



**PEMBERIAN EDUKASI MENGENAI PENGGUNAAN KB SEBAGAI UPAYA MENGATUR JARAK KEHAMILAN YANG SEHAT PADA PASANGAN USIA SUBUR**

*EDUCATION ON THE USE OF FP AS AN EFFORT TO MANAGE PREGNANCY SPACE IN AT PMB FARIDA HAJRI, S.ST., BD PEMATANG SIANTAR CITY*

**Jumadiyah Wardati, Meyana Marbun\*, Sri Rahma Friani, Noni Herawati, Putri Handayani, Yolanda**

*Program Studi Kebidanan, Universitas Efarina, Simalungun, Indonesia*

*\*meyana.marbun23@gmail.com*

**Abstrak**

Ledakan penduduk dapat terus meningkat akibat penambahan angka kehamilan. Bahkan beberapa keluarga mengalami kesulitan dalam mengontrol kelahiran. Keluarga berencana merupakan suatu cara yang memungkinkan seseorang untuk mencapai jumlah anak yang diinginkan dan menentukan jarak kehamilan, dimana hal ini dapat dicapai melalui penggunaan metode kontrasepsi. Pasangan Usia Subur (PUS) adalah pasangan yang berada dalam rentang usia dimana wanita mampu untuk hamil dan melahirkan, umumnya antara 15 hingga 49 tahun. Sedangkan program keluarga berencana (KB) adalah suatu upaya untuk membantu pasangan dalam menentukan jumlah anak yang diinginkan dari jarak kelahiran. Pada umumnya PUS harus mengikuti program KB karena sebagian besar aktivitasnya dilakukan di rumah. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk menghindari kehamilan yang tidak diinginkan dan mengatur jarak kehamilan sehingga dapat mengurangi ledakan penduduk akibat penambahan angka kehamilan. Melalui kegiatan ini diharapkan dapat menambah pengetahuan para peserta mengenai cara penggunaan kontrasepsi yang baik dan benar. Selain itu, peserta diharapkan memiliki kemampuan untuk memilih metode kontrasepsi yang cocok dan sesuai dengan kondisi mereka. Pendekatan yang dilakukan yaitu metode partisipatif dengan melakukan pendekatan terhadap tokoh masyarakat untuk mendapat perizinan dan dukungan dalam memberikan edukasi kepada sasaran kegiatan yaitu Pasangan Usia Subur (PUS). Kegiatan ini juga meliputi pemberian edukasi berupa penyuluhan yang menggunakan media seperti video edukasi dan poster. Hasil pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan antusiasme yang tinggi terhadap pelaksanaan kegiatan yang dilakukan.

**Kata Kunci : Keluarga Berencana, Jarak Kehamilan, Pasangan Usia Subur**

**Abstract**

*The population explosion may continue to increase due to increasing pregnancy rates. Even some families experience difficulty in controlling births. Family planning is a way allows one to achieve the desired number of children and determine the spacing of pregnancies, where this can be achieved through the use of contraceptive methods. Couples of childbearing age (PUS) are couples who are in the age range where women are capable of getting pregnant and giving birth, generally between 15 and 49 years. Meanwhile, the family planning (KB) program is an effort to help couples determine the number of children they want based on birth spacing. In general, PUS must take part in a family planning program because most of their activities are carried out at home. The aim of this community service activity is to avoid unwanted pregnancies and regulate the spacing of pregnancies so as to reduce the population explosion due to the increase in pregnancy rates. Through this activity, it is hoped that participants will increase their knowledge regarding how to use contraception properly and correctly. In addition, participants are expected to have the ability to choose a contraceptive method that is suitable and appropriate to their condition. The approach taken is a participatory method by approaching community leaders to obtain permission and support in providing education to the target of the activity, namely Couples of Childbearing Age (PUS). This activity also includes providing education in the form of counseling using media such as educational videos and posters. The results of this community service show an increase in understanding and high enthusiasm for the implementation of the activities carried out.*

**Keywords: Family Planning, Pregnancy Spacing, Couples of Childbearing Age**

## PENDAHULUAN

Keluarga Berencana (KB) adalah salah satu dari pelayanan kesehatan yang bersifat preventif untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu yang masih tinggi akibat kehamilan yang tidak terencana dengan baik (1). Masih banyak wanita yang mengalami kesulitan dalam menentukan pilihan kontrasepsinya, karena keterbatasan pengetahuan tentang metode, biaya ataupun kebijakan nasional tentang keluarga berencana (2). Ledakan penduduk dapat terus meningkat akibat penambahan angka kehamilan. Bahkan beberapa keluarga mengalami kesulitan dalam mengontrol kelahiran. Ledakan penduduk yang tidak terkendali dapat berdampak pada kemiskinan, kerusakan lingkungan, terancamnya ketahanan pangan, pengangguran, kriminalitas, angka kematian ibu dan bayi yang tinggi, kesehatan masyarakat yang rendah, serta biaya pelayanan kesehatan dan pendidikan yang tinggi (3).

*Sustainable development Goals* (SDGs 2030) yang dicanangkan oleh PBB untuk melanjutkan tujuan pembangunan *Milenium evelopment Goals* (MDGs) salah satu tujuan diantaranya yang tercantum dalam 17 tujuan SDGs yaitu tentang Keluarga Berencana (KB) (4). Keluarga Berencana (KB) adalah salah satu program pemerintah dimana salah satu tujuan dari program tersebut adalah membatasi angka kelahiran dan mengatur jarak kelahiran sehingga diharapkan dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian pada ibu dan terciptanya keluarga yang sehat sejahtera (5). Upaya dalam mendukung program tersebut agar terciptanya keluarga berencana yang sehat sejahtera adalah dengan menggunakan alat kontrasepsi yang bersifat sementara ataupun permanen sesuai dengan kondisi dan kebutuhan (6).

Upaya atau langkah strategis untuk mencegah dan mengendalikan dampak ledakan penduduk yang tidak terkendali adalah melalui penyelenggaraan keluarga berencana. Keluarga berencana merupakan suatu cara yang memungkinkan seseorang untuk mencapai jumlah anak yang diinginkan dan menentukan jarak kehamilan, dimana hal ini dapat dicapai melalui penggunaan metode kontrasepsi dan pengobatan infertilitas (7). Program KB memiliki peran dalam menurunkan risiko kematian ibu melalui pencegahan kehamilan, penundaan usia kehamilan dan jarak kehamilan dengan sasaran utama adalah Wanita Usia Subur (8).

Lebih dari 220 juta wanita di dunia ingin merencanakan keluarga dan masa depan mereka tetapi tidak menggunakan metode kontrasepsi modern. Memenuhi kebutuhan mereka akan kontrasepsi dapat menurunkan tingkat kehamilan yang tidak diinginkan, kematian ibu (perempuan meninggal karena hamil/melahirkan) dan kematian bayi yang semuanya adalah target yang tercakup dalam SDGs keluarga berencana yang berperan besar dalam pencapaian SDGs (9). Program Keluarga Berencana (KB) telah berkontribusi terhadap penurunan tingkat kelahiran dan tingkat kematian, yang selanjutnya mengakibatkan penurunan tingkat pertumbuhan penduduk, terutama di negara-negara berkembang termasuk di Indonesia. Program KB mempunyai arti yang sangat penting dalam upaya mewujudkan manusia Indonesia sejahtera di samping program pendidikan dan kesehatan. Undang-undang No 10 tahun 1992 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga Sejahtera yang kemudian di revisi dengan Undang-undang No 52 Tahun 2009 tentang perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga menyebutkan bahwa Keluarga Berencana adalah upaya mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal melahirkan, mengatur kehamilan, melalui promosi, perlindungan dan bantuan sesuai dengan hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga berkualitas (10).

Menurut Sulistyawati (2013), tujuan dilaksanakannya program KB adalah membentuk keluarga kecil sesuai dengan kekuatan sosial ekonomi suatu keluarga dengan mengatur jumlah kelahiran anak agar diperoleh keluarga bahagia dan sejahtera yang dapat memenuhi kebutuhan hidup keluarga. Selain untuk mengatur kelahiran anak, tujuan keluarga berencana juga untuk menurunkan angka kematian ibu, bayi dan anak, mengurangi pertumbuhan penduduk, meningkatkan kesehatan ibu, bayi dan anak, serta meningkatkan pelayanan kesehatan reproduksi (11).

Sebelum memilih alat kontrasepsi yang ingin digunakan, perlu dikomunikasikan dengan

pasangan terlebih dahulu, tentukan siapa dan metode kontrasepsi apa yang ingin digunakan karena masing-masing kontrasepsi mempunyai kelebihan dan kekurangan, pastikan lagi tujuan pemakaian kontrasepsi sesuai dengan kondisi fisik dan riwayat kesehatan pemakai kontrasepsi (10). Pemilihan kontrasepsi juga tergantung pada efektivitas metode dalam mencegah kehamilan yang tidak direncanakan. Pada beberapa metode tertentu, efektivitas metode kontrasepsi tidak hanya bergantung pada perlindungan yang diberikan tapi juga pada konsistensi dan ketepatan penggunaan metode (12). Dalam keberhasilan program keluarga berencana dan peningkatan jumlah aseptor kontrasepsi diperlukan suatu usaha yang terkoordinasi antara pemerintah dan petugas kesehatan dalam menjalankan fungsinya (13).

Tenaga kesehatan mempunyai kewenangan dalam memberikan pelayanan kesehatan, salah satunya adalah pemberian komunikasi informasi edukasi (KIE) tentang keluarga berencana (KB) tujuan dari pemberian KIE tersebut adalah peningkatan pengetahuan dan kesadaran sehingga diharapkan dapat merubah sikap atau perilaku yang lebih bertanggungjawab khususnya tentang pemakaian kontrasepsi, dan dengan melalui kebijakan KB Pemerintah Indonesia ingin mewujudkan penduduk agar tumbuh seimbang dan berkualitas melalui promosi dan KIE komunikasi informasi edukasi kb keluarga berencana (14) Oleh karena itu sangat penting untuk memberikan edukasi tentang keluarga berencana kepada masyarakat sebagai salah satu upaya memberikan pengetahuan kepada masyarakat dalam pemilihan alat kontrasepsi yang sesuai dengan kebutuhan dan tujuan pemakaian dari alat kontrasepsi itu sendiri,

## **METODE DAN BAHAN**

Kegiatan ini menggunakan metode partisipatif yaitu mengikutsertakan tokoh masyarakat dan sasaran kegiatan dalam seluruh tahapan kegiatan hingga tercapainya tujuan dari pengabdian masyarakat ini. Pendekatan dilakukan dengan tokoh masyarakat setempat untuk mendapat dukungan penuh dalam melakukan program penyuluhan. Selanjutnya partisipasi dari PUS agar bersedia berperan aktif sebagai responden. Penyampaian informasi dan edukasi dilakukan dengan memberikan penyuluhan kesehatan mengenai KB, baik itu pengertian, manfaat, macam-macam alat kontrasepsi meliputi efektivitasnya serta mengenai cara memilih dan menentukan alat kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi masing-masing PUS sehingga dapat memilih alat kontrasepsi yang pas dan sesuai sebagai pengatur jarak kehamilan yang sehat. Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan poster dan membagikan *flipchart* kepada PUS. Pada evaluasi dilakukan tanya jawab mengenai materi penyuluhan yang telah diberikan.

## **WAKTU DAN TEMPAT**

Tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu di PMB Farida Hajri, S.ST., Bd Kota Pematang Siantar. Pelaksanaan kegiatan dibantu oleh mahasiswa yang sedang praktek belajar. Waktu pelaksanaan dilakukan pada hari Selasa tanggal 03 Desember 2024 dimulai dari pukul 09.00 WIB hingga pukul 12.00 WIB.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan kepada peserta yang merupakan PUS dengan berjumlah 25 orang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan sukses dan lancar, para peserta antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Selama pelaksanaannya tim utama kegiatan ini terdiri atas lima orang dosen dari Program

Studi D3 Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Efarina Pematang Siantar, yang dibantu dengan mahasiswa serta petugas lapangan.

Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh moderator serta pengisian absensi peserta, lalu dilanjutkan dengan penyajian materi. Materi yang disampaikan yaitu mengenai pengertian KB, macam-macam alat kontrasepsi beserta efektivitasnya, cara penggunaan KB dan peserta dibantu dalam menentukan alat kontrasepsi yang dapat digunakan dan sesuaikan kondisi masing-masing PUS.

Kegiatan dilanjutkan dengan diskusi tanya jawab serta berbagi pengalaman mengenai pemakaian KB, kemudian kegiatan ditutup dengan pemberian souvenir kepada peserta yang dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Hasil yang telah dicapai selama kegiatan ini yaitu meningkatkannya pengetahuan peserta mengenai program KB dan meningkatnya minat peserta untuk menggunakan KB. Berdasarkan dari hasil tanya jawab atau pada sesi diskusi beberapa peserta juga saling berbagi pengalaman mereka dalam menggunakan KB.



**Gambar. Pemberian Penyuluhan Kesehatan pada Responden**

Dalam pelaksanaan kegiatan ini, tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat tidak mengalami hambatan berarti. Hal ini dirasakan karena kegiatan ini mendapat dukungan dari berbagai pihak, mulai dari pihak kampus, tenaga kesehatan, serta masyarakat setempat. Hanya saja, sebagian masyarakat yang diundang tidak hadir dalam kegiatan. Oleh karena itu tim pelaksana berinisiatif untuk mengunjungi masyarakat yang tidak dapat hadir ke rumah masing-masing (*door to door*). Di rumah masing-masing masyarakat mendapatkan penyuluhan mengenai penggunaan KB, macam-macam alat kontrasepsi serta diberikan *leaflet*.

Pembagian *leaflet* dilakukan sebagai salah satu media dalam penyuluhan dan bahan bacaan untuk PUS sehingga bila dalam penyampaian edukasi tentang penggunaan KB masih kurang ataupun responden lupa dapat membaca kembali dan dapat saling mengingatkan. *Leaflet* juga didesain menggunakan gambar untuk menarik minat baca. Materi yang dicantumkan lebih sederhana

dan mudah dipahami sehingga PUS mudah untuk mengingat kembali mengenai materi yang disampaikan.

Evaluasi pengabdian kepada masyarakat dilakukan untuk mengetahui efektifitas penyuluhan tentang penggunaan KB. Evaluasi dilakukan dengan metode tanya jawab dan diskusi. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa masih banyak peserta yang baru mengetahui mengenai macam-macam alat kontrasepsi yang bisa dipilih dan disesuaikan dengan kondisi masing-masing. Peserta sangat antusias untuk memahami lebih dalam dan berjanji untuk menjadi akseptor KB sebagai langkah dalam menjarangkan dan merencanakan kehamilan selanjutnya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) tentang program KB mulai meningkat terlihat dari antusias dan keaktifan peserta selama proses pelaksanaan kegiatan ini :

- Seluruh peserta dapat memahami tentang definisi, tujuan, manfaat dan jenis-jenis alat kontrasepsi yang dapat digunakan.
- Dapat membantu masyarakat di wilayah PMB Farida Hajri, S.ST., Bd Kota Pematang Siantar untuk mendapatkan informasi tentang program KB untuk berpartisipasi dalam mendukung program keluarga BERENCANA

Hasil penyuluhan kami kepada masyarakat di wilayah PMB Farida Hajri, S.ST., Bd Kota Pematang Siantar mampu menambah pengetahuan ibu-ibu tentang program KB dan mengajak peserta untuk berpartisipasi mendukung program KB.

Penyuluhan secara berkala diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pemanfaatan KB di berbagai daerah atau tempat sehingga informasi dapat tersebar luas di berbagai daerah (15). Selanjutnya perlu dicermati kembali pengetahuan pasangan usia subur dan pengenalan kontrasepsi yang lebih spesifik. Selanjutnya perlu di observasi ulang untuk pengetahuan pasangan usia subur dan pengenalan lebih spesifik mengenai alat kontrasepsi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada berbagai pihak yang telah memberikan bantuan pada pengabdian masyarakat yang dilakukan. Terima kasih juga saya ucapkan kepada tempat pelaksanaan Pengabdian kepada masyarakat dan pihak institusi yang telah mendanai pengabdian masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Yunita EP. Penggunaan Kontrasepsi dalam Praktik Klinik dan Komunitas. Malang: UB Press; 2019.
2. Muhatiah R. Partisipasi Pria dalam Program Keluarga Berencana (KB). Marwah J Perempuan, Agama dan Jender. 2012;11(1):1–18.
3. Aryunani A, Nur Hidayatul A, Farida H, Dinik Dwi Windarwati W, Fitriyatul Hasanah H, Zurniatur Rizqiyah R, et al. Edukasi Penggunaan KB Sebagai Upaya Pengaturan Jarak Kehamilan pada Masa Pandemi di PMB H. Farida Hajri, S. ST., Bd Surabaya. Universitas Muhammadiyah Surabaya;
4. Singarimbun RJ, Sihombing RJ. Pemberdayaan Masyarakat dalam Pelayanan KB Terhadap Keikutsertaan PUS Ber-KB di Kecamatan Medan Tuntungan. J Pengabd Kpd Masy Nusant. 2021;1(3):89–93.
5. Purba DH, Sari MHN, Syamdarniati, Purba AMV, Yuliani M, Anggraini DD, et al. Pelayanan Keluarga Berencana. Jakarta: Yayasan Kita Menulis; 2021.

6. Kementerian Kesehatan RI. Pentingnya Penggunaan Alat Kontrasepsi. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2018.
7. Martyas T. Peningkatan Peran Bidan dalam Konseling Keluarga Berencana (KB) Di Puskesmas Kutawis Kabupaten Purbalingga. *J Ekon Bisnis, dan Akunt.* 2017;19(4).
8. Sidauruk A. Evaluasi Pelaksanaan Program Keluarga Berencana (KB) Guna Mewujudkan Keluarga Sejahtera di Unit Pelaksanaan Teknis Daerah Kecamatan Dolok Pardamean Kabupaten Simalungun. Universitas Medan Area; 2023;
9. Amartani R, Masan L, Haryanti Y, Kurniati PT, Montessori Y, Lestari AS. Edukasi Penggunaan KB Sebagai Upaya Pengaturan Jarak Kehamilan pada Pasangan Usia Subur (PUS) di Desa Nobal Kecamatan Sungai Tebelian Kabupaten Sintang. *J Abdi Masy Multidisiplin.* 2023;2(2):1–4.
10. Fatmayanti A, Laili AN, Titisari I, Ula Z, Munawarah R, Pratamaningtyas S, et al. Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana. Vol. 1. Get Press; 2022.
11. Sari PM, Dewi AR, Fraitasari DY. Peningkatan Pengetahuan Tentang Kontrasepsi Melalui Edukasi Keluarga Berencana (KB). *J Community Engagem Empower.* 2022;4(2).
12. Suhaid DN, Sulistiani RP, Manungkalit EM, Pabeno Y, Sada M, Pratiwi AI, et al. Pengantar Promosi Kesehatan. Pradina Pustaka; 2022.
13. Hidayat N. Kajian Kebijakan Kependudukan di Indonesia. *Publikauma J Adm Publik Univ Medan Area.* 2013;1(2):24–36.
14. Syafi'i I, Ihwan M. Studi Komparatif terhadap Undang-Undang No. 52 Tahun 2009 dan Hukum Islam tentang Program Keluarga Berencana di Indonesia. *Istidlal J Ekon Dan Huk Islam.* 2022;6(1):38–54.
15. Wahyuni Y, Asy-Syakhsiyyah A-A. Pandangan Masyarakat Terhadap Program Keluarga Berencana dalam Mewujudkan Keluarga Sejahtera (Studi Kasus Terhadap Masyarakat Desa Sidoharjo, Kecamatan Purwodadi, Kabupaten Purworejo).