

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Kecemasan sering kali datang kepada setiap orang ketika dihadapkan dengan sesuatu yang tidak diinginkannya. Tidak jarang juga kecemasan ini menimbulkan stress pada setiap individu yang tidak mampu mengontrol kecemasan tersebut. Kecemasan bisa dilihat dari gejala yang dialami oleh individu. Gejala fisik seperti insomnia, kehilangan selera makan, sakit kepala, dan jantung berdebar. Gejala psikologis yang dapat dilihat seperti sulit fokus, sering melamun, dan malas. Gejala-gejala tersebut mengindikasikan seseorang sedang cemas bahkan dapat menimbulkan stress. Stress bisa muncul antara lain karena keinginan yang bertentangan, ketidakmampuan menghadapi situasi, juga peristiwa traumatis semasa hidupnya. Selain itu, faktor yang memunculkan adanya stress juga bisa dari kebutuhan ekonomi keluarga, keluarga tidak harmonis, kehidupan sosial dengan lingkungan, juga masalah pekerjaan.

Kecemasan ini dialami juga oleh sebagian besar Ibu atau istri yang telah melahirkan dan ingin memilih alat kontrasepsi KB mana yang cocok dan sedikit efek samping yang timbul pada pengguna tersebut. Terdapat beberapa jenis kontrasepsi yang terbagi dalam dua kategori, yaitu metode kontrasepsi `1a`sdAZmodern dan tradisional. Metode kontrasepsi modern meliputi sterilisasi, pil KB, suntik KB, implan, kondom, kontrasepsi darurat, Sedangkan metode tradisonal terdiri dari pantang berkala (kalender), metode *amenorrhea* laktasi (MAL) dan senggama terputus.

Kontrasepsi adalah metode atau alat yang digunakan untuk mencegah kehamilan. Ada berbagai jenis kontrasepsi, masing-masing dengan manfaat dan kekurangannya masing-masing. Sebagian KB dianggap membuat gemuk

sehingga banyak wanita yang enggan menggunakan jenis KB tersebut. Program keluarga berencana lahir di Indonesia diawali dengan adanya permasalahan kependudukan, di antaranya besarnya jumlah penduduk dan kelahiran penduduk. Kepadatan penduduk yang terjadi tentu saja menjadi suatu masalah yang perlu diperhatikan sehingga banyak upaya yang diprogramkan oleh pemerintah untuk mengurangi kepadatan penduduk. Pertumbuhan penduduk yang pesat merupakan akibat dari angka kelahiran yang tinggi, menjadi sumber utama kemiskinan dan bisa menghambat laju pertumbuhan ekonomi.

Dampak dari kondisi ini akan meningkatkan beban Pemerintah dalam penyediaan pemenuhan kebutuhan dasar penduduk seperti penyediaan pangan, kesehatan, pendidikan, lapangan kerja dan transportasi. Tujuan program keluarga berencana adalah meningkatkan kesejahteraan. Dengan adanya program keluarga berencana, orang tua akan mampu membatasi jumlah kelahiran dan mengatur jarak kelahiran. Program keluarga berencana dinyatakan cukup berhasil di Indonesia, namun dalam pelaksanaannya hingga saat ini masih mengalami beberapa hambatan, masih banyak pasangan usia subur (PUS) yang belum bersedia ikut program keluarga berencana.

Konseling merupakan aspek yang sangat penting dalam pelayanan keluarga berencana. Melalui konseling keluarga berencana, petugas lapangan keluarga berencana mengajak dan membantu klien untuk ikut program keluarga berencana dan menggunakan alat-alat KB. Konseling berada di bawah rumpun psikologi. Karenanya, konseling hanya mengatasi masalah-masalah ringan dan sedang. Program keluarga berencana di Indonesia dilakukan sesuai dengan kondisi masyarakat yang sedang berkembang, dilakukan secara bertahap disesuaikan dengan tingkat pemahaman dan persepsi mayoritas masyarakat yang belum memiliki pengetahuan dan akses terhadap teknologi modern (Andarus, 2010 : 28). Ibu atau istri di dasa Sindangjawa yang hampir semua menggunakan alat kontrasepsi KB, namun tidak sedikit pula yang mencemaskan efek samping yang ditimbulkan oleh alat kontrasepsi tersebut.

Gerakan keluarga berencana sekarang ini sedang berusaha meningkatkan mutu para pelaksana dan pengelola agar masyarakat mengetahui pentingnya program keluarga berencana. Pemerintah terus memotivasi, menghimbau, dan menekankan pada masyarakat agar memiliki keluarga kecil dengan slogan program keluarga berencana “Dua anak lebih baik”. Keseriusan pemerintah dalam menyukseskan 2 program keluarga berencana dibuktikan dengan kinerja petugas lapangan keluarga berencana (PLKB) yang rutin melakukan penyuluhan keluarga berencana agar masyarakat mau mengikuti program keluarga berencana.

Dari hasil penelusuran penulis, saat ini banyak sekali pasangan suami istri terutama istri yang telah melahirkan yang membutuhkan penyuluhan alat kontrasepsi KB untuk mengatasi kecemasan pada efek samping yang ditimbulkan tersebut. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk meneliti terkait kegiatan penyuluhan alat kontrasepsi dan penanganan kecemasan yang dialami pasangan suami istri. Fokus penelitian ini adalah Upaya Penyuluh Lapangan Keluarga Berencana (PLKB) dalam memberikan konseling untuk mengatasi kecemasan pada efek samping alat kontrasepsi KB Di Desa Sindangjawa Kecamatan Cibingbin Kabupaten Kuningan.

Dalam al-Qur'an banyak sekali ayat yang memberikan petunjuk yang perlu kita laksanakan dalam kaitannya dengan KB diantaranya ialah:

Surat An-Nisa' ayat 9:

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعَافًا خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

“Dan hendaklah takut pada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan dibelakang mereka anak-anak yang lemah. Mereka khawatir terhadap kesejahteraan mereka. Oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar”.

Surat Al-Qashas ayat 77:

وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ

“Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan”.

Surat Al-Baqarah ayat 233:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ ۖ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُبْرِئَ الرِّضَاعَةَ ۖ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۚ لَا تُكَلِّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَا تَضَارَّ وَالِدَةٌ وَلَا بَوْلُودٌ ۚ وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بَوْلِدٌ ۚ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ ۚ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا ۚ وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

”Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma’ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut. Bertakwalah kamu kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan” (Al-Qur’an : 37 ).

Dari ayat-ayat diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa petunjuk yang perlu dilaksanakan dalam KB antarlain, menjaga kesehatan istri, mempertimbangkan kepentingan anak, memperhitungkan biaya hidup berumah tangga (Alihasan, 1997 : 29)

Dalam bukunya Abdurrahman Umran (1997: 99) Ulama' yang memperbolehkan adalah Imam al-Ghazali, Syaikh al-Hariri, Syaikh Syalthut. Ulama' yang membolehkan ini berpendapat bahwa diperbolehkan mengikuti program KB dengan ketentuan antara lain, untuk menjaga kesehatan si ibu, menghindari kesulitan ibu untuk menjarangkan anak. Mereka juga berpendapat bahwa perencanaan keluarga itu tidak sama dengan pembunuhan karena pembunuhan itu berlaku ketika janin mencapai tahap ketujuh dari penciptaan. Mereka mendasarkan pendapatnya pada surat al-Mu'minin ayat 12,13,14. yaitu:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ

“Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari suatu saripati (berasal) dari tanah.”

ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ

“Kemudian Kami jadikan saripati itu air mani (yang disimpan) dalam tempat yang kokoh (rahim)”.

ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا  
ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خُلُقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ

“Kemudian air mani itu Kami jadikan segumpal darah, lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian Kami jadikan dia makhluk yang (berbentuk) lain. Maka Maha sucilah Allah, Pencipta Yang Paling Baik”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang yang telah dipaparkan, penulis membuat identifikasi masalah yang akan dijadikan bahan penelitian sebagai berikut:

1. Kecemasan efek samping alat kontrasepsi.
2. Penyuluhan alat kontrasepsi dan pelayanan konseling.

## **C. Pembatasan Masalah**

Untuk mempermudah penulis dalam mengumpulkan data dan menganalisis penelitian, maka permasalahan tersebut dibatasi. Penulis membatasi permasalahan hanya berkaitan dengan Upaya Penyuluh Lapangan Keluarga Berencana Dalam Memberikan Layanan Konseling untuk mengatasi kecemasan pada efek samping Alat Kontrasepsi KB Di Desa Sindangjawa Kecamatan Cibingbin Kabupaten Kuningan.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, dirumuskan beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi Kecemasan pengguna Alat Kontrasepsi KB di Desa Sindangjawa?
2. Bagaimana Proses Konseling itu dilakukan?
3. Bagaimana Upaya yang dilakukan PLKB dalam memberikan layanan konseling untuk mengatasi kecemasan?

## **E. Tujuan Penelitian**

Mengingat rumusan masalah yang telah diungkapkan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Agar mengetahui bagaimana kondisi kecemasan yang dialami oleh pengguna alat kontrasepsi KB di Desa Sindangjawa
2. Untuk mengetahui pelaksanaan layanan konseling yang diberikan PLKB dalam mengatasi kecemasan ibu atau istri.
3. Untuk mengetahui upaya apa saja yang dilakukan PLKB dalam mengatasi kecemasan.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dan kegunaan dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis:
  - a. Untuk mengembangkan keilmuan di wilayah Bimbingan dan Konseling
  - b. Untuk menambah khasanah karya ilmiah dan pengembangan di bidang Bimbingan dan Konseling khususnya dalam Penyuluhan Konseling kepada masyarakat.
  - c. Memperluas pola pikir dan persepsi tentang kecemasan dan konseling dalam kegiatan penyuluhan.
2. Manfaat Praktis
  - a. Dapat memberikan wawasan baru terutama untuk Masyarakat yang masih mencemaskan efek samping dari alat kontrasepsi KB.
  - b. Dapat memberikan masukan kepada petugas PLKB di kecamatan Cibingbin.
  - c. Dapat memberikan penelitian baru untuk jurusan Bimbingan Konseling Islam.
  - d. Mengembangkan penalaran dan pengetahuan bagi peneliti dalam penyusunan karya ilmiah.

#### **G. Penelitian Terdahulu**

Hasil penelusuran penulis menemukan karya penelitian lain yang serupa.

1. hasil penelitian dari kurniati.a (2017) dengan judul “*Strategi Petugas Lapangan Keluarga Berencana (PLKB) Dalam Pelayanan Konseling KB Pada Balai Penyuluhan Kb Di Kecamatan Somba Opu Kabupaten*

Gowa". Jenis penelitian ini tergolong penelitian kualitatif dengan pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan bimbingan dan psikologi. Informan kunci dan informan pendukung penelitian ini adalah Para Petugas Lapangan Keluarga Berencana, Kepala dan Kasubag tata usaha Balai Penyuluhan Keluarga Berencana. Pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik pengolahan dan analisis data yang digunakan adalah reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Petugas Lapangan Keluarga Berencana menggunakan metode diskusi, metode door to door, metode demonstrasi, dan metode pemberian motivasi untuk mengajak masyarakat yang belum ikut program keluarga berencana agar termotivasi untuk mengikuti program keluarga berencana.. Implikasi penelitian ini adalah diharapkan kepada Petugas Lapangan Keluarga Berencana agar lebih berperan aktif dan sering melakukan sosialisasi kepada masyarakat serta melakukan penyesuaian terhadap bahasa setempat agar dapat memberikan informasi tentang keluarga berencana sehingga dapat meningkatkan peserta keluarga berencana.

2. hasil penelitian dari Tumini (2010) dengan judul "*Pengaruh Pemberian Konseling Terhadap Pengetahuan Tentang KB Dan Kemantapan Dalam Pemilihan Alat Kontrasepsi Pada Calon Akseptor KB*". Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian konseling terhadap pengetahuan tentang KB dan kemantapan dalam pemilihan alat kontrasepsi pada calon akseptor KB di Wilayah Kerja Puskesmas Ngunut Kabupaten Tulungagung. Metode Penelitian adalah after only with control design. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan ada perbedaan pengetahuan antara kelompok diberi konseling dengan tidak diberi konseling dengan  $p < 0,001$ ) dan ada perbedaan kemantapan dalam pemilihan alat kontrasepsi pada calon akseptor KB antara kelompok diberi konseling dengan tidak diberi konseling dengan  $p < 0,001$ ). Hal ini disebabkan dengan konseling maka terjadi transfer informasi mengenai

kelebihan, kekurangan, efektivitas dan efisiensi masing-masing alat kontrasepsi antara calon akseptor dengan petugas kesehatan. Dapat disimpulkan bahwa konseling efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kemantapan dalam pemilihan kontrasepsi pada calon akseptor.

3. hasil penelitian dari Mina Khikatul Choiriyah (2014) dengan judul “*Pelaksanaan Pelayanan Petugas Lapangan Keluarga Berencana Badan Kesejahteraan Keluarga Pemberdayaan Perempuan Dan Keluarga Berencana Di Desa Wonokromo Kecamatan Pleret Kabupaten Bantul*”. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Adapun informan penelitian dalam penelitian ini adalah Kepala BKKPP dan KB Kabupaten Bantul sebagai informan kunci dan 3 orang PLKB Kecamatan Pleret, 7 orang masyarakat pengguna jasa Desa Wonokromo Kecamatan Pleret sebagai informan pendukung. Teknik analisis data yang digunakan adalah model interaktif. Pemeriksaan keabsahan data dilakukan dengan triangulasi sumber dan metode. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan kualitas pelayanan PLKB Desa Wonokromo Kecamatan Pleret dari aspek fasilitas fisik (*tangible*), kehandalan (*reliability*), daya tanggap (*responsiveness*), jaminan (*assurance*), empati (*empathy*).
4. hasil penelitian dari Wisnuaji Eko Ratrianto (2014) dengan judul “*Hubungan Antara Efek Samping KB Dengan Skor Kecemasan Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Kebonsari Madiun*”. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui apakah ada hubungan antara efek samping KB dengan skor kecemasan akseptor KB suntik 3 bulan di puskesmas Kebonsari Madiun. Desain penelitian adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli 2014 di Puskesmas Kebonsari Madiun. Populasi penelitian adalah wanita yang mendapat KB suntik 3 bulan di Puskesmas Kebonsari Madiun dengan sampel sebanyak 85 orang

dengan teknik *simple random sampling*. Analisis data menggunakan *chi square*. Hasil dari penelitian ini adalah sebagian besar responden yang mendapatkan efek samping KB yaitu sebanyak 52 responden (61,2 %) dan mayoritas sebanyak 64 responden (75,3 %) mengalami kecemasan. Analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara efek samping KB dengan skor kecemasan akseptor KB suntik 3 bulan dengan nilai  $p < 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

## H. Kerangka Teori

### 1. Pengertian Penyuluh

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia penyuluh adalah orang yang bertugas melaksanakan kegiatan penyuluhan kepada masyarakat. Dalam bahasa belanda penyuluhan disebut Voorlichting yang berarti memberi penerangan untuk menolong seseorang menemukan jalannya. Dalam bahasa inggris dan jerman mengistilahkan penyuluhan sebagai pemberian saran atau Beratung yang berarti seseorang dapat memberikan petunjuk bagi seseorang tetapi seseorang tersebut yang menentukan pilihannya (fan den ban, 1999 : 24).

### 2. Pengertian PLKB

PLKB/PKB adalah Pegawai Pemerintah Daerah (Pemda) Kabupaten/Kota berkedudukan di Desa/ Kelurahan yang bertugas melaksanakan/mengelola, menggerakkan, memberdayakan serta menggalang dan mengembangkan kemitraan dengan berbagai pihak dalam pelaksanaan program KB bersama institusi masyarakat pedesaan/ perkotaan ditingkatan Desa/ Kelurahan .

### 3. Pengertian Konseling

Secara etimologi berasal dari bahasa Latin, yaitu *consilium* (dengan atau bersama), yang dirangkai dengan *menerima* atau *memahami*. Ada yang mendefinisikan bahwa konseling adalah interaksi yang terjadi antara dua orang individu, masing-masing disebut konselor

dan klien. Interaksi ini terjadi dalam suasana yang profesional, dilakukan dan dijaga sebagai alat untuk memudahkan perubahan-perubahan dalam tingkah laku klien pepinsky & pepinsky (Shettzer & Stone, 1974) dengan demikian dapat dipahami dalam dua perspektif. *Pertama*, konseling adalah suatu proses interaksi antara tiga orang atau individu, yang masing-masing disebut konselor dan klien. *Kedua*, dilakukan dalam suasana yang profesional. *Ketiga*, bertujuan dan berfungsi sebagai alat (wadah) untuk memudahkan perubahan tingkah laku klien (Mashudi, 2013 : 16-18).

Andi Mapiare memberikan definisi konseling dengan serangkaian kegiatan paling pokok bimbingan dalam usaha membantu konseli secara tatap muka, agar klien dapat bertanggung jawab atas persoalan atau masalah khusus yang dihadapi. Shertzer dan Stone mengatakan konseling proses interaksi untuk membantu memberikan pemahaman atas dirinya sendiri dan lingkungan serta menghasilkan stabilitas pencapaian dan nilai untuk masa depan (*counseling is an interaction process that facilitates meaningful understanding of self and environment and results in the establishment and or clarification of goals and value for future behaviour*). Robinson memberikan arti konseling adalah semua bentuk hubungan antara dua orang, di mana salah seorang membantu lainnya untuk memiliki kemampuan lebih beradaptasi dengan lingkungan secara efektif (Syamsu, 2005 : 7).

Dari pendapat para ahli di atas, setidaknya ada empat point inti yaitu orang, bantuan, masalah, dan diri sendiri dengan lingkungan. Dapat disimpulkan bahwa konseling ialah proses dua orang di mana salah satu yang membantu yang lain untuk mampu memahami masalah, diri sendiri, dan lingkungan agar lebih bertanggung jawab.

#### 4. Pengertian Konseling Kesehatan

Konseling kesehatan berasal dari dua kata yaitu konseling dan kesehatan. Kesehatan menurut WHO adalah suatu keadaan fisik mental dan social kesejahteraan dan bukan hanya ketiadaan penyakit atau kelemahan. Sedangkan psikologi kesehatan adalah cabang ilmu psikologi yang mempelajari pengaruh faktor-faktor psikologis dari bagaimana orang tetap menjaga kesehatannya, mengapa orang menjadi sakit, dan bagaimana tanggapan mereka ketika menjadi sakit, yang bertujuan untuk memahami proses-proses psikologis sebagai alat bantu untuk meningkatkan hasil kesehatan fisik individu (Aliah, 2008 : 6).

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa pengertian konseling kesehatan adalah suatu upaya pemberian bantuan psikis yang dilakukan oleh seorang konselor berkaitan dengan kesehatan klien untuk mencapai hidup sehat yaitu kondisi sejahtera, baik secara fisik, mental, maupun social yang bermuara pada tercapainya tujuan akhir dari konseling.

#### 5. Pengertian Alat Kontrasepsi

Kontrasepsi adalah metode atau alat yang digunakan untuk mencegah kehamilan. Ada berbagai jenis kontrasepsi, masing-masing dengan manfaat dan kekurangannya masing-masing. Metode kontrasepsi modern meliputi sterilisasi, pil KB, suntik KB, implan, kondom, kontrasepsi darurat, Sedangkan metode tradisional terdiri dari pantang berkala (kalender), metode *amenorrhea* laktasi (MAL) dan senggama terputus .

#### 6. Pengertian Kecemasan

Menurut Kaplan, Sadock dan Grebb (Fitri Fauziah dan Julianti Widuri, 2007 :73) kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah

dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan atri hidup. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami siapapun. Namun kecemasan yang berlebihan, apalagi yang sudah menjadi gangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menentu tersebut pada umumnya tidak menyenangkan yang nantinya akan menimbulkan atau disertai perubahan fisiologis dan psikologis (Kholill Lur Rochman, 2010 : 104).

## **I. Metodologi Penelitian**

Metodologi adalah ilmu tentang suatu kerangka dan aturan-aturan untuk melakukan sesuatu secara sistemik, studi atau analisis mengenai suatu hal, ilmu logika yang berkaitan dengan prinsip umum pembentukan pengetahuan (Juliansyah, 2013 : 22). Penelitian yang merupakan upaya untuk memperoleh kebenaran dengan bukti dan data perlu untuk didasari dengan suatu yang cukup kuat. Penelitian juga digunakan untuk memecahkan masalah sesuai dengan rumusan yang telah ada.

### **1. Metode Pendekatan**

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Metode ini digunakan agar dapat memperoleh gambaran yang baik, data yang jelas, dan mendeskripsikan penelitian dengan baik sesuai dengan fokus.

### **2. Jenis penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang digunakan untuk mendeskripsikan gambaran dan keadaan di lapangan secara apa adanya dengan berfokus pada masalah yang dikaji. Hal ini memberikan kesempatan kepada peneliti untuk lebih dalam dalam menggali data dan mendeskripsikannya.

### 3. Sumber Data

Sumber data yang didapatkan dalam penelitian ini adalah:

- a. Sumber data primer, yaitu sumber data utama yang langsung memberikan data kepada peneliti. Dalam hal ini yaitu:
  - a) Petugas PLKB kecamatan Cibingbin
  - b) Ibu yang cemas menggunakan alat kontrasepsi KB di Desa Sindangjawa.
- b. Sumber data sekunder, yakni sumber data pendukung yang secara tidak langsung memberikan data kepada peneliti, seperti buku, jurnal, dokumen, data kasus, arsip, dan lainnya yang dapat membantu peneliti.

### 4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara yang ditempuh oleh peneliti dalam mencari dan mendapatkan data penelitian.

#### a. Wawancara Mendalam

Wawancara mendalam adalah proses memperoleh data dengan cara Tanya jawab dengan informan baik menggunakan pedoman ataupun tidak (Burhan, 2011 : 111). Adapun materi wawancaranya ditentukan oleh peneliti. Wawancara akan dilakukan peneliti kepada petugas PLKB kecamatan Cibingbin dan kepada Ibu yang mengalami kecemasan dengan menggunakan sesi tanya jawab.

#### b. Observasi

Observasi merupakan pengamatan peneliti terhadap objeknya baik secara langsung maupun tidak langsung. Pengamatan panca indera peneliti merupakan alat bantu utama dalam proses observasi (Burhan, 2011 : 118). Peneliti akan observasi dengan mengikuti kegiatan rutin yang diadakan oleh prtugas PLKB di Desa Sindangjawa, mengamati upaya apa saja yang dilakukan oleh PLKB dalam mengatasi kecemasan pengguna alat Kontrasepsi.

#### c. Dokumenter

Metode ini ialah proses pencarian dan pengumpulan data dengan menelusuri data historis seperti arsip, data online, data kasus, serta rekaman audio dan atau visual yang ada.

#### 5. Teknik Analisis Data

Dalam bukunya Uhar Suharsaputra (2012 : 223-224) analisis data, peneliti menggunakan cara dengan memberi symbol atau tanda kemudian menggolongkannya sesuai dengan tanda, lalu memprediksi atau menganalisis data.

### J. Sistematika Penulisan Hasil Penelitian

Agar lebih memudahkan pemahaman dan pemaparan kepada pembaca, hasil penelitian ini akan dituliskan dalam 5 BAB dengan sistematika sebagai berikut:

1. BAB 1 (Pendahuluan) dalam BAB ini diuraikan mengenai permasalahan penelitian yang berisikan latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, penelitian terdahulu, kerangka pemikiran, serta metodologi penelitian.
2. BAB 2 (Landasan Teori) menguraikan landasan teori yang membahas penyuluhan dan konseling, mengatasi kecemasan
3. BAB 3 (Pembahasan Hasil Penelitian) di sini diuraikan mengenai bagaimana proses penyuluhan dan pemberian konseling terhadap ibu yang mengalami kecemasan.
4. BAB 4 (Pembahasan Hasil Penelitian) menguraikan data hasil temuan dan analisis terkait Upaya Penyuluh Lapangan Keluarga Berencana (PLKB) dalam memberikan konseling untuk mengatasi kecemasan pada efek samping alat kontrasepsi KB Di Desa Sindangjawa Kecamatan Cibingbin Kabupaten Kuningan.
5. BAB 5 (Penutup) Berisikan kesimpulan dari hasil analisis dan saran.

### K. Jadwal Penelitian

Penelitian ini dijadwalkan akan dilaksanakan sebagaimana berikut:

No	Kegiatan	Februari	maret	April	2Agus	Septem
					tus	ber
1	Pencarian Data	V				
2	Penyusunan Proposal		v			
3	Pelaksanaan Bimbingan Proposal		v			
4	ACC Proposal			v		
5	Pelaksanaan Seminar Proposal			v		
6	Bimbingan Penulisan Skripsi				v	
7.	Penelitian, Bimbingan dan konsultasi penelitian skripsi				v	
8.	Ujian Sidang Skripsi					V

