

## **HUBUNGAN KARAKTERISTIK DENGAN PENGETAHUAN RESPONDEN DALAM MEMILIH METODE AMENORE LAKTASI (MAL) PADA IBU NIFAS DI UPT PUSKESMAS BAJO BARAT**

**Ismaniar Sahaba<sup>1</sup>, Arlin Adam<sup>2</sup>, Andi Alim<sup>3</sup>**

**Universitas Mega Buana Palopo**

*Email: [ismaniarvp123@gmail.com](mailto:ismaniarvp123@gmail.com)<sup>1</sup>, [arlin\\_adam@yahoo.com](mailto:arlin_adam@yahoo.com)<sup>2</sup>, [andi\\_alimbagu@yahoo.co.id](mailto:andi_alimbagu@yahoo.co.id)<sup>3</sup>*

### **ABSTRAK**

Metode Amenore Laktasi (MAL) merupakan salah satu metode kontrasepsi alami yang mengandalkan pemberian ASI secara eksklusif. Meskipun efektif hingga 98% jika digunakan dengan benar, tingkat pemanfaatan MAL di Indonesia masih sangat rendah, yakni hanya 0,1% menurut SDKI tahun 2018. Rendahnya pemanfaatan ini disinyalir berkaitan dengan kurangnya pengetahuan masyarakat, khususnya ibu nifas, mengenai MAL sebagai alternatif kontrasepsi nonhormonal. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara karakteristik ibu nifas (umur, pendidikan, dan pekerjaan) dengan tingkat pengetahuan dalam memilih metode kontrasepsi Metode Amenore Laktasi (MAL) di UPT Puskesmas Bajo Barat. Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh ibu nifas di wilayah kerja UPT Puskesmas Bajo Barat pada periode Agustus hingga Oktober 2022 sebanyak 50 orang, yang seluruhnya dijadikan sampel menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis secara bivariat menggunakan uji Chi-Square. Hasil: Dari 50 responden, diketahui bahwa 22 orang (44%) memiliki pengetahuan kurang, 20 orang (40%) memiliki pengetahuan cukup, dan hanya 8 orang (16%) memiliki pengetahuan baik tentang MAL. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan antara karakteristik responden (umur, pendidikan, dan pekerjaan) dengan tingkat pengetahuan dalam memilih metode MAL. Kesimpulan: Sebagian besar ibu nifas masih memiliki pengetahuan yang kurang dan cukup tentang Metode Amenore Laktasi (MAL). Upaya peningkatan pengetahuan melalui edukasi, penyuluhan, dan pemberdayaan informasi dari tenaga kesehatan sangat penting untuk mendorong pemanfaatan metode kontrasepsi alami ini secara optimal.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, Metode Amenore Laktasi, Kontrasepsi Alami, Ibu Nifas.

### **PENDAHULUAN**

Metode Amenore Laktasi (MAL) merupakan salah satu metode kontrasepsi alami yang mengandalkan pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif, yaitu tanpa tambahan makanan atau minuman lain. Penggunaan metode ini dimulai segera setelah persalinan dan dapat digunakan hingga bayi berusia enam bulan, dengan tiga syarat utama: ibu belum mengalami menstruasi (amenore), bayi diberi ASI secara penuh (minimal delapan kali dalam 24 jam), dan bayi belum diberi makanan atau minuman tambahan selain ASI (Setyorini 2024). Meskipun MAL terbukti memiliki efektivitas tinggi, mencapai hingga 98% apabila digunakan secara tepat (WHO 2019), pemahaman masyarakat terhadap metode ini masih tergolong rendah, terutama dalam konteks metode kontrasepsi nonhormonal.

Tingginya laju pertumbuhan penduduk masih menjadi salah satu permasalahan utama yang dihadapi oleh negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Ketidakseimbangan struktur dan distribusi umur penduduk berdampak pada berbagai aspek, seperti pemenuhan kebutuhan ekonomi, sosial, hingga ketahanan pembangunan jangka panjang (Fitriansyah 2017). Berdasarkan data dari Central Intelligence Agency (CIA) tahun 2018, Indonesia menempati urutan keempat sebagai negara dengan jumlah penduduk terbanyak di dunia, dengan estimasi populasi mencapai 262.787.403 jiwa pada bulan Juli 2020. Pertumbuhan penduduk yang pesat tersebut tentu memberikan tekanan pada sektor ekonomi, sosial, dan kesehatan nasional.

Sebagai respons terhadap permasalahan tersebut, pemerintah Indonesia

mencanangkan program Keluarga Berencana (KB) yang bertujuan untuk mengatur jumlah dan jarak kelahiran melalui penggunaan berbagai metode kontrasepsi. Metode kontrasepsi secara umum terbagi menjadi dua kategori, yakni metode tradisional dan metode modern. Data global menunjukkan distribusi penggunaan metode kontrasepsi oleh wanita usia reproduksi (15–49 tahun), dengan rincian: pil (16%), suntik (8%), implan (2%), Intrauterine Device/IUD (17%), sterilisasi wanita (24%), sterilisasi pria (2%), kondom pria (21%), metode ritme (3%), koitus interruptus (5%), serta metode lainnya seperti kalender, suhu basal tubuh, dan Metode Amenore Laktasi (WHO 2019).

Kendati demikian, tingkat pengetahuan masyarakat terhadap MAL masih tergolong rendah. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) (2017) mencatat bahwa pengetahuan perempuan tentang MAL hanya mencapai 24,1%, jauh lebih rendah dibandingkan tingkat pengetahuan tentang kontrasepsi pil dan suntik. Di Kabupaten Luwu, dalam tiga tahun terakhir, jumlah ibu nifas yang menggunakan MAL hanya sebanyak 197 orang dari sekitar 4.000 ibu nifas, yang menunjukkan tingkat pemanfaatan yang masih sangat rendah.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di ruang nifas RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh pada 16 Januari 2020 melalui wawancara terhadap 10 ibu nifas menunjukkan bahwa hanya 5 orang yang mengetahui tentang kontrasepsi MAL, sementara 5 lainnya sama sekali belum mengetahuinya. Temuan ini mencerminkan adanya kesenjangan informasi dan pengetahuan di kalangan ibu nifas yang berpotensi memengaruhi keputusan dalam memilih metode kontrasepsi, khususnya metode alami seperti MAL (Fitria 2020).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penting untuk dilakukan penelitian yang mendalami hubungan antara karakteristik ibu nifas (seperti usia, pendidikan, dan pekerjaan) dengan tingkat pengetahuan mereka dalam memilih metode Amenore Laktasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas tentang faktor-faktor yang memengaruhi pemanfaatan MAL, serta menjadi dasar dalam perumusan intervensi edukatif dan kebijakan pelayanan kesehatan ibu pascapersalinan di wilayah kerja UPT Puskesmas Bajo Barat.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis survei analitik yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan ibu nifas dengan pemilihan metode kontrasepsi alami, khususnya Metode Amenore Laktasi (MAL). Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah cross-sectional study atau studi potong lintang, yaitu suatu pendekatan di mana variabel independen (tingkat pengetahuan) dan variabel dependen (pemilihan metode MAL) diukur secara simultan dalam satu waktu pengamatan. Desain ini dipilih karena efektif dalam menggambarkan hubungan antarvariabel secara cepat, tanpa memerlukan pemantauan dalam jangka panjang (Nugraha 2024).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang berada di wilayah kerja UPT Puskesmas Kecamatan Bajo Barat, Kabupaten Luwu, yang tercatat sebanyak 50 orang. Mengingat jumlah populasi relatif kecil dan dapat dijangkau secara keseluruhan, maka teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, yaitu seluruh populasi dijadikan sebagai sampel penelitian. Dengan demikian, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 50 orang ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi, pada periode Maret hingga Juni 2025 (Swarjana 2022).

Pemilihan teknik total sampling bertujuan untuk meningkatkan akurasi hasil penelitian, sekaligus memberikan gambaran yang komprehensif mengenai kondisi

pengetahuan ibu nifas terhadap pemanfaatan Metode Amenore Laktasi. Teknik ini juga memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi hubungan karakteristik individu—seperti usia, tingkat pendidikan, dan jenis pekerjaan—dengan pengetahuan dalam memilih MAL secara lebih representatif terhadap populasi yang diteliti (Sumargo 2020).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di UPT Puskesmas Bajo Barat, yang merupakan salah satu puskesmas yang berada di wilayah Kabupaten Luwu dan termasuk dalam kategori puskesmas terpencil. Secara geografis, Puskesmas Bajo Barat terletak di sebelah utara ibu kota Kabupaten Luwu dengan jarak kurang lebih 20 kilometer, tepatnya di ibu kota Kecamatan Bajo Barat. Wilayah kerja puskesmas ini mencakup area seluas ±66,3 km<sup>2</sup>. Secara administratif, Puskesmas Bajo Barat memiliki cakupan wilayah kerja yang terbagi dalam sembilan desa, yaitu Desa Bonelemo, Bonelemo Utara, Bonelemo Barat, Tettekang, Saronda, Tumbubara, Sampeang, Marinding, dan Kadong-Kadong. Adapun batas-batas wilayah kerja Puskesmas Bajo Barat meliputi: sebelah utara berbatasan dengan Kecamatan Bupon, sebelah selatan berbatasan dengan Kecamatan Suli Barat, sebelah timur berbatasan dengan Kecamatan Bajo, dan sebelah barat berbatasan dengan Kecamatan Latimojong. Lokasi ini dipilih sebagai tempat penelitian karena mencerminkan wilayah pelayanan kesehatan primer yang masih membutuhkan penguatan dalam edukasi dan penggunaan metode kontrasepsi, khususnya Metode Amenore Laktasi (MAL) di kalangan ibu nifas.

### Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini mencakup empat aspek utama, yaitu umur, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, dan tingkat pengetahuan mengenai Metode Amenore Laktasi (MAL). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja UPT Puskesmas Bajo Barat, Kabupaten Luwu, diperoleh bahwa mayoritas responden berusia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 38 orang (76%). Responden berusia di atas 35 tahun berjumlah 7 orang (14%), dan yang berusia di bawah 20 tahun sebanyak 5 orang (10%). Dari segi pendidikan, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah, yaitu lulusan SMA sebanyak 25 orang (50%). Responden dengan pendidikan SMP sebanyak 12 orang (24%), lulusan SD sebanyak 10 orang (20%), dan hanya 3 orang (6%) yang menempuh pendidikan hingga perguruan tinggi. Untuk lebih jelasnya, distribusi karakteristik responden disajikan secara terintegrasi dalam Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bajo Barat

Karakteristik	Kategori	n	%
<b>Umur</b>	< 20 tahun	5	10
	20–35 tahun	38	76
	> 35 tahun	7	14
<b>Pendidikan</b>	SD	10	20
	SMP	12	24
	SMA	25	50
	Perguruan Tinggi	3	6
<b>Pekerjaan</b>	PNS	2	4
	Swasta	8	16
	Ibu Rumah Tangga (IRT)	40	80
<b>Pengetahuan tentang MAL</b>	Baik	8	16
	Cukup	20	40
	Kurang	22	44

<b>Total Responden</b>	<b>50</b>	<b>100</b>
------------------------	-----------	------------

Berdasarkan jenis pekerjaan, mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga sebanyak 40 orang (80%), sedangkan 8 orang (16%) bekerja di sektor swasta dan 2 orang (4%) merupakan Pegawai Negeri Sipil (PNS). Sementara itu, dari segi tingkat pengetahuan tentang Metode Amenore Laktasi (MAL), diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan kurang, yakni sebanyak 22 orang (44%). Sebanyak 20 orang (40%) memiliki pengetahuan cukup, dan hanya 8 orang (16%) yang memiliki pengetahuan baik mengenai MAL.

### Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan antara variabel independen (umur, pendidikan, dan pekerjaan) dengan variabel dependen (tingkat pengetahuan ibu mengenai pemilihan Metode Amenore Laktasi/MAL). Untuk menguji hubungan yang signifikan antar variabel, digunakan uji statistik Chi-Square. Berdasarkan hasil distribusi silang antara umur dan tingkat pengetahuan, diperoleh bahwa mayoritas responden yang memiliki pengetahuan kurang berada pada kelompok usia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 20 orang (52,7%). Sementara itu, tidak ditemukan responden berusia di bawah 20 tahun dan di atas 35 tahun yang memiliki pengetahuan baik. Untuk lebih jelasnya, keseluruhan distribusi silang antara umur, pendidikan, pekerjaan, dan pengetahuan responden disajikan secara terpadu dalam Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Distribusi Silang Karakteristik Responden dan Tingkat Pengetahuan tentang Metode Amenore Laktasi (MAL)

Variabel	Kategori	Pengetahuan						Total (n)	%
		Baik		Cukup		Kurang			
		n	%	n	%	n	%		
Umur	< 20 tahun	0	0	1	20	1	20	2	4
	20–35 tahun	8	21,1	18	47,4	20	52,7	46	92
	> 35 tahun	0	0	1	14,2	1	14,2	2	4
Pendidikan	SD	0	0	1	10	9	90	10	20
	SMP	2	16,7	8	66,7	10	83,4	20	40
	SMA	4	16	10	40	3	12	17	34
	Perguruan Tinggi	2	66,7	1	33,4	0	0	3	6
Pekerjaan	PNS	1	50	1	50	0	0	2	4
	Swasta	4	50	4	50	0	0	8	16
	IRT	3	7,5	15	37,5	22	55	40	80
<b>Total</b>		<b>8</b>	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>40</b>	<b>22</b>	<b>44</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Hasil distribusi silang antara pendidikan dan tingkat pengetahuan menunjukkan bahwa pengetahuan responden cenderung lebih baik pada kelompok dengan tingkat pendidikan menengah dan tinggi. Sebanyak 2 dari 3 responden (66,7%) dengan pendidikan perguruan tinggi memiliki pengetahuan baik. Sebaliknya, seluruh responden lulusan SD cenderung memiliki pengetahuan kurang (90%). Hasil distribusi silang menunjukkan bahwa responden dari kalangan ibu rumah tangga (IRT) sebagian besar memiliki pengetahuan kurang, yaitu sebanyak 22 orang (55%). Sebaliknya, seluruh responden yang bekerja sebagai PNS dan di sektor swasta memiliki tingkat pengetahuan cukup hingga baik.

### Pembahasan

#### Karakteristik Responden

##### Umur Ibu Nifas di UPT Puskesmas Bajo Barat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok

umur 20–35 tahun, yaitu sebanyak 38 orang (76%). Usia ini tergolong matang secara biologis dan psikologis, sehingga dianggap ideal untuk memiliki anak dan merawatnya. Pada usia tersebut, sistem reproduksi sudah bekerja secara optimal dan pola pikir cenderung lebih dewasa. Mayoritas responden pada kelompok usia ini diketahui aktif menyusui bayinya, yang secara langsung berpengaruh terhadap efektivitas kontrasepsi Metode Amenore Laktasi (MAL).

Pemberian ASI eksklusif dapat memperlambat kembalinya menstruasi pascamelahirkan, karena aktivitas menyusui merangsang peningkatan hormon prolaktin. Hormon ini tidak hanya berfungsi dalam produksi ASI, tetapi juga menekan proses ovulasi, sehingga ibu tidak mengalami masa subur. Oleh karena itu, ibu nifas yang aktif menyusui memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengalami amenore, yang merupakan dasar kerja dari metode MAL. Dalam praktiknya, bidan sering menganjurkan metode kontrasepsi alami ini karena efektif, tidak memerlukan biaya, serta tidak melibatkan alat atau obat-obatan.

Penelitian ini sejalan dengan temuan (Mulyani 2018), yang menyatakan bahwa mayoritas responden berusia 20–35 tahun (85,1%). Usia tersebut dianggap ideal karena tingkat kematangan seseorang dalam berpikir dan bertindak berada pada tahap optimal, sehingga mampu mengambil keputusan yang lebih rasional, termasuk dalam hal pemilihan kontrasepsi. Hal ini juga didukung oleh teori yang menyatakan bahwa semakin bertambah usia seseorang, maka kedewasaan berpikir dan pengetahuan yang dimiliki pun cenderung meningkat (Ariani 2018).

#### **Pendidikan Ibu Nifas di UPT Puskesmas Bajo Barat**

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan terakhir SMA, yaitu sebanyak 25 orang (50%). Tingkat pendidikan berperan penting dalam membentuk pola pikir individu. Semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin baik pula kemampuan dalam memahami informasi, termasuk informasi tentang kesehatan reproduksi dan metode kontrasepsi.

Pada masa nifas, tenaga kesehatan seperti bidan biasanya memberikan edukasi mengenai pentingnya menyusui secara eksklusif, baik untuk nutrisi bayi maupun sebagai metode kontrasepsi alami melalui MAL. Responden dengan pendidikan lebih tinggi cenderung lebih cepat memahami informasi ini dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil penelitian ini konsisten dengan studi (Lubis 2016) di Klinik Bersalin Aisyah Medan, yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan SMA/SMK (53%). Pendidikan yang lebih tinggi memungkinkan seseorang memperoleh akses informasi yang lebih luas dan memiliki pemahaman yang lebih baik. Teori (Ariani 2018) juga menegaskan bahwa pendidikan merupakan proses interaksi individu dengan lingkungannya, baik secara formal maupun informal, yang mempengaruhi kemampuannya dalam menyerap dan mengolah informasi.

#### **Pekerjaan Ibu Nifas di UPT Puskesmas Bajo Barat**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga (IRT), yaitu sebanyak 40 orang (83,3%). Ibu rumah tangga umumnya memiliki lebih banyak waktu untuk menyusui secara langsung dan teratur, yang berdampak positif terhadap keberhasilan kontrasepsi Metode Amenore Laktasi (MAL). Frekuensi menyusui yang tinggi dan konsisten meningkatkan produksi hormon prolaktin yang menekan ovulasi, sehingga memperpanjang masa tidak subur.

Hasil ini sejalan dengan penelitian (Kadir 2019) di Desa Aek Nabara, Kabupaten Padang Lawas, yang menunjukkan bahwa mayoritas responden juga berprofesi sebagai ibu rumah tangga (52,6%). Ibu rumah tangga memiliki fleksibilitas waktu yang lebih besar

dalam menyusui bayinya, dibandingkan dengan ibu bekerja yang memiliki keterbatasan waktu dan tempat. Selain meningkatkan efektivitas MAL, menyusui secara langsung juga memperlambat ikatan emosional antara ibu dan bayi. Dengan demikian, pekerjaan sebagai ibu rumah tangga dapat menjadi faktor pendukung yang signifikan dalam keberhasilan penerapan metode kontrasepsi alami seperti Metode Amenore Laktasi (MAL).

### **Pengetahuan Ibu Nifas tentang Kontrasepsi Metode Amenore Laktasi (MAL)**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang kontrasepsi Metode Amenore Laktasi (MAL), yaitu sebanyak 22 orang (44%). Berdasarkan jawaban pada kuesioner, diketahui bahwa banyak ibu nifas menjawab secara tidak tepat, yang mengindikasikan kurangnya pemahaman mengenai MAL, baik dari petugas kesehatan, keluarga, media cetak, maupun media elektronik.

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Fitria 2020) di RSUD Kota Banjarmasin yang melaporkan bahwa dari 30 responden, sebanyak 60% memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai MAL. Ketidaktahuan ini terutama terlihat dari pemahaman bahwa MAL dapat digunakan sejak segera setelah melahirkan, sebagaimana ditanyakan dalam kuesioner pada nomor 5. Banyak responden tidak menyadari bahwa menyusui segera setelah persalinan dengan pemberian ASI eksklusif merupakan bagian dari penerapan metode MAL sebagai kontrasepsi alami sebelum masuk ke masa subur.

Meski tenaga kesehatan telah memberikan penyuluhan dan konseling selama masa kunjungan nifas, sebagian ibu tetap belum memahami bahwa ASI eksklusif tidak hanya penting untuk nutrisi bayi, tetapi juga efektif dalam menunda kembalinya masa subur. Sebagian responden bahkan memilih untuk segera menggunakan kontrasepsi hormonal atau memberikan susu formula karena merasa ASI tidak cukup, yang menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif belum sepenuhnya diterapkan. Hal ini berdampak pada rendahnya pemanfaatan MAL sebagai kontrasepsi alami.

Meskipun peran tenaga kesehatan di UPT Puskesmas Bajo Barat telah berjalan baik, masih terdapat kendala dalam perubahan perilaku ibu nifas, terutama dalam hal kepatuhan terhadap anjuran pemberian ASI eksklusif. Faktor pendidikan juga memengaruhi tingkat pengetahuan. Responden cenderung lebih mengenal metode kontrasepsi hormonal seperti pil, suntik, dan implan, dibandingkan metode alami seperti MAL.

Selain itu, sebagian besar responden belum memiliki atau tidak aktif menggunakan smartphone untuk mencari informasi kesehatan. Meskipun teknologi informasi saat ini berkembang pesat dan dapat diakses dengan mudah, namun belum semua ibu memanfaatkannya secara optimal untuk mencari informasi terkait kesehatan reproduksi.

Menurut (Ariani 2018), salah satu faktor utama yang memengaruhi tingkat pengetahuan adalah sumber informasi. Semakin banyak dan beragam sumber informasi yang diperoleh, maka semakin baik pula pengetahuan yang dimiliki. Hal ini diperkuat oleh (Notoatmodjo 2008), yang menjelaskan bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh faktor internal seperti umur, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan, serta faktor eksternal seperti lingkungan sosial, ekonomi, budaya, dan peran tokoh masyarakat atau tenaga kesehatan.

Dalam penelitian ini, kelompok usia 20–35 tahun menunjukkan tingkat pengetahuan cukup, yakni sebanyak 20 orang (40%). Usia ini dianggap sebagai masa produktif dan matang dalam berpikir, sehingga cenderung lebih mudah dalam menerima dan mengolah informasi. Hal ini sejalan dengan penelitian Febrina (2018) di Desa Cinta Rakyat, yang menyatakan bahwa 90% responden berusia 20–35 tahun memiliki pengetahuan cukup mengenai MAL.

Pengetahuan yang baik akan membantu ibu dalam mengambil keputusan yang tepat

terkait pemilihan metode kontrasepsi. Responden yang memiliki pengetahuan tinggi lebih cenderung menggunakan metode amenore laktasi secara efektif dibandingkan dengan responden yang memiliki pengetahuan rendah.

Tingkat pendidikan juga berperan penting. Responden dengan pendidikan menengah hingga perguruan tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang MAL. Mereka lebih mudah menerima informasi yang disampaikan oleh tenaga kesehatan, baik melalui penyuluhan langsung, media cetak seperti leaflet dan brosur, maupun media visual seperti video edukatif.

Sejalan dengan penelitian (Rifdi and Sari 2021), diketahui bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan penerapan MAL dengan nilai  $p$ -value = 0,009 dan OR = 4,889. Artinya, responden dengan pengetahuan rendah berisiko 4,889 kali lebih besar untuk tidak menerapkan MAL dibandingkan dengan mereka yang berpengetahuan tinggi.

Selain pendidikan, pekerjaan juga memengaruhi pengetahuan ibu tentang MAL. Sebagian besar responden yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga (40 orang) memiliki pengetahuan cukup. Hal ini kemungkinan besar karena ibu rumah tangga memiliki waktu lebih fleksibel untuk menyusui secara eksklusif dan mengikuti kegiatan penyuluhan yang diadakan oleh petugas kesehatan. Lingkungan sosial juga menjadi faktor pendukung, karena ibu rumah tangga lebih sering berinteraksi dengan tetangga atau tokoh masyarakat yang mungkin membagikan informasi seputar kesehatan ibu dan anak.

Penelitian Febrina (2018) juga mendukung temuan ini, di mana ibu rumah tangga lebih memiliki pengetahuan memadai tentang MAL dibandingkan dengan ibu yang bekerja di luar rumah. Selain itu, pekerjaan memberikan pengalaman dan memperluas interaksi sosial, yang dapat berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan.

Menurut Ariani (2018), pengalaman yang diperoleh dari pekerjaan, interaksi sosial, dan edukasi akan memperkaya kemampuan seseorang dalam mengambil keputusan yang rasional, termasuk dalam pemilihan metode kontrasepsi yang tepat.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 50 responden, diperoleh bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang Metode Amenore Laktasi (MAL), yaitu sebanyak 22 orang (44%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu nifas dengan pemilihan metode kontrasepsi Metode Amenore Laktasi (MAL). Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi umur, tingkat pendidikan, dan jenis pekerjaan. Berdasarkan data, mayoritas responden berada pada kelompok usia 20–35 tahun sebanyak 38 orang (76%), yang merupakan usia produktif dan ideal dalam masa reproduksi. Dari segi pendidikan, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah ke atas, yaitu 25 orang (50%). Sementara itu, sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, sebanyak 40 orang (80%). Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa ibu nifas yang berada pada usia produktif, memiliki pendidikan menengah, dan berprofesi sebagai ibu rumah tangga merupakan kelompok yang potensial untuk menerima informasi dan edukasi mengenai kontrasepsi alami, termasuk penerapan Metode Amenore Laktasi (MAL). Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan dan konseling yang tepat sasaran sangat diperlukan untuk mendukung pemanfaatan MAL sebagai metode kontrasepsi pasca persalinan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Ariani, Ni Putu Dina. 2018. "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Menyusui Dengan Pelaksanaan Metode Amenorea Laktasi (MAL) Di Wilayah Kerja Puskesmas Landono Kabupaten Konawe

- Selatan Tahun 2017.” Poltekkes Kemenkes Kendari Perpustakaan Terpadu.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). 2017. *Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia*. Jakarta.
- Febrina, Febrina. 2018. “Gambaran Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Metode Amenorea Laktasi Di Desa Cinta Rakyat Tahun 2014.” *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda* 2(1): 25–28.
- Fitria, Ayu. 2020. “Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Kontrasepsi Metode Amenore Laktasi (MAL) Di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin.” *Fakultas Kesehatan DIII Kebidanan UNISM*.
- Fitriansyah, Rizki. 2017. “Analisis Pengaruh Pertumbuhan Penduduk Dan Inflasi Terhadap Tingkat Pengangguran Di Kota Bandar Lampung Dalam Perspektif Ekonomi Islam Tahun 2008-2015.” *UIN Raden Intan Lampung*.
- Kadir, Dalimawaty. 2019. “Hubungan Sumber Informasi Dengan Keputusan Ibu Menyusui Memilih Kontrasepsi Mal Di Desa Aek Nabara Kabupaten Padang Lawas Tahun 2018.” *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)* 6(3): 364–70.
- Lubis, Rhina Chairani. 2016. “Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Metode Amenore Laktasi (Mal) Di Klinik Bersalin Aisyah Medan Tahun 2016.” *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan* 1(2): 140–45.
- Mulyani, Sri. 2018. “Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Postpartum Terhadap Metode Kotrasepsi MAL.” *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya* 6(2): 26–32.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2008. “Kesehatan Dan Pembangunan Sumber Daya Manusia.” *Kesmas* 2(5): 195–99.
- Nugraha, Aditya Wahyu. 2024. “Jenis-Jenis Penelitian.” In *Metode Penelitian*, CV. Gita Lentera, 16–26.
- Rifdi, Febriniwati, and Martika Sari. 2021. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Penerapan Metode Amenorea Laktasi Di Puskesmas Rasimah Ahmad.” *Maternal Child Health Care Journal* 2(1): 36–48.
- Setyorini, Retno Heru. 2024. *Kependudukan Dan Keluarga Berencana*. CV. Azka Pustaka.
- Sumargo, Bagus. 2020. *Teknik Sampling*. Jakarta: UNJ Press.
- Swarjana, I Ketut. 2022. *Populasi-Sampel, Teknik Sampling & Bias Dalam Penelitian*. Penerbit Andi.
- WHO. 2019. *United Nations Contraceptive Use by Method 2019: Data Booklet*. United Nations