

Edukasi Keluarga Berencana dan Metode Kontrasepsi pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Kemuning, Palembang, Sumatera Selatan

Ratika Febriani^{1*}, Ratih Pratiwi², Indri Ramayanti³, Putri Aprilia Kusuma Widyanti⁴

¹Departemen Fisiologi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Palembang

²Departemen Obstetri dan Ginekologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Palembang

³Departemen Parasitologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Palembang

⁴Mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Palembang

E-mail : dr.ratikafebriani@gmail.com

Abstrak

Program Keluarga Berencana (KB) merupakan program yang bertujuan untuk mengendalikan laju pertumbuhan penduduk, mengatur kehamilan, jarak, dan usia ideal untuk melahirkan. Di Indonesia cakupan peserta KB aktif metode jangka panjang masih tergolong rendah, yaitu : AKDR (7,4%), AKBK (7,4%), MOW (2,7%), dan MOP (0,5%) yang masih berada jauh dibawah target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) yaitu 66%. Banyak faktor yang menjadi penyebab pengguna kontrasepsi, salah satunya pengetahuan pengguna KB mengenai metode kontrasepsi. Oleh karena itu, perlu dilakukan edukasi kepada masyarakat untuk meningkatkan pemahaman terutama pada wanita usia subur, tentang keluarga berencana serta berbagai metode kontrasepsi, sehingga mereka dapat memilih dan menggunakan metode yang sesuai guna mendukung kesehatan reproduksi serta kesejahteraan keluarga. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan edukasi melalui presentasi materi dengan metode ceramah dan diskusi. Sebelum dan sesudah pemberian edukasi dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan masyarakat mengenai keluarga berencana dan metode kontrasepsi. Didapatkan rerata skor pretest 53,17 dan rerata skor post test 87,34. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada peserta mengenai konsep keluarga berencana dan macam-macam metode kontrasepsi.

Kata kunci: Keluarga Berencana, Metode Kontrasepsi, Masyarakat

Abstract

Family Planning Education and Contraceptive Methods Among Women of Childbearing Age in Kemuning Sub-district, Palembang, South Sumatra. *The Family Planning Program (KB) is a program that aims to control the rate of population increase, regulate pregnancy, distance, and the ideal age for childbirth. In Indonesia, the coverage of active family planning participants in long-term methods is still relatively low, namely: AKDR (7.4%), AKBK (7.4%), MOW (2.7%), and MOP (0.5%) which is still far below the target of the National Medium-Term Development Plan (RPJMN) of 66%. Many factors cause contraceptive users, one of which is the knowledge of family planning users about contraceptive methods. Therefore, it is necessary to educate the community to increase understanding, especially in women of childbearing age, about family planning and various contraceptive methods, so that they can choose and use appropriate methods to support reproductive health and family welfare. Community service activities are carried out by providing education through material presentations with lecture and discussion methods. Before and after the provision of education, the level of community knowledge about family planning and contraceptive methods was measured. The average pretest score was 53.17 and the average post test score was 87.34. This shows that there is an increase in participants' knowledge about the concept of family planning and various contraceptive methods.*

Keywords: Family Planning, Contraceptive Methods, Community

1. PENDAHULUAN

Program Keluarga Berencana (KB) bertujuan untuk mengendalikan pertumbuhan jumlah penduduk, mengatur kehamilan, jarak kelahiran, dan usia ideal untuk melahirkan.¹ Salah satu metode yang sangat dianjurkan adalah Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) karena dapat dipakai dalam jangka waktu lama. Selain itu MKJP juga terbukti efisien, efektif, dan lebih aman, dengan angka kegagalan yang relatif.^{2,3} Di Indonesia, partisipasi aktif KB dengan metode jangka panjang masih tergolong rendah, dengan angka untuk AKDR 7,4%, AKBK 7,4%, MOW 2,7%, dan MOP 0,5%, yang jauh dibawah target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) yaitu 66%.⁴ Sementara itu, penggunaan MKJP di Sumatra Selatan menunjukkan angka yang lebih rendah, yaitu 1,37 % untuk IUD dan 6,99%, untuk Implant, berbeda jauh dibandingkan dengan penggunaan kontrasepsi non-MKJP, seperti Pil (14,99%) dan Suntik (24,46%).⁴

Salah satu faktor yang menyebabkan penghentian atau perubahan penggunaan alasan alat kontrasepsi adalah efek samping yang sering dialami, seperti penambahan berat badan pada pengguna KB suntik DMPA. Sebuah penelitian yang dilakukan Febriani & Ramayanti pada peserta KB suntik DMPA di Puskesmas Pembina Palembang menunjukkan bahwa 77,8% responden mengalami kenaikan berat badan setelah menggunakan KB suntik DMPA lebih dari 12 bulan.⁵ Padahal, suntikan dan pil termasuk metode kontrasepsi jangka pendek, yang memiliki tingkat efektivitas pengendalian kehamilan yang relatif rendah.⁶

Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi penggunaan kontrasepsi. Faktor pertama adalah kesiapan layanan, yang mencakup ketersediaan fasilitas pelayanan kontrasepsi. Faktor kedua berkaitan dengan kualitas layanan, yakni metode kontrasepsi non-MKJP lebih banyak dipilih. Faktor ketiga adalah tingkat pengetahuan pengguna kontrasepsi, yakni tingkat pengetahuan pengguna kontrasepsi, masyarakat lebih

memahami metode non-MKJP dibandingkan MKJP.¹

Berdasarkan data pencapaian akseptor KB di Puskesmas Pembina Palembang tahun 2018, penggunaan kontrasepsi non-MKJP (suntik dan pil) masih lebih dominan dibandingkan dengan metode MKJP (implant dan IUD).⁷ Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman masyarakat masih terbatas terkait indikasi serta kontraindikasi penggunaan kontrasepsi jangka panjang, terutama implant dan IUD.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, khususnya bagi wanita usia subur, mengenai program keluarga berencana serta berbagai metode kontrasepsi. Dengan meningkatnya pengetahuan, diharapkan masyarakat dapat memilih dan menggunakan metode kontrasepsi yang sesuai guna mendukung kesehatan reproduksi dan kesejahteraan keluarga. Selain itu, kegiatan ini juga menjadi sarana untuk menghubungkan dunia pendidikan dengan masyarakat. Perguruan tinggi memiliki peran dalam membantu masyarakat, khususnya di wilayah Palembang, dalam mengatasi permasalahan kesehatan yang ada di lingkungannya.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Program Keluarga Berencana (KB) bertujuan untuk mengendalikan pertumbuhan penduduk serta meningkatkan kesejahteraan keluarga dengan mengatur jarak dan jumlah kehamilan. Menurut Pusdatin Kemenkes RI, metode kontrasepsi yang dianjurkan adalah Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) karena lebih efektif, efisien, dan memiliki tingkat kegagalan yang rendah dibandingkan metode kontrasepsi jangka pendek.¹

Metode kontrasepsi terbagi menjadi dua kelompok utama, yaitu Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) dan Metode Kontrasepsi Non-MKJP. MKJP mencakup alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR/IUD), implan, dan metode sterilisasi (MOW dan MOP). Sementara itu, metode Non-MKJP meliputi pil KB, suntik KB, kondom, dan kontrasepsi alami.¹⁰ Berdasarkan data Kemenkes RI, tingkat penggunaan MKJP di Indonesia masih

rendah dibandingkan metode Non-MKJP.⁴ Beberapa faktor yang mempengaruhi pemilihan kontrasepsi antara lain:¹

1. Ketersediaan layanan kontrasepsi, yaitu tersedianya fasilitas dan akses terhadap metode kontrasepsi yang aman dan efektif.
2. Kualitas layanan, di mana pelayanan yang baik akan meningkatkan kepuasan dan keberlanjutan penggunaan kontrasepsi.
3. Pengetahuan pengguna, yang berperan dalam menentukan pilihan kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi kesehatan dan kebutuhan pasangan usia subur.

Berdasarkan data Puskesmas Pembina Palembang tahun 2018, mayoritas akseptor KB menggunakan metode Non-MKJP seperti suntik dan pil KB dibandingkan metode MKJP seperti implan dan IUD.⁷ Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman masyarakat mengenai MKJP masih terbatas, sehingga diperlukan edukasi lebih lanjut mengenai manfaat dan indikasi MKJP.

Penggunaan kontrasepsi, terutama kontrasepsi hormonal seperti suntik dan pil KB, dapat menimbulkan efek samping seperti peningkatan berat badan, gangguan siklus haid, dan risiko hipertensi.⁵ Oleh karena itu, pemilihan metode kontrasepsi sebaiknya mempertimbangkan kondisi kesehatan individu dan rekomendasi dari tenaga medis.

Edukasi memiliki peran penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai kontrasepsi, terutama MKJP. Menurut penelitian Listyaningsih dkk., faktor internal seperti usia, pendidikan, dan pengalaman menggunakan kontrasepsi serta faktor eksternal seperti dukungan pasangan dan pelayanan KB berpengaruh terhadap kesiapan wanita usia subur dalam menggunakan kontrasepsi.⁸

Dengan adanya program edukasi yang sistematis dan berbasis bukti, diharapkan

masyarakat, khususnya wanita usia subur, dapat membuat keputusan yang lebih tepat dalam memilih metode kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi kesehatan dan kebutuhan mereka.

3. METODE

Kegiatan penyuluhan kontrasepsi ini melalui 4 tahap yaitu tahap perizinan, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

1. Perizinan

Perizinan dilakukan oleh tim pengusul kepada beberapa pihak dari Ketua RW/ RT setempat, dan yayasan Al Badr Darussalam yang berada di wilayah Kecamatan Kemuning, Palembang.

2. Persiapan Kegiatan

Persiapan penyuluhan kontrasepsi dimulai dengan memastikan sasaran khususnya dalam hal jumlah peserta. Tempat dan media dipersiapkan sesuai dengan kebutuhan sertaantisipasi kemungkinan masalah yang terjadi. Media penyuluhan dipersiapkan untuk mempermudah proses pemahaman sasaran sehingga tujuan kegiatan dapat tercapai secara optimal. Media yang digunakan berupa alat kontrasepsi, proyektor, laptop, kamera, microphone, dan speaker.

3. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan kegiatan meliputi pengisian daftar hadir, pemeriksaan tekanan darah peserta yang bertujuan untuk penentuan jenis kotrasepsi yang tepat, pengisian pretest, pembukaan, kata sambutan dari Pimpinan Yayasan al Badr Darussalam, penyampaian materi, diskusi/ tanya jawab, dan penutup.

4. Evaluasi

Dilakukan evaluasi kegiatan dalam bentuk pengisian Post test.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan edukasi keluarga berencana dan metode kontrasepsi pada wanita usia subur dilaksanakan di Aula Ma'had Yayasan Al Badr Palembang Darussalam pada tanggal 13 Oktober 2024. Kegiatan ini diikuti oleh 24 peserta wanita usia subur yang memiliki keinginan untuk memahami lebih lanjut mengenai alat kontrasepsi. Sebelum penyuluhan dimulai, dilakukan pemeriksaan kesehatan dasar berupa pengukuran tekanan darah. Pemeriksaan ini bertujuan untuk memberikan rekomendasi metode kontrasepsi yang sesuai bagi peserta. Hasilnya menunjukkan sebagian besar peserta memiliki tekanan darah normal seperti yang tertera pada tabel 5.1.

Tabel 5.1. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Wanita Usia Subur di Kecamatan Kemuning, Palembang

Tekanan darah	Frekuensi	Persentase
Tekanan darah tinggi (hipertensi)	5	20,8%
Tekanan darah normal	19	79,2%
Tekanan darah rendah (hipotensi)	0	0%
Total	24	100%

Hasil pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa beberapa peserta memiliki kondisi hipertensi, yang dapat menjadi pertimbangan dalam pemilihan metode kontrasepsi. Hal ini sejalan dengan penelitian Yuniarti yang menyatakan bahwa kontrasepsi hormonal dapat berpengaruh terhadap tekanan darah, terutama bagi pengguna kontrasepsi yang mengandung estrogen.⁹



Gambar 5.1 Pemeriksaan Tekanan Darah dan Pengisian Kuesioner

Materi penyuluhan disampaikan dalam bentuk ceramah interaktif dengan menggunakan media presentasi berupa power point dan leaflet. Setelah penyampaian materi, dilakukan sesi diskusi, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai alat kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi kesehatan mereka. Peserta juga mengisi pre-test dan post-test guna mengevaluasi pemahaman sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata setelah penyuluhan, yang mencerminkan peningkatan pemahaman peserta terhadap metode kontrasepsi (Tabel 5.2).



Gambar 5.2. Penyampaian Materi

Tabel 5.2 Nilai *Pretest* dan *Post Test* Penyuluhan

Kuesioner	Nilai Rerata
Pretest	53,17
Post Test	87,34

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi memiliki peran penting dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat terhadap kontrasepsi. Peningkatan skor post-test sebesar 34,17 poin menunjukkan bahwa materi yang disampaikan dalam penyuluhan cukup efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Hasil ini mendukung penelitian Listyaningsih dkk yang menyebutkan bahwa edukasi berperan dalam meningkatkan kesiapan wanita usia subur dalam menggunakan MKJP.^{8,11}

Berdasarkan hasil survey kesiapan peserta dalam menggunakan kontrasepsi, sebagian besar peserta menyatakan siap untuk menggunakan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) sebagaimana terlihat pada tabel 5.3.

Tabel 5.3 Kesiapan Menggunakan Alat Kontrasepsi

Alat kontrasepsi	Frekuensi	Persentase
Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP)	13	54,2%
Metode Kontrasepsi Jangka Pendek (Non MKJP)	11	45,8%
Total	24	100%

Meskipun demikian, hasil survei kesiapan peserta menunjukkan bahwa masih terdapat 45,8% peserta yang memilih menggunakan metode kontrasepsi jangka pendek. Hal ini dapat disebabkan oleh faktor-faktor seperti kurangnya dukungan pasangan, ketakutan terhadap efek samping, serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan yang lebih memadai.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini memberikan manfaat nyata dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai keluarga berencana dan kontrasepsi. Diharapkan dengan adanya edukasi berkelanjutan, angka penggunaan MKJP dapat meningkat, sehingga dapat mendukung program pemerintah dalam menekan angka pertumbuhan penduduk dan meningkatkan kesejahteraan keluarga.

6. SIMPULAN

Dari hasil kegiatan penyuluhan ini dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi kepada wanita usia subur di Kecamatan Kemuning, Palembang mengenai Keluarga Berencana dan Metode Kontrasepsi, berhasil dilaksanakan dalam bentuk pemeriksaan kesehatan, penyuluhan, dan diskusi. Hal tersebut dapat dilihat dari adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah pemberian edukasi. Selain itu, sebagian besar peserta memilih untuk menggunakan kontrasepsi jangka panjang. Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat ini, disarankan edukasi terkait keluarga berencana dan metode kontrasepsi dapat dilakukan juga oleh instansi terkait agar wanita usia subur dapat menggunakan metode kontrasepsi jangka panjang untuk meminimalisir efek samping yang dapat ditimbulkan dari penggunaan alat kontrasepsi.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih penulis haturkan kepada masyarakat Kecamatan Kemuning, Yayasan Al Badr Palembang Darussalam, dan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Referensi

1. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI (Pusdatin Kemenkes RI). InfoDATIN: Situasi dan Analisis Keluarga Berencana. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI; 2014:1-6.
2. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP). BKKBN. Accessed February 4, 2025. <https://www.bkkbn.go.id/detailpost/metode-kontrasepsi-jangka-panjang-mkjp>.
3. World Health Organization (WHO). Family planning/contraception methods. World Health Organization. 2020. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/family-planning-contraception>
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). Profil Kesehatan Indonesia. 2020.
5. Febriani R, Ramayanti I. Analisis perubahan berat badan pada pemakaian KB suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA). Jurnal 'Aisyiyah Medika. 2020;5(1):113-121.

6. Syahda S, Apriyanti F. Pembinaan kader KB dalam meningkatkan penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) pada pasangan usia subur (PUS) di Desa Laboy Jaya Wilayah Kerja UPT Puskesmas Laboy Jaya. *Community Development Journal*.2022;3(3):2020-2023.
7. Aquari B. Hubungan peningkatan berat badan dan ketidakaturan siklus haid dengan pengguna KB suntik pada akseptor KB di Puskesmas Pembina Palembang tahun 2018. *Jurnal Kebidanan*. 2018;8(1):30-35.
8. Listyaningsih, U., Sumini, S., & Satiti, S. 2016. Unmet Need: Konsep Yang Masih Perlu Diperdebatkan. *Populasi*, 24(1), 72–90.
9. Yuniarti T, Rosyada A. Hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kejadian hipertensi pada wanita usia subur di Indonesia (analisis data Indonesian Family Survey 5). *J Kesehatan Masyarakat Indonesia*. 2021;16(4):240-245.
10. Kebidanan A, Palu GA. Penyuluhan tentang metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP). *J-MAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2022;1(2):69-76.