

PENYULUHAN PENGETAHUAN TENTANG KELUARGA BERENCANA (KB) DAN METODE KONTRASEPSI JANGKA PANJANG (MKJP)

Elmia Kursani¹, Sherly Vermita Warlenda², Yuni Purwanti³

^{1,2,3} Program Studi Kesehatan masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru
email: elmiakursanihtp@gmail.com

Abstrak

Keluarga Berencana merupakan salah satu upaya Pemerintah dalam menekan angka kelahiran di Indonesia. KB bertujuan membentuk keluarga kecil, sehat, dan sejahtera. Pelaksanaan program KB diharapkan dapat mengatur jumlah kelahiran, jarak kelahiran, dan jumlah anak yang diharapkan dalam keluarga, serta meningkatkan derajat kesehatan dan kesejahteraan keluarga, terutama ibu dan anak. Keikutsertaan Pasangan Usia Subur (PUS) dalam program KB dan pemilihan alat kontrasepsi yang tepat diharapkan dapat mensukseskan program KB yang bertujuan membentuk keluarga kecil sehat dan sejahtera. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang pentingnya keikutsertaan dalam program KB dan pemilihan metode kontrasepsi yang tepat. Metode pengabdian ini yaitu penyuluhan kesehatan tentang pentingnya KB dalam membentuk keluarga kecil, sehat, dan sejahtera, serta Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP). Hasil pre test sebelum penyuluhan menunjukkan bahwa 70% ibu (PUS) mampu menjawab pertanyaan dengan benar. Setelah dilakukan penyuluhan, hasil posttest menunjukkan hampir semua (90%) ibu (PUS) tersebut bisa menjawab pertanyaan dengan benar. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu (PUS) tentang KB dan pentingnya menjadi akseptor KB, serta dapat memilih salah satu alat kontrasepsi MKJP. Peran dari petugas kesehatan dan kader KB di desa juga sangat penting dalam mengingatkan ibu-ibu (PUS) tentang pentingnya keikutsertaan dalam program KB, dan memilih kontrasepsi yang tepat.

Kata kunci: KB, Kontrasepsi, Pasangan Usia Subur (PUS), MKJP

Abstract

Family Planning is one of the Government's efforts to reduce the birth rate in Indonesia. KB aims to form a small, healthy, and prosperous family. The implementation of the family planning program is expected to regulate the number of births, birth spacing, and the number of children expected in the family, as well as improve the degree of health and welfare of the family, especially mothers and children. The participation of fertile age couples (PUS) in the family planning program and the selection of appropriate contraceptives are expected to succeed in the family planning program which aims to form small, healthy and prosperous families. This community service aims to increase knowledge and understanding of the importance of participation in the family planning program and the selection of appropriate contraceptive methods. The method of this community service is health counseling about the importance of family planning in forming a small, healthy, and prosperous family, as well as the Long-Term Contraceptive Method (MKJP). The pre-test results before counseling showed that 70% of mothers (PUS) were able to answer questions correctly. After counseling, the posttest results showed that almost all (90%) of the women could answer the questions correctly. This proves that the counseling provided can increase the knowledge and understanding of women (PUS) about family planning and the importance of being a family planning acceptor, and can choose one of the contraceptives MKJP. The role of health workers and family planning cadres in the village is also very important in reminding women about the importance of participating in the family planning program, and choosing the right contraceptives.

Key words: Family Planning, Contraception, Couples Of Childbearing Age, MHJP

PENDAHULUAN

Untuk mengatasi permasalahan kependudukan di Indonesia, sejak tahun 1970 pemerintah telah melaksanakan program Keluarga Berencana (KB) yang bertujuan untuk menekan laju pertumbuhan penduduk. Program KB sampai dengan akhir tahun 1990 telah berhasil menekan laju pertumbuhan penduduk. Program KB memiliki makna yang sangat strategis, komprehensif dan fundamental dalam mewujudkan manusia Indonesia yang sehat dan sejahtera. UU Nomor 52 tahun 2009 tentang

perkembangan kependudukan dan pembangunan keluarga menyebutkan bahwa keluarga berencana adalah upaya untuk mengatur kelahiran anak, jarak, dan usia ideal melahirkan, mengatur kehamilan, melalui promosi, perlindungan dan bantuan sesuai hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas (BKKBN, Kementerian Kesehatan RI, Kementerian PPN/Bappenas, UNFPA, 2020). Penggunaan alat kontrasepsi diharapkan dapat mengendalikan kelahiran dan pertumbuhan penduduk, meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan keluarga, dan mengatur jarak kelahiran anak (Elysara and Rusnaini, 2018).

Menurut Herowati dan Sugiharto (2019), kebijakan pemerintah terhadap setiap WUS menikah menggunakan kontrasepsi, ditujukan untuk memberikan kesempatan pada wanita tersebut dalam melakukan pengaturan kelahiran, pembinaan ketahanan keluarga, peningkatan kesejahteraan keluarga kecil, bahagia dan sejahtera, sesuai dengan aturan UU No. 10 tahun 1992, tentang perkembangan kependudukan dan pembangunan keluarga sejahtera (Herowati and Sugiharto, 2019).

Menurut BKKBN, peserta KB aktif di antara Pasangan Usia Subur (PUS) tahun 2020 sebesar 67,6%. Angka ini meningkat dibandingkan tahun 2019 sebesar 63,31% berdasarkan data Profil Keluarga Indonesia Tahun 2019. Provinsi Bengkulu merupakan provinsi dengan presentasi tertinggi dalam kesertaan KB di Indonesia yaitu sebesar 71,3%, diikuti oleh Provinsi Kalimantan Selatan dan Jambi. Kesertaan terendah dimiliki provinsi Papua sebesar 24,9%, diikuti oleh Papua Barat dan Nusa Tenggara Timur (Kemenkes RI, 2021).

Tercatat jumlah peserta KB hingga bulan Mei 2020 sebesar 2.015.089 akseptor. Capaian peserta KB baru mengalami penurunan secara signifikan pada bulan April dan Mei karena dampak dari wabah covid-19 (Mandira et al., 2020).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik, terdapat 839.518 akseptor KB di Provinsi Riau pada tahun 2020. Dimana jumlah akseptor terbesar terdapat di Kabupaten Kampar yaitu sebesar 129.466 akseptor. Di Kab. Kuantan Singingi tercatat 46.793 akseptor pada tahun 2020 (Statistik, 2020).

Kontrasepsi adalah cara atau alat yang digunakan dengan tujuan untuk mencegah terjadinya kehamilan. Seorang wanita bisa mendapatkan kehamilan apabila sperma bertemu dengan sel telur. Penggunaan alat kontrasepsi akan mencegah sel telur dan sel sperma bertemu, menghentikan produksi sel telur, menghentikan penggabungan sel sperma dan sel telur yang telah dibuahi yang menempel pada lapisan rahim (Rodiah, 2022).

Jenis kontrasepsi dapat dibagi menjadi kontrasepsi yang mengandung hormon (hormonal) dan non hormon. Kontrasepsi hormonal diantaranya adalah IUD/spiral, Pil KB, Suntik, Implant/susuk. Kontrasepsi non hormonal diantaranya adalah kondom, vasektomi, tubektomi, diafragma, dan spermisida.

Metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) merupakan metode kontrasepsi dengan tingkat keefektifan yang tinggi dengan tingkat kegagalan yang rendah serta komplikasi dan efek samping yang lebih sedikit dibandingkan metode kontrasepsi yang lain. MKJP merupakan jenis kontrasepsi yang sekali pemakaiannya dapat bertahan selama 3 tahun sampai seumur hidup. Terdapat berbagai jenis MKJP seperti alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR), implan, medis operatif wanita (MOW) dan medis operasi pria (MOP). Dengan keunggulan MKJP diatas, maka sudah sepantasnya PUS memilih menggunakan MKJP dalam mengatur kelahiran dan jumlah anak.

Berdasarkan data keikutsertaan KB di Indonesia tahun 2017, tercatat 13.40% akseptor yang menggunakan MKJP (bps, 2018). Jumlah tersebut dinilai masih kecil mengingat MKJP memiliki keunggulan lebih dibanding metode kontrasepsi jangka pendek. Pemerintah berusaha mendorong peningkatan jumlah akseptor MKJP melalui program promosi berupa penyuluhan, penyebaran informasi melalui media cetak dan elektronik, agar akseptor beralih ke metode kontrasepsi jangka panjang. Peran tenaga kesehatan dan kader KB sangat diharapkan dalam mensukseskan program tersebut.

Berdasarkan data yang terkumpul di dusun 1 & 2, Desa Teberau Panjang tahun 2022, bahwa jumlah akseptor KB adalah sebesar 15 (50%) orang. Non akseptor berjumlah 12 (40%), dan DO berjumlah 3 (10%) orang. Jenis kontrasepsi yang digunakan terdiri dari IUD berjumlah 1 (6,7%) jiwa, Pil sebanyak 1 (6,7%) jiwa, suntik sebanyak 12 (80%) jiwa, dan implant/susuk sebanyak 1 (6,7%) jiwa. Terlihat bahwa akseptor KB hanya berjumlah 50% dari total jumlah PUS. Demikian juga dengan akseptor yang menggunakan MKJP hanya berjumlah 2 orang, yaitu IUD dan susuk/implan.

Berdasarkan data tersebut di atas, maka pemberian penyuluhan tentang pentingnya program KB dan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) perlu diberikan dengan tujuan agar para akseptor di

dusun 1&2 desa Teberau Panjang mengikuti program KB untuk mengatur kelahiran dan beralih ke MKJP dari metode kontrasepsi jangka pendek. Hal tersebut karena MKJP tidak hanya lebih efektif dalam menunda dan mengatur kehamilan, namun juga memiliki efek samping rendah pada tubuh akseptor, serta lebih efisien dan menghemat waktu dan tenaga.

Penyuluhan tentang program KB dan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan WUS, sehingga dapat meningkatkan angka keikutsertaan PUS dalam program KB dan MKJP. Hal tersebut sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan Irawati, dkk (2022) di Desa Wates Umpak Mojokerto, dimana terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan yaitu sebesar 33.3 % dan peningkatan sikap WUS tentang MKJP sebesar 26,7% (Irawati, Priyanti and ..., 2022).

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui penyuluhan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang KB dan MKJP, sehingga PUS dapat berperan aktif mengatur kehamilan sehingga dapat mensukseskan program Pemerintah dalam menekan jumlah penduduk dan membentuk keluarga kecil sehat dan sejahtera.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan berupa ceramah, diskusi, dan menjawab pertanyaan dari peserta. Penyuluhan yang diberikan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan serta kesadaran PUS/WUS terkait program KB dan MKJP.

Ceramah yang diberikan berisi materi tentang KB dan MKJP yang meliputi pengertian dan tujuan program KB, dampak tidak mengikuti KB, jenis kontrasepsi dan MKJP beserta kelebihan dan kekurangannya. Diskusi ditujukan agar para peserta lebih memahami isi penyuluhan dalam bentuk tanya jawab. Para peserta dapat bertanya dan menjawab pertanyaan, sehingga dapat menambah wawasan dan pengetahuan para peserta.

Sebelum melakukan penyuluhan pelaksana memberikan bina suasana kepada para ibu (PUS) agar mereka mau mendengarkan dan menerima penyuluhan tersebut. Sebelum memberikan penyuluhan dilakukan pretest untuk melihat bagaimana tingkat pengetahuan sasaran / ibu-ibu (PUS) tersebut mengenai KB, pentingnya keikutsertaan dalam program KB, dan MKJP. Setelah memberikan penyuluhan, dilakukan diskusi bagi ibu-ibu yang ingin bertanya ataupun menjawab pertanyaan. Selanjutnya diberikan beberapa pertanyaan untuk melihat bagaimana tingkat pengetahuan sasaran mengenai program KB, alat kontrasepsi, dan MKJP.



Gambar 1. Suasana penyuluhan KB dan MKJP

Langkah-langkah kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. Pertemuan dengan perangkat desa dan instansi terkait di tempat pengabdian masyarakat. Pertemuan ini dimaksudkan untuk mendapatkan dukungan berupa izin dan kerjasama dalam pelaksanaan kegiatan.
2. Persiapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat
Persiapan dilakukan dengan melibatkan bidan desa, kader KB dan ibu-ibu (WUS) setempat.

3. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat
Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pemilihan dan persiapan tempat penyuluhan, menyebarkan undangan, persiapan materi penyuluhan, dan bingkisan menarik untuk peserta penyuluhan yang dapat menjawab pertanyaan, dan kenang-kenangan untuk Bidan desa.
4. Evaluasi hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat
 - a. Evaluasi Input
Evaluasi input dilakukan sebelum kegiatan dimulai. Yang dinilai dalam evaluasi input adalah sarana dan prasarana yang perlu tersedia untuk terlaksananya kegiatan pengabdian dalam rangka menghasilkan Output dan tujuan pengabdian seperti, tenaga yang menguasai materi, peserta yang datang tepat waktu, tempat pelaksanaan yang kondusif, sumber dana yang mencukupi dan sebagainya.
 - b. Evaluasi Proses
Evaluasi proses dilakukan sewaktu kegiatan dimulai. Yang dinilai dalam evaluasi proses adalah: apakah ketika kegiatan dilaksanakan semua sasaran memperhatikan dan antusias dengan baik dan adanya umpan balik dari sasaran.
 - c. Evaluasi Hasil
Evaluasi hasil dilakukan setelah kegiatan selesai dilaksanakan. Setelah penyuluhan dilaksanakan, sasaran mampu memahami dan mengetahui pentingnya mengikuti program KB dan MKJP dari kegiatan tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini berupa penyuluhan kesehatan telah dilaksanakan kepada Pasangan Usia Subur (PUS) dusun 1, 2 & 3, yang berjumlah 11 orang. Kegiatan ini dilakukan pada hari Senin tanggal 10 Oktober 2022, pukul 17.00 WIB hingga selesai.

Hasil pre test yang diberikan sebelum penyuluhan menunjukkan bahwa terdapat 8 (70%) ibu yang mampu menjawab soal pretest dengan benar. Post test diberikan setelah penyuluhan, dimana hasilnya menunjukkan bahwa terdapat 10 (90%) ibu yang dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman para ibu (pasangan usia subur) tentang pentingnya mengikuti program KB dan MKJP dalam membentuk keluarga kecil, sehat, dan sejahtera.

Hasil tersebut sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan Irawati, dkk (2022) di Desa Wates Umpak Mojokerto, dimana terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan yaitu sebesar 33.3 % dan peningkatan sikap WUS tentang MKJP sebesar 26,7% (Irawati, Priyanti and ..., 2022).

Memberikan pemahaman dan pengetahuan kepada para ibu (pasangan usia subur) sangatlah penting. Hal tersebut tidak terlepas dari banyaknya ibu (pasangan usia subur) yang kurang memahami pentingnya mengikuti program KB dan memilih MKJP. Dengan mengikuti program KB, maka diharapkan dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan keluarga, terutama kesehatan ibu dan anak. Disamping itu, KB juga dapat mengatur kelahiran anak (jumlah anak) dan jarak kelahiran. Hal tersebut dapat berpengaruh pada kesehatan ibu dan anak, serta kesejahteraan keluarga. Dengan keluarga kecil (jumlah anak sedikit dan jarak yang tidak terlalu rapat), maka ibu dapat lebih fokus membesarkan dan mengasuh anak-anaknya, serta menjaga kesehatan ibu itu sendiri.

Alat kontrasepsi hormonal dan non hormonal memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Pemilihan alat kontrasepsi membutuhkan konseling dan masukan dari tenaga kesehatan (bidan/dokter), sehingga tepat sasaran dan memberi keamanan terhadap pemakainya. Alat kontrasepsi hormonal tentu saja akan berpengaruh pada perubahan hormon akseptor dan tidak praktis karena masa berlaku yang singkat yakni antara 1 hingga 3 bulan setiap pemasangan sehingga tidak praktis atau tidak efisien dalam waktu dan tenaga. Dimana akseptor harus datang ke bidan/dokter untuk mengulang dosis (suntik/pil). Oleh sebab itu pemerintah menghimbau PUS untuk memakai MKJP sebagai alternatif alat kontrasepsi.

MKJP merupakan metode kontrasepsi yang mempunyai jangka waktu yang lebih panjang dibanding kontrasepsi hormonal seperti suntik dan pil. MKJP seperti IUD/spiral dan implan/susuk biasanya dapat digunakan 2 tahun hingga 10 tahun setiap pemasangan. Tidak mempunyai efek berat atau hormonal terhadap tubuh pemakainya, dan mempunyai tingkat keberhasilan yang tinggi dalam mencegah kehamilan.

Melalui penyuluhan KB ini, maka ibu (pasangan usia subur) dapat mengenal jenis kontrasepsi, terutama metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP). Pasangan usia subur (PUS) dapat memilih metode kontrasepsi yang diinginkan dan cocok dengan kondisi masing-masing. Dengan demikian, diharapkan selain berfungsi sebagai alat kontrasepsi, maka KB dapat memberikan rasa nyaman dalam kehidupan seksual PUS, sehingga tujuan dari program KB tersebut dapat tercapai.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan di Desa Teberau Panjang, Kab. Kuansing yang berjudul Penyuluhan Pengetahuan Tentang Keluarga Berencana (KB) Dan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan para ibu (PUS) tentang program KB dan MKJP. Sebelum diberikan penyuluhan hanya 8 (70%) ibu dari total peserta 11 orang, yang mampu menjawab pertanyaan tentang KB dan MKJP. Namun setelah diberikan penyuluhan terdapat 10 (90%) ibu-ibu (PUS) mengalami peningkatan pengetahuan tentang program KB, fungsi kontrasepsi, dan MKJP, sehingga dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Selain itu, terlihat antusiasme yang tinggi dari peserta melalui partisipasi mereka dalam menyediakan waktu untuk mengikuti kegiatan penyuluhan, dan berkontribusi dalam mengajukan pertanyaan terkait topik pengabdian.

SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan penyuluhan, maka peran tenaga kesehatan (bidan) dan kader KB dapat lebih ditingkatkan melalui pembinaan para akseptor KB sehingga dapat memberi pengertian kepada pasangan dan dapat memilih jenis Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) yang akan digunakan. Selain itu, bidan desa diharapkan dapat meningkatkan pembinaan pada para kader agar dapat lebih aktif dalam mempromosikan program KB dan MKJP di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat ini mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Hang Tuah Pekanbaru dan Kepala Desa serta Bidan Desa Teberau Panjang, Kab. Kuantan Singingi, yang telah memberikan izin dan dukungan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dan berjalan lancar

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN, Kementerian Kesehatan RI, Kementerian PPN/Bappenas, UNFPA, C. (2020) 'Strategi Pelaksanaan Program Keluarga Berencana Berbasis Hak untuk Percepatan Akses terhadap Pelayanan Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi yang Terintegrasi dalam Mencapai Tujuan Pembangunan Indonesia', Bkkbn, pp. 1–110.
- Elysara, N. and Rusnaini, S. (2018) 'Pelaksanaan Program Keluarga Berencana Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga Di Tanah Tumbuh Kabupaten Bungo', *Ikraith Humaira*, 2(3), pp. 96–101.
- Herowati, D. and Sugiharto, M. (2019) 'Hubungan Antara Kemampuan Reproduksi, Kepemilikan Anak, Tempat Tinggal, Pendidikan Dan Status Bekerja Pada Wanita Sudah Menikah Dengan Pemakaian Kontrasepsi Hormonal Di Indonesia Tahun 2017', *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 22(2), pp. 91–98. doi: 10.22435/hsr.v22i2.1553.
- Irawati, D., Priyanti, S. and ... (2022) 'Upaya Peningkatan Pengetahuan WUS Tentang KB MKJP Di Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Wates Umpak Wilayah Kerja Puskesmas ...', *Jurnal ...*, 2(1), pp. 1–10. Available at: <http://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/AMK/article/view/754>.
- Kemenkes RI (2021) *Profil Kesehatan Indonesia 2020, IT - Information Technology*. Edited by B. Hardhana, F. Sibuea, and W. Widiyanti. Jakarta: Kemenkes RI. doi: 10.1524/itit.2006.48.1.6.
- Mandira, T. M. et al. (2020) 'Edukasi Program Keluarga Berencana (Kb) Pada Wanita Usia Subur Selama Masa Pandemi Covid 19', *Jurnal Abdi Masyarakat*, 1(1), pp. 108–112. Available at: <http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/JAM/article/view/83>.