



Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Keluarga Berencana Melalui Edukasi dan Konseling

Acih Suarsih^{1*}, Rini Sartika², Bayu Imanuddin³, Nurjanah⁴

¹Departemen Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Yatsi Madani, Indonesia; achi7576@gmail.com

²Departemen Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Yatsi Madani, Indonesia; rinisartika@uym.ac.id

³Departemen Kewirausahaan, Universitas Yatsi Madani, Indonesia; bayuiman23@uym.ac.id

⁴Mahasiswa Prodi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Yatsi Madani, Indonesia; nurjanah@gmail.com

ABSTRACT

Abstract: The Family Planning (FP) Program is a strategic national initiative aimed at controlling population growth and improving family well-being. However, many communities, especially women of reproductive age, still lack adequate knowledge about contraceptive methods, benefits of FP, and risks of unplanned pregnancies. This community service activity aimed to enhance public knowledge regarding FP through education and counseling at Posyandu Melati, Talaga Village, Cikupa District, Tangerang Regency. The program utilized educational and participatory approaches, including lectures, interactive discussions, educational games, and personalized counseling. Evaluation was carried out using pretests and posttests to assess knowledge improvement. Results showed a significant increase in participants' knowledge, where the "poor" category decreased from 38.9% to 13.9%, the "fair" category increased from 44.4% to 52.8%, and the "good" category increased from 16.7% to 33.3%. These findings indicate that education and counseling are effective strategies to improve FP literacy in the community and support national population control programs.

Keywords : Family Planning; Health Education; Counseling; Contraceptive Methods; Women of Reproductive Age (WRA)

ABSTRAK

Program Keluarga Berencana (KB) merupakan upaya strategis pemerintah dalam mengendalikan pertumbuhan penduduk dan meningkatkan kualitas hidup keluarga. Namun, masih banyak masyarakat, terutama Wanita Usia Subur (WUS), yang memiliki pengetahuan terbatas tentang metode kontrasepsi, manfaat KB, dan risiko kehamilan yang tidak direncanakan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai KB melalui edukasi dan konseling di Posyandu Melati, Desa Talaga, Kecamatan Cikupa, Kabupaten Tangerang. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif melalui kegiatan penyuluhan, diskusi interaktif, permainan edukatif, serta konseling personal. Evaluasi dilakukan dengan pretest dan posttest untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan, di mana kategori kurang menurun dari 38.9% menjadi 13.9%, kategori cukup meningkat dari 44.4% menjadi 52.8%, dan kategori baik meningkat dari 16.7% menjadi 33.3%. Kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi dan konseling merupakan strategi efektif untuk meningkatkan literasi KB di masyarakat dan mendukung keberhasilan program nasional pengendalian penduduk.

Kata Kunci : Edukasi; Keluarga Berencana; Konseling; Kontrasepsi; WUS

Correspondence : Acih Suarsih

Email : achi7576@gmail.com , +62838-1355-3444

• Received 12 Desember 2026 • Accepted 8 Mei 2026 • Published 12 Mei 2026
• e - ISSN : 2961-7200 • DOI: <https://doi.org/10.56742/jpm.v5i2.252>

PENDAHULUAN

Program Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu upaya strategis pemerintah Indonesia dalam mengendalikan laju pertumbuhan penduduk sekaligus meningkatkan kualitas hidup keluarga. Melalui program ini, masyarakat diharapkan mampu merencanakan jumlah, jarak, dan waktu kelahiran anak secara tepat sehingga tercapai kondisi keluarga yang sehat, sejahtera, dan produktif [1]. Konsep KB tidak hanya berfokus pada penundaan atau pencegahan kelahiran, tetapi juga mencakup peningkatan kualitas hidup melalui penguatan ketahanan ekonomi keluarga, pemeliharaan kesehatan reproduksi, serta penyediaan kesempatan pendidikan yang lebih baik bagi anak-anak. Dengan kata lain, KB merupakan bagian integral dari strategi pembangunan nasional yang memiliki implikasi luas terhadap kualitas sumber daya manusia.

Secara historis, Program KB mulai diterapkan secara nasional pada awal tahun 1970-an dan berhasil membawa Indonesia menjadi salah satu negara dengan pencapaian signifikan dalam pengendalian pertumbuhan penduduk. Pada masa tersebut, kampanye KB “Dua Anak Cukup” sangat populer dan berhasil mengubah cara pandang masyarakat mengenai perencanaan keluarga. Bahkan, keberhasilan ini sempat diakui secara internasional sebagai salah satu model penurunan fertilitas yang efektif di negara berkembang [2]. Namun demikian, meskipun program KB telah berjalan selama lebih dari lima dekade, dinamika sosial masyarakat yang terus berubah menghadirkan tantangan baru yang perlu ditangani secara komprehensif.

Dalam dua dekade terakhir, berbagai tantangan muncul terutama di wilayah pedesaan dan daerah pinggiran kota. Daerah-daerah ini masih menunjukkan tingkat pengetahuan, kesadaran, dan partisipasi masyarakat yang relatif rendah terhadap program KB [3]. Salah satu permasalahan utama adalah terbatasnya akses terhadap informasi yang akurat mengenai KB. Hingga saat ini, masih banyak masyarakat yang mempercayai mitos dan informasi keliru terkait metode kontrasepsi. Misalnya, sebagian

masyarakat percaya bahwa kontrasepsi dapat menyebabkan kemandulan permanen, kanker, gangguan kesuburan, bahkan penyakit kronis tertentu [4]. Miskonsepsi seperti ini sangat memengaruhi sikap, persepsi, dan keputusan masyarakat dalam memilih dan menggunakan metode KB.

Keterbatasan informasi yang benar tidak jarang diperburuk oleh minimnya peran tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi dan konseling secara efektif dan berkelanjutan. Di beberapa daerah, tenaga kesehatan memiliki beban kerja yang tinggi sehingga tidak mampu memberikan pendampingan yang optimal kepada pasangan usia subur (PUS). Konseling KB yang seharusnya bersifat dua arah, personal, dan menyeluruh sering kali tidak berjalan dengan baik, sehingga masyarakat kurang memahami risiko, manfaat, serta cara penggunaan kontrasepsi yang tepat. Kondisi ini menyebabkan sebagian PUS enggan memanfaatkan layanan KB meskipun memiliki kebutuhan untuk mengatur jarak atau jumlah kelahiran.

Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2022 menunjukkan bahwa unmet need KB nasional masih berada pada angka 8.4%. Angka ini mengindikasikan jumlah pasangan usia subur yang ingin menunda atau menghentikan kehamilan namun tidak menggunakan kontrasepsi. Kondisi unmet need yang tinggi dapat meningkatkan risiko kehamilan tidak direncanakan, tingginya angka kematian ibu dan bayi, serta tekanan ekonomi pada keluarga berpenghasilan rendah. Risiko tersebut menjadi semakin besar pada keluarga yang belum siap secara finansial, psikologis, maupun kesehatan. Hal ini memperlihatkan bahwa program KB masih memerlukan intervensi edukatif dan komunikatif agar masyarakat memahami pentingnya perencanaan kehamilan.

Selain aspek pengetahuan, faktor sosial budaya juga berperan besar dalam keberhasilan program KB. Norma dan nilai yang berkembang di masyarakat seperti pandangan bahwa memiliki banyak anak adalah simbol keberuntungan, kebaikan, atau prestise sosial, sering kali

bertentangan dengan prinsip perencanaan keluarga yang sehat. Di beberapa komunitas tradisional, memiliki banyak anak dianggap sebagai bentuk eksistensi sosial atau dukungan ekonomi keluarga, terutama pada masyarakat yang bergantung pada sektor agrikultur. Stigma juga masih muncul terhadap penggunaan alat kontrasepsi tertentu, terutama bagi perempuan yang belum memiliki anak atau yang baru memiliki satu anak. Mereka sering kali mendapat tekanan sosial dari keluarga besar untuk tidak menggunakan kontrasepsi karena dianggap dapat menghambat kesuburan.

Masalah yang tidak kalah penting adalah rendahnya partisipasi pria dalam program KB. Berdasarkan data [5] penggunaan kontrasepsi pria seperti kondom atau vasektomi masih sangat rendah dibandingkan dengan metode kontrasepsi perempuan. Padahal, peran serta laki-laki dalam pengambilan keputusan KB sangat krusial untuk keberhasilan program tersebut. Rendahnya keterlibatan pria dalam KB dipengaruhi oleh berbagai faktor, mulai dari anggapan bahwa KB adalah “urusan perempuan,” minimnya informasi yang benar terkait kontrasepsi pria, hingga kekhawatiran bahwa metode kontrasepsi tertentu dapat memengaruhi performa seksual. Isu-isu ini berakar pada konstruksi gender, budaya, dan kurangnya edukasi kesehatan reproduksi bagi laki-laki.

Melihat kompleksitas permasalahan tersebut, diperlukan intervensi yang bersifat edukatif dan komunikatif kepada masyarakat. Edukasi yang tepat akan membantu meluruskan informasi yang keliru, menghilangkan stigma, serta meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap layanan KB. Edukasi kesehatan merupakan pendekatan yang memiliki dampak signifikan dalam meningkatkan pengetahuan, mengubah persepsi, serta mempromosikan perilaku kesehatan yang positif. Menurut Notoatmodjo [6], edukasi kesehatan merupakan salah satu strategi yang efektif untuk mendorong perubahan perilaku karena berfokus pada pemberian informasi yang benar dan penguatan pemahaman masyarakat.

Dalam konteks KB, edukasi sangat penting dilakukan secara terstruktur dan berkelanjutan.

Informasi yang diberikan tidak hanya tentang berbagai metode kontrasepsi seperti pil, suntik, IUD, implant, kondom, tubektomi, maupun vasektomi tetapi juga mencakup kelebihan, kekurangan, mekanisme kerja, dan efek samping yang mungkin muncul. Selain itu, edukasi perlu menekankan manfaat jangka panjang KB terhadap kesehatan ibu dan anak, serta dampaknya pada ketahanan ekonomi keluarga. Materi yang disampaikan harus disesuaikan dengan tingkat pendidikan dan budaya masyarakat setempat agar lebih mudah dipahami dan diterima.

Kegiatan edukasi KB dapat dilakukan melalui berbagai metode seperti penyuluhan, diskusi kelompok, ceramah interaktif, penggunaan media visual, dan permainan edukatif. Pendekatan ini memungkinkan peserta memahami informasi dengan lebih menyenangkan dan tidak kaku. Selain edukasi kelompok, konseling yang bersifat personal penting dilakukan untuk memberikan kesempatan bagi peserta untuk berdiskusi secara lebih terbuka tentang isu-isu sensitif terkait kesehatan reproduksi. Konseling memungkinkan tenaga kesehatan memberikan rekomendasi metode KB yang sesuai dengan kondisi kesehatan, preferensi pribadi, dan rencana reproduksi peserta. Konseling personal terbukti lebih efektif meningkatkan pemahaman dan keterlibatan peserta dalam memilih metode kontrasepsi yang tepat [3].

Selain memberikan manfaat langsung bagi peserta, kegiatan edukasi dan konseling KB diharapkan dapat menciptakan multiplier effect di masyarakat. Peserta yang telah mendapatkan informasi yang benar dapat menjadi agen perubahan di lingkungannya dengan membagikan pengetahuan tersebut kepada keluarga, tetangga, atau komunitas sekitar. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan dampak individual tetapi juga menguatkan kesadaran kolektif tentang pentingnya KB guna meningkatkan kualitas hidup keluarga dan masyarakat secara keseluruhan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, pelaksanaan kegiatan “Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang Keluarga Berencana melalui Edukasi dan Konseling” menjadi relevan, strategis, dan penting sebagai bagian dari kontribusi

akademisi dalam mendukung program KB nasional. Kegiatan ini diharapkan dapat mengatasi hambatan pengetahuan, menghapus stigma dan mitos, serta meningkatkan partisipasi aktif masyarakat—khususnya WUS dan PUS—dalam menjalankan praktik KB yang aman, rasional, dan berbasis hak reproduksi.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku Wanita Usia Subur (WUS) dan Pasangan Usia Subur (PUS) dalam perencanaan keluarga melalui edukasi dan konseling Keluarga Berencana (KB). Secara khusus, kegiatan ini diarahkan untuk: a. Meningkatkan pemahaman dasar masyarakat mengenai program KB, manfaat kontrasepsi bagi kesehatan reproduksi, kesejahteraan keluarga, dan keberlanjutan ekonomi rumah tangga. b. Mendorong pengambilan keputusan yang sadar (informed choice) melalui konseling personal yang disesuaikan dengan kondisi kesehatan, riwayat reproduksi, dan preferensi peserta. c. Mengurangi mitos, kesalahpahaman, dan kecemasan terkait penggunaan kontrasepsi melalui pelurusan informasi yang tepat dan berbasis bukti. d. Meningkatkan partisipasi aktif dan keberlanjutan penggunaan kontrasepsi dengan memperkuat dukungan keluarga dan lingkungan sosial.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan menggunakan pendekatan edukatif, partisipatif, dan konseling personal yang berorientasi pada peningkatan pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) mengenai program Keluarga Berencana (KB). Pendekatan ini dipilih karena dianggap paling sesuai dengan situasi, kebutuhan, dan kondisi masyarakat sasaran yang masih menghadapi berbagai hambatan informasi, persepsi, dan akses terhadap layanan KB. Metode kegiatan tidak hanya menekankan penyampaian materi, tetapi juga mengutamakan proses pengorganisasian komunitas sehingga masyarakat terlibat secara aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Subjek pengabdian adalah 30 Wanita Usia Subur (WUS) yang berdomisili di Desa Talaga, RT

003/02, Kecamatan Cikupa, Kabupaten Tangerang. Pemilihan lokasi dilakukan berdasarkan hasil observasi awal dan komunikasi dengan kader posyandu setempat yang menyatakan bahwa sebagian besar WUS masih memiliki pengetahuan terbatas tentang KB dan metode kontrasepsi. Posyandu Melati dipilih sebagai lokasi kegiatan karena merupakan pusat aktivitas kesehatan masyarakat desa, mudah diakses, dan sudah familiar bagi peserta.

Menurut WHO, Wanita Usia Subur (WUS) adalah perempuan berusia 15–49 tahun yang memiliki kemampuan reproduksi aktif. Pada kelompok ini, kebutuhan informasi tentang kesehatan reproduksi, jarak kehamilan, dan penggunaan kontrasepsi sangat tinggi, namun masih terdapat kesenjangan pengetahuan yang signifikan, terutama di wilayah dengan tingkat edukasi rendah. Hal ini menjadi dasar penentuan sasaran utama program.

Proses perencanaan kegiatan dilakukan menggunakan pendekatan *community organizing*, yaitu proses membangun kekuatan, partisipasi, dan keterlibatan komunitas dalam menyelesaikan masalah kesehatan mereka sendiri. Kegiatan pengabdian tidak dilakukan secara *top-down*, tetapi menempatkan masyarakat sebagai mitra aktif dalam setiap tahapan.

Pengorganisasian komunitas dilakukan melalui empat tahapan utama:

1. Engagement (Pendekatan Awal) Tahap ini dilakukan melalui diskusi informal dengan kepala dusun, kader posyandu, dan tokoh masyarakat setempat untuk mengidentifikasi kondisi WUS, persepsi masyarakat tentang KB, serta hambatan-hambatan yang selama ini dialami. Dalam tahap ini, diperoleh informasi bahwa masih terdapat mitos kuat tentang kontrasepsi dan rendahnya pemahaman terkait metode jangka panjang (MKJP).
2. Assessment (Identifikasi Masalah dan Kebutuhan)

Dari hasil diskusi dan observasi lapangan, ditemukan masalah utama berupa:

- a. rendahnya pengetahuan dasar WUS tentang manfaat KB,
- b. kuatnya mitos yang berkembang,
- c. Kurangnya konseling personal oleh tenaga kesehatan,
- d. Rendahnya partisipasi suami dalam pengambilan keputusan KB.

Assessment ini menjadi dasar merancang jenis materi, metode, serta pendekatan edukasi yang sesuai.

3. Planning (Perencanaan Aksi bersama Komunitas)

Perencanaan kegiatan dilakukan melalui proses kolaboratif bersama para kader Posyandu Melati yang memiliki pemahaman langsung mengenai kondisi dan kebutuhan masyarakat setempat. Melalui diskusi kelompok terfokus (FGD) yang dilaksanakan secara sederhana namun terarah, tim pelaksana dan para kader bersama-sama mengidentifikasi bentuk intervensi yang paling sesuai dengan karakteristik peserta, yakni Wanita Usia Subur (WUS). Dari proses diskusi tersebut disepakati bahwa rangkaian kegiatan akan diawali dengan pemberian pretest untuk mengukur pengetahuan dasar peserta tentang Keluarga Berencana sebelum intervensi diberikan. Setelah memperoleh gambaran tingkat pemahaman awal, kegiatan dilanjutkan dengan pemberian edukasi KB melalui metode ceramah interaktif dan diskusi kelompok kecil agar peserta dapat memahami materi dengan lebih mudah dan partisipatif.

Untuk menambah daya tarik dan membantu peserta menginternalisasi informasi yang diberikan, tim juga merancang permainan edukatif yang dapat digunakan sebagai media pembelajaran aktif. Setelah sesi edukasi kelompok selesai, peserta diberikan kesempatan untuk mengikuti konseling individual sehingga mereka dapat berdiskusi lebih mendalam mengenai kebutuhan, kekhawatiran, atau preferensi pribadi terkait pemilihan metode kontrasepsi. Pada tahap akhir, posttest dilaksanakan sebagai bentuk evaluasi untuk melihat sejauh mana pengetahuan peserta mengalami peningkatan setelah seluruh rangkaian intervensi diberikan. Dalam FGD tersebut, perencanaan juga mencakup aspek teknis yang

lebih rinci untuk memastikan kegiatan berjalan efektif dan tertata. Tim bersama kader menentukan jadwal pelaksanaan, menyiapkan ruang kegiatan yang kondusif, serta memastikan ketersediaan alat peraga kontrasepsi seperti IUD, implant, kondom, dan media edukasi pendukung lainnya. Selain itu, tim menyiapkan leaflet edukasi sebagai bahan bacaan tambahan bagi peserta, sekaligus menyusun mekanisme dokumentasi kegiatan agar setiap tahapan dapat terekam dengan baik dan dapat digunakan sebagai bahan laporan maupun publikasi ilmiah. Dengan perencanaan yang matang dan berbasis kebutuhan komunitas, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak yang optimal bagi peningkatan pemahaman masyarakat tentang program KB.

4. Mobilizing (Pelaksanaan dan Pelibatan Komunitas)

Kader posyandu berperan aktif mengkoordinasikan kehadiran peserta, mengatur tempat kegiatan, dan membantu proses pretest–posttest. Keterlibatan kader penting untuk memastikan keberlanjutan program setelah kegiatan berakhir. Strategi Pendekatan dan Metode Riset Untuk mencapai tujuan kegiatan, digunakan tiga pendekatan utama:

Pendekatan Edukatif Bertujuan meningkatkan pengetahuan WUS melalui penyampaian materi mengenai: tujuan KB, manfaat KB bagi ibu, anak, dan keluarga, risiko kehamilan terlalu dekat, jenis-jenis kontrasepsi, mitos dan fakta KB, kesalahan umum dalam penggunaan kontrasepsi. Materi disampaikan menggunakan media visual sederhana, contoh nyata, dan bahasa yang mudah dipahami.

Pendekatan Partisipatif menekankan keaktifan peserta melalui diskusi kelompok, tanya jawab, dan permainan edukatif yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman secara menyenangkan. Prinsip partisipatif menempatkan peserta sebagai pembelajar aktif, bukan pendengar pasif.

Konseling Personal (Client-Centered Counseling) dilakukan sesuai prinsip [7], yaitu informed choice, non-directive counseling, client-centered, menghormati privasi dan kerahasiaan.

Melalui konseling, peserta dapat membahas kekhawatiran terkait kontrasepsi, bertanya secara personal, dan menerima rekomendasi metode KB sesuai kondisi medis masing-masing.

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan meliputi:

a. Pretest (Pengukuran Pengetahuan Awal). Peserta mengisi kuesioner pilihan ganda terkait KB untuk mengetahui pemahaman awal mengenai metode kontrasepsi, manfaat KB, mitos dan fakta KB, risiko kehamilan terlalu dekat, prinsip penggunaan kontrasepsi. Pretest menjadi dasar untuk mengukur efektivitas intervensi.

b. Edukasi Program KB Materi edukasi mencakup dua kategori utama kontrasepsi: Metode kontrasepsi jangka pendek mencakup penggunaan pil KB, suntik KB, dan kondom, yang seluruhnya dirancang untuk memberikan perlindungan sementara terhadap kehamilan. Pil dan suntik KB bekerja melalui regulasi hormon reproduksi sehingga efektif untuk perempuan yang ingin menunda kehamilan dalam periode tertentu, sedangkan kondom berfungsi sebagai penghalang fisik yang tidak hanya mencegah kehamilan tetapi juga memberikan perlindungan tambahan terhadap infeksi menular seksual. Ketiga metode ini relatif mudah digunakan, fleksibel, serta cocok bagi pasangan yang memerlukan pengendalian kelahiran dalam jangka pendek sebelum menentukan metode keluarga berencana yang lebih permanen atau jangka panjang. Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP), yang terdiri dari IUD, implan, tubektomi, dan vasektomi, merupakan pilihan kontrasepsi dengan tingkat efektivitas yang sangat tinggi dan dirancang untuk memberikan perlindungan dalam jangka waktu yang panjang. IUD dan implan bekerja melalui mekanisme yang stabil dan berkelanjutan, sementara tubektomi dan vasektomi bersifat permanen sehingga ideal bagi pasangan yang sudah tidak berencana menambah keturunan.

c. Permainan Edukatif Permainan berupa quiz card, pernyataan “Mitos atau Fakta”, dan simulasi memilih metode kontrasepsi berdasarkan studi kasus.

d. Konseling Personal. Konseling personal diberikan kepada setiap peserta melalui pertemuan

individual dengan fasilitator, sehingga mereka memiliki ruang yang aman dan nyaman untuk berdiskusi mengenai kondisi kesehatan reproduksi, mempertimbangkan pilihan metode kontrasepsi yang paling sesuai dan aman, serta mengungkapkan berbagai kekhawatiran atau pengalaman sebelumnya terkait penggunaan KB.

e. Posttest (Evaluasi Pengetahuan). Posttest dilakukan untuk membandingkan hasil sebelum dan sesudah intervensi. Peningkatan nilai menjadi indikator keberhasilan kegiatan edukasi dan konseling.

Hubungan Edukasi Konseling Peningkatan Pengetahuan Edukasi menyediakan pengetahuan umum, medan konsep, dan pemahaman dasar mengenai KB. Sementara itu, konseling memberikan ruang aman untuk peserta bertanya secara personal, meluruskan mitos, dan memilih metode kontrasepsi sesuai kondisi. Temuan lain, [8,9] kombinasi edukasi dan konseling merupakan strategi paling efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap positif terhadap KB. Edukasi membuka wawasan, sedangkan konseling memperkuat keyakinan peserta dalam pengambilan keputusan.

Peran Kader dan Tenaga Kesehatan Kader posyandu berperan sebagai fasilitator komunitas yang membantu mobilisasi peserta, pengaturan tempat kegiatan, serta pendampingan selama proses edukasi dan konseling. Tenaga kesehatan dan fasilitator akademik berperan dalam penyusunan materi, penyuluhan, dan konseling berdasarkan standar evidence-based practice.

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Posyandu Melati, Desa Talaga, Kecamatan Cikupa, berlangsung dengan baik dan mendapat sambutan positif dari peserta maupun kader setempat. Total terdapat 18 Wanita Usia Subur (WUS) yang hadir dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan mulai dari tahap pretest, edukasi Keluarga Berencana, permainan edukatif, konseling personal, hingga pelaksanaan posttest sebagai akhir evaluasi. Antusiasme peserta terlihat sejak awal kegiatan, di mana sebagian besar dari

mereka menunjukkan ketertarikan untuk memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai metode kontrasepsi, manfaat KB, dan cara merencanakan keluarga secara sehat.

Proses pendampingan berjalan dinamis karena setiap komponen kegiatan dirancang untuk melibatkan peserta secara aktif. Pada tahap awal, pelaksanaan pretest menjadi instrumen penting untuk memetakan tingkat pengetahuan peserta mengenai kesehatan reproduksi dan KB. Hasil pretest menunjukkan variasi kemampuan peserta, di mana sebagian besar berada pada kategori cukup dan kurang. Kondisi ini memberikan gambaran bahwa edukasi yang komprehensif sangat diperlukan mengingat masih terdapat kesenjangan informasi mengenai keamanan dan efektivitas berbagai metode kontrasepsi, serta keberadaan mitos yang beredar luas di masyarakat.

Tahap edukasi KB menjadi inti dari proses pendampingan. Fasilitator menyampaikan materi melalui ceramah interaktif dan diskusi terbuka, yang memungkinkan peserta mengajukan pertanyaan secara bebas. Banyak peserta yang awalnya ragu-ragu akhirnya berani mengungkapkan pengalaman pribadi terkait penggunaan KB, terutama mengenai efek samping yang mereka pernah alami atau dengar dari orang lain. Penggunaan alat peraga kontrasepsi seperti IUD, implan, dan kondom juga membantu peserta memahami cara kerja setiap metode dengan lebih konkret. Metode penyampaian seperti ini terbukti efektif meningkatkan pemahaman visual sekaligus mengurangi ketakutan terhadap alat kontrasepsi tertentu. Permainan edukatif yang disisipkan di tengah kegiatan memberikan nuansa pembelajaran yang lebih ringan namun tetap bermakna. Peserta dibagi dalam kelompok dan diminta menjawab pertanyaan seputar KB dan mitos kontrasepsi. Suasana kegiatan menjadi lebih hidup, dan beberapa peserta yang awalnya tampak pasif mulai menunjukkan keterlibatan aktif. Aktivitas ini juga memperkuat hubungan sosial antar peserta serta membantu mereka saling bertukar pengalaman positif mengenai penggunaan kontrasepsi.

Konseling personal menjadi tahapan yang memberikan dampak mendalam bagi peserta. Pada

sesi ini, fasilitator memberikan kesempatan kepada setiap peserta untuk berdiskusi secara individu mengenai kondisi kesehatan reproduksi, keluhan penggunaan KB, dan preferensi mereka terhadap jenis kontrasepsi tertentu. Banyak peserta mengungkapkan bahwa ini adalah pertama kalinya mereka mendapatkan ruang konsultasi privat yang benar-benar memperhatikan kenyamanan dan kebutuhan individu. Beberapa WUS bahkan menyampaikan bahwa mereka merasa lebih percaya diri dalam mengambil keputusan mengenai metode KB yang akan digunakan setelah mengikuti konseling.

Dari hasil posttest terlihat peningkatan pengetahuan yang signifikan. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Distribusi Pengetahuan Peserta (Pretest–Posttest)

Kategori Pengetahuan	Pretest n (%)	Posttest n (%)
Kurang (<60)	7 (38.9%)	2 (13.9%)
Cukup (60–79)	8 (44.4%)	11 (52.8%)
Baik (≥80)	3 (16.7%)	7 (33.3%)
Total	18 (100%)	18 (100%)

Peningkatan pengetahuan terlihat dari menurunnya kategori kurang sebesar 25%, terjadi peningkatan kategori baik sebesar 16.6%. Peningkatan pengetahuan terlihat jelas dari menurunnya kategori pengetahuan “kurang” dari 38.9% menjadi 13.9%, serta melonjaknya kategori “baik” dari 16.7% menjadi 33.3%. Perubahan ini menunjukkan keberhasilan intervensi edukasi dan konseling dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai konsep KB dan metode kontrasepsi.

Selain peningkatan kognitif, kegiatan ini juga memicu perubahan sosial yang positif di komunitas lokal. Salah satu perubahan yang tampak adalah meningkatnya keberanian peserta untuk berdiskusi terbuka mengenai isu kesehatan reproduksi yang sebelumnya dianggap tabu. Peserta mulai membentuk jaringan komunikasi informal, saling mendukung, dan berbagi informasi yang benar mengenai KB setelah kegiatan berakhir. Kader posyandu juga menunjukkan peran kepemimpinan yang lebih kuat dengan menginisiasi rencana kegiatan lanjutan, seperti

penyuluhan rutin dan pemantauan penggunaan KB bagi anggota posyandu. Munculnya kader sebagai pemimpin lokal (local leader) ini menjadi indikator penting bahwa kegiatan pengabdian tidak hanya meningkatkan pengetahuan individu, tetapi juga memicu transformasi sosial di tingkat komunitas. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini tidak hanya berhasil meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan, tetapi juga berhasil menciptakan lingkungan belajar yang partisipatif, membentuk perubahan perilaku yang lebih positif mengenai KB, serta memperkuat kapasitas komunitas dalam mengelola informasi kesehatan. Dengan demikian, kegiatan ini berpotensi memberikan dampak jangka panjang melalui penguatan peran kader, peningkatan kesadaran kolektif, dan tumbuhnya dukungan sosial yang lebih baik terhadap penggunaan kontrasepsi di Desa Talaga.

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa intervensi edukasi dan konseling Keluarga Berencana (KB) memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS). Peningkatan ini tercermin dari pergeseran kategori pengetahuan peserta dari dominasi kategori “kurang” dan “cukup” menuju kategori “baik” setelah intervensi dilakukan. Temuan ini menegaskan bahwa edukasi kesehatan reproduksi yang disertai pendekatan konseling individual merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap konsep KB dan penggunaan kontrasepsi secara tepat..

Penurunan proporsi peserta dengan pengetahuan rendah serta meningkatnya kategori pengetahuan baik menunjukkan bahwa informasi yang diberikan mampu menjawab kesenjangan pengetahuan yang sebelumnya ada. Kondisi ini sejalan dengan teori perubahan perilaku kesehatan yang menempatkan pengetahuan sebagai prasyarat penting sebelum terbentuknya sikap dan tindakan yang lebih positif. Dengan pemahaman yang lebih baik mengenai manfaat, keamanan, dan efektivitas kontrasepsi, WUS memiliki landasan yang lebih

kuat untuk mengambil keputusan reproduksi secara sadar dan bertanggung jawab [10].

Selain peningkatan aspek kognitif, hasil kegiatan ini juga mengindikasikan adanya perubahan sikap sosial terhadap isu KB. Meningkatnya keterbukaan peserta dalam membahas kesehatan reproduksi mencerminkan berkurangnya stigma dan mitos yang selama ini menghambat partisipasi KB. Perubahan ini penting karena persepsi negatif dan informasi yang keliru sering menjadi faktor utama rendahnya pemanfaatan kontrasepsi di tingkat komunitas. Dengan berkurangnya hambatan psikososial tersebut, peluang adopsi dan keberlanjutan penggunaan metode KB menjadi lebih besar [11,12].

Konseling personal berperan strategis dalam mendukung hasil tersebut. Pendekatan individual memungkinkan peserta memahami pilihan kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhannya, sehingga keputusan yang diambil tidak semata-mata berdasarkan tekanan sosial atau informasi yang tidak lengkap. Hal ini memperkuat konsep informed choice dalam pelayanan KB, yang tidak hanya menekankan pada peningkatan cakupan penggunaan kontrasepsi, tetapi juga pada kualitas keputusan yang diambil oleh pengguna.

Lebih lanjut, keterlibatan kader posyandu dalam kegiatan ini menunjukkan potensi keberlanjutan program di tingkat komunitas. Munculnya peran kader sebagai penggerak lokal menandakan bahwa pengabdian ini tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga memperkuat kapasitas sosial komunitas dalam mendukung program KB. Penguatan peran kader sangat penting sebagai jembatan antara layanan kesehatan dan masyarakat, terutama dalam menjaga kontinuitas edukasi dan pendampingan setelah kegiatan pengabdian selesai.

Secara keseluruhan, temuan ini menguatkan bahwa kombinasi edukasi kelompok dan konseling personal merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta mendorong perubahan perilaku terkait KB. Dampak yang dihasilkan tidak hanya bersifat jangka pendek, tetapi juga memiliki

potensi jangka panjang melalui penguatan dukungan sosial dan peran komunitas dalam perencanaan keluarga.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi dan konseling terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang KB. Peningkatan ini sesuai dengan [13] bahwa pengetahuan merupakan domain penting dalam pembentukan perilaku kesehatan. Penurunan kategori kurang dari 38.9% menjadi 13.9% menunjukkan bahwa penyuluhan mampu memberikan klarifikasi terhadap mitos kontrasepsi yang selama ini berkembang. Konseling personal berperan penting karena memberikan kesempatan bagi peserta untuk bertanya mengenai isu sensitif terkait kesehatan reproduksi, sehingga peserta merasa lebih aman dan percaya diri dalam memilih metode KB. Peningkatan kategori baik dari 16.7% menjadi 33.3% memperlihatkan bahwa intervensi edukatif dapat meningkatkan literasi kesehatan reproduksi secara signifikan. Hal ini sejalan dengan penelitian [14,15] yang menunjukkan bahwa kombinasi edukasi dan konseling memberikan dampak lebih kuat dalam perubahan pengetahuan dan sikap.

Pendekatan partisipatif melalui diskusi dan permainan edukatif terbukti meningkatkan motivasi belajar peserta. Metode ini relevan dengan prinsip pembelajaran orang dewasa, di mana peserta akan lebih mudah menyerap informasi jika pembelajaran berlangsung interaktif.



Gambar 1. Penyuluhan



Gambar 2. Foto bersama Peserta di Posyandu

SIMPULAN

Kegiatan edukasi dan konseling Keluarga Berencana (KB) yang dilaksanakan di Posyandu Melati terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) mengenai manfaat, jenis, dan penggunaan metode kontrasepsi. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan hasil posttest serta penurunan proporsi peserta dengan tingkat pengetahuan rendah, yang menandakan bahwa intervensi yang diberikan mampu menjawab kebutuhan informasi peserta secara tepat.

Selain meningkatkan aspek pengetahuan, kegiatan ini juga mendorong pengambilan keputusan yang lebih sadar (*informed choice*) melalui konseling personal yang mempertimbangkan kondisi kesehatan dan preferensi individu. Secara sosial, kegiatan pengabdian ini berkontribusi dalam menumbuhkan sikap yang lebih positif dan keterbukaan terhadap isu KB, serta memperkuat peran kader posyandu sebagai penggerak lokal dalam edukasi dan pendampingan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini selaras dengan tujuan peningkatan kualitas layanan KB dan berpotensi memberikan dampak jangka panjang melalui edukasi, konseling, dan pemberdayaan masyarakat dalam mendukung kesehatan reproduksi dan kesejahteraan keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas

Yatsi Madani yang telah memberikan dukungan penuh dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, baik melalui penyediaan fasilitas, pendampingan akademik, maupun dukungan administratif sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik. Penghargaan yang tulus juga disampaikan kepada Ibu kader Posyandu Melati dan seluruh jajaran perangkat Desa Talaga yang telah memberikan kesempatan, bantuan, serta kerjasama selama proses perencanaan hingga pelaksanaan kegiatan. Tidak lupa, apresiasi mendalam diberikan kepada seluruh peserta Wanita Usia Subur (WUS) yang telah berpartisipasi aktif dan berkontribusi pada keberhasilan kegiatan ini. Semua pihak yang terlibat, baik secara langsung maupun tidak langsung, telah memberikan peran penting sehingga program pengabdian ini dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat nyata bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. BKKBN. Laporan Program Keluarga Berencana Nasional. Jakarta: BKKBN; 2022. [[View at Publisher](#)]
2. Hull T, Mosley H. Revitalizing Family Planning in Indonesia. Population Council; 2009. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
3. Tangerang DKK. Laporan Capaian Pelayanan KB Kabupaten Tangerang 2022–2024. Tangerang; 2024. [[View at Publisher](#)]
4. Nasional BK dan KB. Laporan Pelaksanaan Program Keluarga Berencana Nasional. Jakarta: BKKBN; 2021. [[View at Publisher](#)]
5. Nasional BK dan KB. Statistik Keluarga Berencana Indonesia 2023. Jakarta: BKKBN; 2023. [[View at Publisher](#)]
6. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. 1st ed. Jakarta: PT. Rineka Cipta; 2012. 238 p. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
7. World Health Organization. Family Planning: A Global Handbook for Providers. 2022;22(2):135. [[View at Publisher](#)]
8. Putri MN. Literasi Keuangan Syariah Dan Kinerja Umkm. Vol. 1, Milkiah: Jurnal Hukum Ekonomi Syariah. STAIN Majene; 2022. p. 81–7. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
9. Rahayu W. Persepsi dan sikap terhadap alat kontrasepsi implan dan IUD di daerah urban. J Penelit Kesehat. 2022;10(2):113–22. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
10. Toar J. Hubungan Lama Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal dengan Kejadian Hipertensi pada Perempuan di Puskesmas Tonsea Lama. Afiasi J Kesehat Masy. 2022;7(2):281–7. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
11. Yulizar RK, Sembiring R, Nababan D, Ester M, Sitorus J. Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Partisipasi PUS dalam Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) di Kecamatan Langsa Timur. Prepotif J Kesehat Masy [Internet]. 2022;6(1):113–24. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
12. Yuniar V. Implementasi Program Keluarga Berencana (KB) dengan Metode Operasi Pria (MOP)/Vasektomi di Kabupaten Bojonegoro. JIAN-Jurnal Ilm Adm Negara. 2023;7(1):18–27. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
13. Kusumastuti NA, Suarsih A. Komunikasi, Informasi, dan Edukasi tentang Pentingnya Program KB dan Pemilihan Alat Kontrasepsi pada Ibu Nifas. E-Dimas J Pengabd Kpd Masy. 2023;14(4):851–5. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
14. Nuryati N, Rahayu S. Akses Pelayanan KB dan Pemanfaatan IUD di Fasilitas Kesehatan. J Bidan. 2020;8(3):210–8. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
15. Sari M, Handayani S. Literasi kesehatan dan perilaku preventif. J Promosi Kesehat Indones. 2021;16(2):140–8. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]