapat meningkatkan relevansi dan keterlibatan audiens dengan konten poster. Penggunaan kalimat pendek, struktur yang jelas, dan terminologi yang familiar membantu audiens mencerna informasi dengan lebih cepat dan efisien. Oleh karena itu, perencanaan bahasa yang digunakan dalam poster kesehatan harus mempertimbangkan tingkat literasi dan preferensi bahasa dari target audiens untuk memastikan pesan dapat diterima dan dipahami dengan baik, sehingga mampu mendorong perubahan perilaku kesehatan yang diinginkan (Ernawati, 2022).

Lokasi penempatan media lembar balik adalah faktor krusial dalam menentukan efektivitas poster sebagai media komunikasi kesehatan, karena lokasi yang strategis dapat meningkatkan keterpaparan dan keterlibatan audiens dengan pesan yang disampaikan. yang ditempatkan di ruang tunggu klinik, sekolah, tempat umum, dan area kerja lebih efektif dalam menjangkau audiens yang lebih luas dibandingkan dengan poster yang ditempatkan di lokasi yang kurang strategis. Penempatan di tempat-tempat dengan lalu lintas tinggi, di mana audiens memiliki waktu untuk membaca dan merenungkan pesan, dapat meningkatkan peluang poster untuk diperhatikan dan dipahami.

Selain itu, mempertimbangkan konteks lokasi dan relevansi pesan dengan audiens yang berada di area tersebut juga penting untuk memastikan pesan mencapai target yang tepat. Misalnya, poster tentang kebersihan tangan akan lebih efektif jika ditempatkan di dekat fasilitas cuci tangan. Oleh karena itu, perencanaan lokasi penempatan poster harus mempertimbangkan faktor-faktor seperti demografi, kebiasaan audiens, dan relevansi kontekstual untuk memastikan pesan kesehatan dapat diterima dengan optimal dan

memaksimalkan dampak komunikasi (Utoyo, 2020). Durasi paparan media lembar balik merupakan faktor penting dalam menentukan efektivitas sebagai media komunikasi kesehatan, karena durasi yang cukup memungkinkan audiens untuk menyerap dan memahami informasi yang disampaikan. Media lembar balik cenderung lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku kesehatan dibandingkan dengan poster yang hanya dipajang dalam waktu singkat.

Durasi paparan yang cukup memberikan waktu bagi audiens untuk merenungkan

pesan, mengingat informasi penting, dan memutuskan untuk mengambil tindakan yang dianjurkan. Selain itu, eksposur yang berulang terhadap poster yang sama dapat memperkuat pesan dan meningkatkan daya ingat. Oleh karena itu, dalam merencanakan kampanye kesehatan menggunakan poster, penting untuk mempertimbangkan durasi paparan yang optimal, memastikan poster tetap terlihat dalam periode waktu yang cukup lama untuk memaksimalkan dampaknya pada audiens dan mendorong perubahan perilaku yang diinginkan (Rahmah et al., 2020).

Kombinasi media lembar balik dengan media komunikasi kesehatan lainnya dapat meningkatkan efektivitas penyampaian pesan secara signifikan. Kampanye kesehatan yang menggabungkan poster dengan media seperti brosur, video, dan media sosial lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman audiens dibandingkan dengan penggunaan poster secara tunggal. Kombinasi media memungkinkan penyampaian pesan melalui berbagai saluran yang berbeda, menjangkau audiens dalam berbagai situasi dan konteks.

Media tambahan dapat memperkuat pesan yang disampaikan dengan menyediakan informasi lebih mendalam atau interaktif, dan meningkatkan keterlibatan audiens dengan materi kampanye. Misalnya, mempromosikan vaksinasi dapat dipadukan dengan video edukasi di media sosial yang menjelaskan manfaat vaksin dan prosedur vaksinasi secara lebih detail. Dengan pendekatan multimedia, pesan kesehatan menjadi lebih komprehensif dan mudah diakses, yang dapat mendorong tindakan dan perubahan perilaku yang lebih efektif di masyarakat (Wicaksana et al., 2020).

Preferensi budaya dan sosial memainkan peran penting dalam efektivitas media lembar balik sebagai media komunikasi kesehatan, karena desain dan pesan yang sesuai dengan konteks budaya dan sosial audiens dapat meningkatkan relevansi dan keterlibatan. Media lembar balik yang dirancang dengan mempertimbangkan nilai-nilai, norma, dan kebiasaan budaya target audiens lebih efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan.

Misalnya, penggunaan simbol, warna, dan gaya komunikasi yang sesuai dengan budaya lokal dapat membantu audiens merasa lebih terhubung dengan pesan yang disampaikan. Selain itu, memahami latar belakang sosial audiens, seperti status sosial dan ekonomi, juga penting untuk memastikan bahwa pesan tidak hanya diterima tetapi juga relevan dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan menyesuaikan desain dan konten poster sesuai dengan preferensi budaya dan sosial, pesan kesehatan dapat disampaikan dengan lebih efektif, meningkatkan pemahaman, dan mendorong perubahan perilaku yang positif dalam komunitas (Nurhadi et al., 2020).

Evaluasi dan feedback adalah elemen krusial dalam meningkatkan efektivitas media lembar balik sebagai media komunikasi kesehatan, karena proses ini memungkinkan

penyesuaian dan perbaikan desain serta konten berdasarkan respons audiens. Poster yang secara berkala dievaluasi dan disesuaikan berdasarkan umpan balik dari audiens cenderung lebih berhasil dalam menyampaikan pesan kesehatan. Evaluasi dapat melibatkan survei atau wawancara dengan audiens untuk mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan poster, seperti keterbacaan, daya tarik visual, dan kejelasan pesan.

Feedback dari audiens membantu dalam memahami bagaimana media lembar balik diterima dan dipahami, serta apa yang perlu diubah untuk meningkatkan efektivitasnya. Dengan menerapkan perbaikan berdasarkan feedback, poster dapat diperbaharui untuk lebih baik memenuhi kebutuhan dan preferensi audiens, sehingga meningkatkan dampak kampanye kesehatan secara keseluruhan (Nugroho & Basri, 2021). Keberlanjutan kampanye kesehatan menggunakan poster sangat penting untuk menciptakan perubahan perilaku jangka panjang dan memastikan dampak yang berkelanjutan.

Kampanye yang konsisten dan berkelanjutan, dengan penempatan poster secara reguler dan pembaruan pesan yang berkesinambungan, lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran dan memotivasi perubahan perilaku dibandingkan dengan kampanye yang sporadis atau sekali waktu. Dengan menjaga kontinuitas dalam penempatan dan desain poster, audiens akan lebih sering terpapar pesan kesehatan, yang membantu memperkuat informasi dan mengintegrasikan praktik kesehatan ke dalam rutinitas sehari-hari mereka. Selain itu, keberlanjutan kampanye memungkinkan penyesuaian dan perbaikan berkelanjutan berdasarkan evaluasi dan feedback, sehingga kampanye tetap relevan dan efektif seiring waktu.

Oleh karena itu, strategi keberlanjutan yang direncanakan dengan baik, termasuk penjadwalan pembaruan dan penempatan berulang, merupakan kunci untuk memastikan bahwa pesan kesehatan terus menjangkau dan mempengaruhi audiens secara positif (Uning et al., 2019). Melibatkan komunitas lokal dalam perancangan dan distribusi poster kesehatan dapat secara signifikan meningkatkan efektivitas pesan yang disampaikan, karena keterlibatan komunitas menciptakan rasa kepemilikan dan relevansi yang lebih tinggi terhadap konten.

Media lembar balik yang dirancang dengan partisipasi komunitas lokal lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran dan penerimaan pesan kesehatan. Dengan melibatkan anggota komunitas dalam proses desain, seperti melalui focus group atau konsultasi, pesan yang

disampaikan dapat disesuaikan dengan kebutuhan, nilai, dan norma lokal, yang membuatnya lebih resonan dan diterima. Selain itu, komunitas lokal dapat membantu dalam distribusi poster ke tempat-tempat strategis dan menjangkau audiens yang lebih luas melalui jaringan sosial mereka.

Partisipasi komunitas tidak hanya meningkatkan efektivitas komunikasi tetapi juga memperkuat hubungan antara penyelenggara kampanye dan masyarakat, menciptakan dukungan yang lebih luas dan meningkatkan kemungkinan perubahan perilaku yang diinginkan (Fauziah et al., 2020). Elemen psikologi seperti empati dan motivasi memainkan peran penting dalam meningkatkan efektivitas poster kesehatan, karena keduanya dapat mempengaruhi emosi dan perilaku audiens secara mendalam. Poster yang menggunakan gambar atau pesan yang menimbulkan rasa empati, seperti ilustrasi penderitaan atau kesuksesan individu, dapat memperkuat koneksi emosional dengan audiens dan mendorong mereka untuk lebih memperhatikan dan merespons pesan kesehatan. Selain itu, elemen motivasi, seperti pesan yang memberikan dorongan atau insentif, dapat mempengaruhi sikap audiens dan mendorong mereka untuk mengambil tindakan positif. Dengan memanfaatkan teknik psikologis yang menargetkan perasaan dan motivasi audiens, poster tidak hanya menyampaikan informasi tetapi juga menginspirasi perubahan perilaku yang lebih aktif dan terlibat, meningkatkan efektivitas kampanye kesehatan secara keseluruhan (Febriawati, 2022).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari studi literatur ini menegaskan bahwa penggunaan media lembar balik sebagai media komunikasi kesehatan dapat menjadi alat yang sangat efektif meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang efek samping kontrasepsi . jika didesain dan diterapkan dengan mempertimbangkan berbagai faktor kunci. Desain visual yang menarik, bahasa yang mudah dipahami, lokasi penempatan yang strategis, durasi paparan yang cukup, kombinasi dengan media lain, serta penyesuaian terhadap preferensi budaya dan sosial audiens merupakan aspek penting yang berkontribusi pada keberhasilan poster dalam menyampaikan pesan kesehatan. Selain itu, evaluasi dan feedback berkelanjutan, keberlanjutan kampanye, keterlibatan komunitas lokal, serta elemen psikologi seperti empati dan motivasi, turut mempengaruhi efektivitas komunikasi dan dampaknya pada perubahan perilaku. Dengan memperhatikan dan mengintegrasikan faktor-faktor ini, poster dapat memaksimalkan potensi sebagai alat komunikasi yang mendukung peningkatan kesadaran dan perilaku kesehatan positif dalam masyarakat.

5.2 Saran

Untuk meningkatkan efektivitas penggunaan media lembar balik sebagai media komunikasi kesehatan, disarankan agar penelitian dan praktik desain lebih fokus pada integrasi berbagai elemen kunci seperti desain visual yang menarik, bahasa yang mudah dipahami, dan penempatan yang strategis. Selain itu, penting untuk menerapkan evaluasi dan feedback yang sistematis guna memperbaiki media lembar balik berdasarkan respons audiens dan mempertimbangkan keberlanjutan kampanye untuk memastikan dampak jangka Panjang bagi WUS yang menggunakan KB hormonal. Melibatkan komunitas lokal dalam proses desain dan distribusi juga dapat meningkatkan relevansi dan penerimaan pesan kesehatan. Penelitian lebih lanjut sebaiknya mengeksplorasi kombinasi media lembar balik dengan media komunikasi lainnya serta memanfaatkan elemen psikologis seperti empati dan motivasi untuk meningkatkan keterlibatan dan perubahan perilaku. Dengan pendekatan yang holistik dan berbasis data, poster dapat menjadi alat komunikasi kesehatan yang lebih efektif dan berdampak.

5.3 Keterbatasan

Keterbatasan penelitian ini mencakup beberapa aspek yang perlu diperhatikan untuk interpretasi hasil yang lebih baik. Pertama, studi ini bergantung pada analisis literatur yang mungkin tidak mencakup semua variasi konteks dan populasi yang relevan, sehingga temuan mungkin tidak sepenuhnya generalizable ke semua setting atau audiens. Selain itu, keterbatasan dalam metodologi studi yang dianalisis, seperti ukuran sampel yang kecil atau desain penelitian yang heterogen, dapat mempengaruhi validitas dan reliabilitas hasil. Penelitian ini juga tidak mempertimbangkan faktor-faktor eksternal yang dapat mempengaruhi efektivitas poster, seperti perubahan sosial atau perkembangan teknologi komunikasi terbaru. Terakhir, ketergantungan pada studi yang ada berarti bahwa mungkin ada bias publikasi atau kesenjangan dalam data yang dilaporkan, yang dapat mempengaruhi kesimpulan yang ditarik. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengatasi keterbatasan ini dan untuk mengeksplorasi aspek-aspek yang belum sepenuhnya terjangkau dalam studi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ernawati, A. (2022). Media Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting. *Jurnal Litbang*, 18(2), 139–152.
- Fauziah, A. U., Kusumawati, D., & Farmasi, P. (2020). Informasi Kesehatan melalui Penyuluhan , Poster dan Leaflet di Dusun Talang Parit Desa Kemingking Dalam Kecamatan Taman Rajo Provinsi Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 2(2), 157–162.
- Febriawati, H. (2022). Pengembangan Poster Sebagai Media Promosi Pencegahan Covid-19. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 4, 42–51.
- Nugroho, A., & Basri, H. (2021). Teknik dan media komunikasi kesehatan yang efektif dalam penyampaian informasi pencegahan dan vaksinasi COVID-19 pada remaja. *Jurnal Kesehatan Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 43–48.
- Nurhadi, Z. F., Parentza, H., Munandar, A., & Rachman, D. (2020). Strategi Komunikasi dan Edukasi Pencegahan Covid-19 Melalui Media Poster. *Abdimas Umtas*, 4(1).
- Rahmah, S. F., Mahda, D. R., Purwati, T., Suryo, B., & Nasution, A. M. (2020). Edukasi Protokol Kesehatan dalam Menjalankan New Normal di Masa Pandemi Melalui Media Poster Corona virus adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai (MERS) dan Severe Acute Respiratory Distancing , Stay at Home , memakai Covid-19 Mengg. Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ.
- Uning, D., Ngisom, M., Werdani, K. E., Studi, P., Masyarakat, K., Kesehatan, F. I., Yani, A., & Sukoharjo, K. (2019). Promosi Kesehatan pada Masyarakat Kelurahan Margomulyo Usia Produktif dengan media leaflet dan poster sebagai Upaya Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi Ngawi dan secara daring (online) dengan bantuan platform Whatsapp Group . *Jurnal Kesehatan*, 236–248.
- Utoyo, A. W. (2020). Analisis Komunikasi Visual Pada Poster Sebagai Media Komunikasi Mendorong Jarak Sosial Di Jakarta Saat Pandemi. *Jurnal Lugas*, 4(1), 35–42.

- Wahyuningrum, S. R., & Hernawati. (2021). Upaya Penggunaan Poster Sebagai Media Edukasi Pencegahan Covid-19 untuk Masyarakat Desa Prekbun. *Kesehatan*, 1–18.
- Wicaksana, J., Atmadja, P., & Asmira, Y. (2020). Pengembangan Poster Kesehatan Reproduksi Berbasis Pendidikan Karakter Menggunakan Canva pada Usia Remaja Sekolah di SMA The Development of Reproductive Health Poster Based on Character Education Using Canva in School Adolescents. *Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmu Pendidikan: E-Saintika*, 4(2), 160–172.

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Defenisi Operasional Penelitian	29
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin	41
Tabel 3. Nilai Rata-rata Pengetahuan WUS Sebelum diberikan Edukasi Media lembar balik tentang KB hormonal jangka panjang.....	41
Tabel 4. Nilai Rata-rata Pengetahuan WUS sesudah diberikan Edukasi Media Media lembar balik tentang KB hormonal.....	42
Tabel 5. Rata-rata Pengetahuan WUS Sebelum dan Sesudah diberikan Media Edukasi Media lembar balik tentang KB hormonal jangka panjang	42

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori.....	27
Gambar 2. Kerangka Konsep... ..	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kisi-Kisi Kuesioner Lampiran 2.

Kuesioner Penelitian Lampiran 3. Master Tabel

Lampiran 4. Deskriptif Karakteristik Responden dan Hasil Pengolahan Data Lampiran 5.

Pedoman Wawancara dengan WUS

Lampiran 6. Pedoman Wawancara dengan Ahli Desain Grafis

KUESIONER PENELITIAN
EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA LEMBAR BALIK DALAM
MENINGKATKAN KESADARAN DAN PENGETAHUAN EFEK
SAMPING KONTRASEPSI HORMONAL JANGKA PANJANG

No Responden :

A. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah setelah item pertanyaan dan alternatif jawaban dengan seksama
2. Silangi hanya 1 jawaban yang saudara anggap paling benar
3. Isilah semua item pertanyaan
4. Mohon diperiksa kembali setiap jawaban yang telah saudara buat
5. Kuesioner yang telah diisi lengkap mohon dikembalikan kepada peneliti

B. Identitas Responden

1. Nama Responden :
2. Umur :
3. Alamat :

C. Pengetahuan

1. Apa yang dimaksud kontrasepsi hormonal?
 - a. Kontrasepsi yg mengandung h.progestin & estrogen (1)
 - b. Kontrasepsi yg mengandung h.progestin (0)
 - c. Kontrasepsi yg mengandung h. estrogen (0)
2. KB DMPA singkatan dari?
 - a. Medroxy Progesterone Asam Mefanamat (0)
 - b. Medroxy Progesterone Acetate (1)
 - c. Medroxy Progesterone Asam acetat (0)

3. KB suntik 3 bulan mengandung hormon ?
 - a. Progesteron (1)
 - b. Estrogen (0)
 - c. Estrogen dan Progesteron (0)

4. KB suntik hormon estrogen dan progesteron disuntik tiap ?
 - a. 2 bulan (0)
 - b. 1bulan (1)
 - c. 3 bulan (0)

5. KB suntik 1 bulan mengandung hormon ?
 - a. Progesteron dan estrogen (1)
 - b. Progesteron (0)
 - c. Estrogen (0)

6. Pil kombinasi mengandung hormon apakah ?
 - a. Progesteron (0)
 - b. Estrogen (0)
 - c. Progesteron dan estrogen (1)

7. Pil kombinasi bekerja secara ?
- a. Menghambat pelepasan sel telur dari ovarium (1)
 - b. Menetralsir sel sperma (0)
 - c. Mencegah sel sperma bergerak (0)
8. Biasanya pil kominasi terdiri dari berapa tablet ?
- a. 30 (0)
 - b. 28 (1)
 - c. 21 (0)
9. Pil kombinasi aktip terdiri dari 21 tabet KB dan berapa pil yang tidak aktif ?
- a. 10 (0)
 - b. 7 (1)
 - c. 5 (0)
10. Suntik KB 1 bulan, tuk suntik ulangannya kapan ?
- a. 20 hari (0)
 - b. 35 hari (0)
 - c. 28 hari (1)
11. Pil kombinasi cara kerjanya adalah ?
- a. Menghambat pelepasan sel telur (1)
 - b. Melalui pelepasan selsperma (0)

c. Mencegah fertilisasi (0)

12. Pil kombinasi mempunyai tingkat keberhasilan berapa jika digunakan dengan benar?

a. 80% (0)

b. 95% (1)

c. 70% (0)

13. Kapan waktu yang tepat menggunakan pil kombinasi ?

(1)

a. Hari ke 5 haid

b. Hari ke 3 haid (0)

c. Hari ke 2 haid (0)

14. ?

a. Melihat sendiri (0)

b. Melakukan tes (0)

c. Melakukan tes darah (1)

15. Apakah yng paling umum efek samping pil kombinasi ?

a. BB bertambah (1)

b. BB turun (0)

c. Perdarahan hebat (0)

Lampiran 5

PEDOMAN WAWANCARA

A. Identitas Informan

Jabatan :
Waktu : Selasa, 20 November 2022
Tempat : Di kediaman klien :
Informan 1

B. Panduan Wawancara

1. Menurut bapak,ibu, apakah media lembar balik KB sangat bermanfaat tuk pemilihan KB jangka panjang ?

Jawab : Sangat membutuhkan karena, media ini membantu menambah pengetahuan WUS di dalam pergaulan

2. Apa menurut bapak,ibu media yang cocok untuk penyampaian informasi kepada masyarakat?

Jawab : Media lembar balik cocok untuk menyampaikan informasi kepada lapisan masyarakat khususnya bagi pasangan usia subur.

3. Setelah diberikan media lembar balik kepada WUS, apakah media tersebut mudah dipelajari terkait informasi kesadaran dan pengetahuan WUS?

Jawab : Tentu saja, media cetak lainnya berupa poster, spanduk, dan termasuk leaflet mudah pula dipelajari

