



Penyuluhan Tentang Pentingnya Penggunaan Keluarga Berencana (KB) Pada Pasangan Usia Subur (PUS) di Wilayah Kerja Puskesmas Darfuar Kecamatan Biak Kota

Heni Voni Rerey*¹, Sri Wahyuni²

^{1,2}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jayapura

*e-mail: henirerey@gmail.com¹

DOI : 10.62354/healthcare.v4i2.210

Received : May 9th 2026 Accepted : June 19th 2026 Published : June 30th 2026

Abstrak

Rendahnya pengetahuan pasangan usia subur (PUS) mengenai metode kontrasepsi, dominannya penggunaan kontrasepsi suntik tiga bulanan, serta rendahnya keterlibatan suami dalam program Keluarga Berencana (KB) masih menjadi tantangan dalam peningkatan kesehatan reproduksi. Data Puskesmas Darfuar, Distrik Biak Kota, menunjukkan terdapat 350 PUS sebagai sasaran pelayanan KB dengan mayoritas menggunakan kontrasepsi suntik. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan PUS mengenai pentingnya KB, pilihan metode kontrasepsi, serta peran suami dalam pengambilan keputusan reproduksi. Edukasi dilaksanakan melalui ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, dan pembagian leaflet kepada 35 PUS. Evaluasi menggunakan pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 64,3 menjadi 88,6 atau meningkat 24,3 poin. Peserta juga menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai manfaat KB, metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP), serta pentingnya dukungan suami. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan efektif meningkatkan pengetahuan PUS dan perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dengan melibatkan tenaga kesehatan, kader, tokoh masyarakat, serta pasangan suami istri untuk meningkatkan penggunaan kontrasepsi yang rasional dan partisipasi pria dalam program KB.

Kata kunci: keluarga berencana, pasangan usia subur, penyuluhan kesehatan, kontrasepsi, promosi kesehatan.

Abstract

Limited knowledge among fertile couples regarding contraceptive methods, the continued dominance of three-month injectable contraceptives, and low male involvement in family planning remain important reproductive health challenges. Data from the Darfuar Community Health Center, Biak City District, identified 350 fertile couples as the target population for family planning services, with injectable contraception being the most commonly used method. This community service program aimed to improve participants' knowledge of family planning, contraceptive options, and the importance of husbands' participation in reproductive decision-making. Health education was delivered through interactive lectures, discussions, question-and-answer sessions, and educational leaflets involving 35 fertile couples. Evaluation using pre-test and post-test assessments demonstrated an increase in the average knowledge score from 64.3 to 88.6, representing a 24.3-point improvement. Participants also showed better understanding of family planning benefits, long-acting reversible contraceptive methods (LARCs/MKJP), and husbands' supportive roles. These findings indicate that health education effectively improves family planning knowledge and should be implemented continuously by involving health workers, community health volunteers, community leaders, and married couples to promote informed contraceptive choices and strengthen male participation in family planning.

Keywords: family planning, fertile couples, health education, contraception, health promotion

A. PENDAHULUAN

Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu intervensi kesehatan masyarakat yang terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan ibu, bayi, dan keluarga melalui pengaturan jumlah serta jarak kelahiran. Program KB tidak hanya berperan dalam mengendalikan laju pertumbuhan penduduk, tetapi juga berkontribusi terhadap penurunan angka kematian ibu (AKI), angka kematian bayi (AKB), pencegahan kehamilan yang tidak diinginkan, serta peningkatan kualitas hidup keluarga. Penggunaan kontrasepsi modern memungkinkan pasangan usia subur (PUS) merencanakan kehamilan sesuai kondisi kesehatan, sosial, dan ekonomi sehingga dapat mendukung terwujudnya keluarga yang sehat, mandiri, dan sejahtera [1], [2].

Secara global, penggunaan kontrasepsi modern telah memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan kesehatan reproduksi perempuan. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa pemenuhan kebutuhan keluarga berencana mampu mencegah jutaan kehamilan yang tidak direncanakan setiap tahun, menurunkan kejadian aborsi tidak aman, serta berkontribusi terhadap pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya tujuan ketiga mengenai kehidupan sehat dan kesejahteraan. Meskipun demikian, masih terdapat sekitar 164 juta perempuan usia reproduksi di dunia yang memiliki kebutuhan ber-KB tetapi belum terpenuhi (*unmet need for family planning*), sehingga berisiko mengalami kehamilan yang tidak direncanakan maupun komplikasi obstetri [1], [3].

Di Indonesia, pemerintah melalui Program Pembangunan Keluarga, Kependudukan, dan Keluarga Berencana (Bangga Kencana) terus berupaya meningkatkan akses dan pemanfaatan pelayanan kontrasepsi. Namun demikian, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023 menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi modern masih belum merata antarwilayah. Beberapa faktor yang memengaruhi rendahnya penggunaan kontrasepsi meliputi keterbatasan pengetahuan pasangan usia subur, kekhawatiran terhadap efek samping kontrasepsi, rendahnya keterlibatan suami dalam pengambilan keputusan, serta adanya pengaruh budaya dan kepercayaan yang berkembang di masyarakat [4], [5]. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa peningkatan cakupan pelayanan KB tidak hanya memerlukan ketersediaan layanan, tetapi juga peningkatan literasi kesehatan reproduksi melalui kegiatan edukasi yang berkesinambungan.

Provinsi Papua masih menghadapi berbagai tantangan dalam implementasi program keluarga berencana. Kondisi geografis yang luas, keterbatasan akses pelayanan kesehatan, distribusi tenaga kesehatan yang belum merata, serta rendahnya paparan informasi mengenai kesehatan reproduksi menyebabkan cakupan penggunaan kontrasepsi di beberapa wilayah belum optimal. Selain itu, karakteristik sosial budaya masyarakat Papua juga memengaruhi penerimaan terhadap penggunaan kontrasepsi, terutama metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) dan kontrasepsi pria [4], [6]. Oleh karena itu, diperlukan strategi promosi kesehatan yang mempertimbangkan kondisi sosial budaya masyarakat setempat agar informasi mengenai keluarga berencana dapat diterima dengan lebih baik.

Berdasarkan data wilayah kerja Puskesmas Darfuar Kecamatan Biak Kota, terdapat 350 pasangan usia subur (PUS) yang menjadi sasaran pelayanan keluarga berencana. Sebagian besar akseptor menggunakan kontrasepsi suntik tiga bulan, sedangkan penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP), seperti alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR/IUD) dan implan, masih relatif rendah. Selain itu, partisipasi pria dalam program KB juga masih sangat terbatas. Kondisi ini menunjukkan bahwa tanggung jawab penggunaan kontrasepsi masih didominasi oleh perempuan, sementara keterlibatan suami dalam perencanaan keluarga belum optimal. Rendahnya partisipasi pria dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan mengenai kontrasepsi pria, persepsi bahwa keluarga berencana merupakan tanggung jawab perempuan, serta masih berkembangnya berbagai mitos mengenai penggunaan kondom maupun vasektomi [2], [5].

Dominasi penggunaan kontrasepsi suntik tiga bulan juga perlu menjadi perhatian karena metode ini memerlukan kunjungan ulang secara berkala. Ketidakpatuhan terhadap jadwal penyuntikan dapat meningkatkan risiko *drop out* dan kehamilan yang tidak direncanakan. Sebaliknya, metode kontrasepsi jangka panjang memiliki efektivitas yang lebih tinggi, angka kegagalan yang lebih rendah, serta lebih efisien dalam jangka panjang. Oleh sebab itu, pasangan usia subur perlu memperoleh informasi yang komprehensif mengenai seluruh pilihan metode kontrasepsi agar mampu menentukan metode yang sesuai dengan kondisi kesehatan, kebutuhan reproduksi, dan rencana jumlah anak [2], [7].

Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu strategi promosi kesehatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta mendorong perubahan perilaku masyarakat. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mengenai keluarga berencana mampu meningkatkan pengetahuan pasangan usia subur, memperbaiki persepsi terhadap penggunaan kontrasepsi, serta meningkatkan keterlibatan suami dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan reproduksi [7], [8]. Oleh karena itu, penyuluhan mengenai pentingnya penggunaan keluarga berencana pada pasangan usia subur di wilayah kerja Puskesmas Darfuar Kecamatan Biak Kota perlu dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai manfaat KB, berbagai pilihan metode kontrasepsi, pentingnya penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang sesuai indikasi, serta peran aktif laki-laki dalam keberhasilan program keluarga berencana. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat, memperkuat pengambilan keputusan bersama antara suami dan istri, serta meningkatkan pemanfaatan pelayanan keluarga berencana secara rasional dan berkelanjutan.

B. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan kesehatan kepada pasangan usia subur (PUS) di wilayah kerja Puskesmas Darfuar, Kecamatan Biak Kota. Metode yang digunakan meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan dilakukan koordinasi dengan pihak Puskesmas Darfuar, penentuan sasaran, penyusunan materi, serta penyediaan media edukasi berupa leaflet dan presentasi. Tahap pelaksanaan diawali

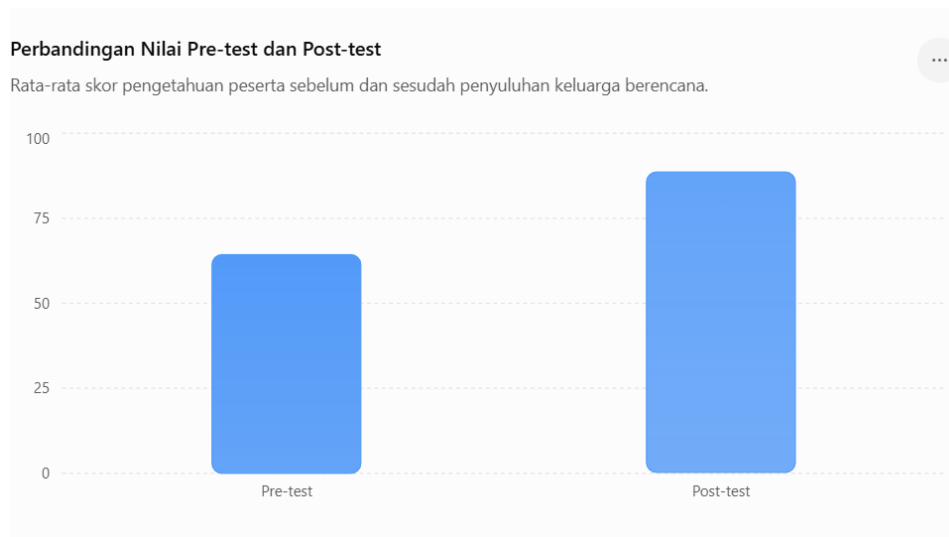
dengan pemberian *pre-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai keluarga berencana, dilanjutkan dengan penyampaian materi menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab yang membahas pentingnya keluarga berencana, manfaat pengaturan jarak kehamilan, berbagai pilihan metode kontrasepsi, kelebihan dan kekurangan masing-masing metode, serta pentingnya keterlibatan suami dalam pengambilan keputusan penggunaan kontrasepsi. Setelah penyuluhan selesai, peserta diberikan *post-test* menggunakan kuesioner yang sama untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan. Data hasil *pre-test* dan *post-test* dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai rata-rata sebelum dan sesudah penyuluhan, sedangkan keberhasilan kegiatan dinilai berdasarkan peningkatan pengetahuan peserta, keaktifan dalam diskusi, dan antusiasme selama mengikuti kegiatan. Penyuluhan ini dilakukan pada tanggal 31 Januari 2026.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan terlihat pada gambar berikut ini Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Darfuar, Kecamatan Biak Kota dengan sasaran pasangan usia subur (PUS). Kegiatan diikuti oleh 35 peserta yang terdiri atas pasangan usia subur dan beberapa kader kesehatan. Seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan mulai dari registrasi, pengisian kuesioner *pre-test*, penyampaian materi, sesi diskusi dan tanya jawab, hingga *post-test*. Antusiasme peserta terlihat dari tingginya kehadiran serta banyaknya pertanyaan yang diajukan mengenai keamanan penggunaan kontrasepsi, efek samping, dan pemilihan metode kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi kesehatan masing-masing.

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar peserta telah mengenal keluarga berencana, namun pengetahuan mengenai berbagai metode kontrasepsi masih terbatas. Mayoritas peserta hanya mengetahui kontrasepsi suntik tiga bulan karena merupakan metode yang paling banyak digunakan di wilayah tersebut. Sebaliknya, pemahaman mengenai metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP), seperti implan dan alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR/IUD), masih rendah. Selain itu, sebagian besar peserta beranggapan bahwa penggunaan kontrasepsi merupakan tanggung jawab perempuan sehingga keterlibatan suami dalam program keluarga berencana masih sangat terbatas.

Untuk mengetahui efektivitas penyuluhan, dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan menggunakan *pre-test* dan *post-test*. Nilai rata-rata *pre-test* peserta adalah 64,3, sedangkan nilai rata-rata *post-test* meningkat menjadi 88,6. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebesar 24,3 poin setelah peserta mengikuti kegiatan penyuluhan.



Gambar 1. Perbandingan nilai *pre test* dan *post test*



Gambar 2. Proses Penyuluhan Keluarga Berencana Pada PUS



Gambar 3. Proses Tanya Jawab dengan PUS Ketika Penyuluhan



Gambar 4. Kegiatan Kelas Ibu Hamil

Peningkatan skor pengetahuan tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai manfaat keluarga

berencana, tujuan pengaturan jarak kehamilan, macam-macam metode kontrasepsi, serta pentingnya memilih metode kontrasepsi sesuai kebutuhan reproduksi. Ceramah interaktif yang dipadukan dengan media leaflet dan diskusi memberikan kesempatan kepada peserta untuk memperoleh informasi secara lebih jelas dan mengonfirmasi berbagai informasi yang sebelumnya hanya diperoleh dari lingkungan sekitar.

Selama sesi diskusi ditemukan beberapa persepsi yang berkembang di masyarakat, antara lain anggapan bahwa penggunaan IUD dapat berpindah ke organ tubuh lain, implan menyebabkan kemandulan, dan vasektomi identik dengan hilangnya kemampuan seksual pria. Setelah diberikan penjelasan berdasarkan bukti ilmiah, sebagian besar peserta menyatakan memperoleh pemahaman baru mengenai keamanan dan efektivitas metode kontrasepsi modern. Temuan ini menunjukkan bahwa mitos masih menjadi salah satu hambatan dalam pemanfaatan pelayanan keluarga berencana.

Pembahasan mengenai keterlibatan suami memperoleh perhatian yang cukup besar selama kegiatan penyuluhan. Sebagian besar peserta perempuan menyampaikan bahwa keputusan penggunaan kontrasepsi masih sangat dipengaruhi oleh persetujuan suami, sedangkan peserta laki-laki mengaku belum pernah memperoleh edukasi secara khusus mengenai metode kontrasepsi pria, seperti kondom maupun vasektomi. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengambilan keputusan dalam penggunaan kontrasepsi masih didominasi oleh norma sosial yang menempatkan keluarga berencana sebagai tanggung jawab perempuan. Padahal, World Health Organization (WHO) menegaskan bahwa keterlibatan laki-laki dalam kesehatan reproduksi merupakan komponen penting untuk meningkatkan penggunaan kontrasepsi modern, mengurangi *unmet need*, serta mendukung keberhasilan program keluarga berencana. Oleh karena itu, kegiatan promosi kesehatan hendaknya tidak hanya menyasar perempuan, tetapi juga melibatkan suami sebagai mitra dalam pengambilan keputusan reproduksi sehingga tercipta tanggung jawab bersama dalam perencanaan keluarga [9], [1].

Hasil kegiatan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan merupakan intervensi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta memperbaiki penerimaan pasangan usia subur terhadap penggunaan kontrasepsi. Pengetahuan yang baik akan meningkatkan kemampuan pasangan dalam memahami manfaat, efektivitas, efek samping, serta indikasi setiap metode kontrasepsi sehingga mampu memilih metode yang paling sesuai dengan kondisi kesehatan dan rencana reproduksinya. Peningkatan literasi kesehatan reproduksi juga berkontribusi terhadap peningkatan keberlangsungan penggunaan kontrasepsi *continuation rate* dan penurunan kejadian putus pakai *drop out* yang masih menjadi tantangan dalam program keluarga berencana di berbagai negara berkembang [3], [4].

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan penyuluhan ini juga mendorong perubahan sikap peserta terhadap penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP). Pada akhir kegiatan, beberapa peserta menyampaikan keinginan untuk berkonsultasi lebih lanjut kepada tenaga kesehatan mengenai penggunaan implan maupun alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR/IUD). Temuan ini menunjukkan bahwa

penyuluhan yang disampaikan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, serta penggunaan media leaflet mampu meningkatkan motivasi peserta untuk memanfaatkan pelayanan kesehatan. Menurut United Nations Population Fund (UNFPA) akses terhadap informasi yang benar dan konseling yang berkualitas merupakan faktor penting dalam meningkatkan penggunaan kontrasepsi modern dan mendukung pengambilan keputusan reproduksi yang tepat oleh pasangan usia subur [5].

Keberhasilan kegiatan ini didukung oleh penggunaan metode penyuluhan yang komunikatif, media edukasi yang sederhana dan mudah dipahami, serta keterlibatan aktif tenaga kesehatan Puskesmas Darfuar dalam memfasilitasi diskusi dan menjawab berbagai pertanyaan peserta. Pendekatan dua arah memungkinkan peserta menyampaikan pengalaman, kekhawatiran, maupun berbagai mitos yang berkembang di masyarakat mengenai kontrasepsi sehingga tenaga kesehatan dapat memberikan penjelasan berdasarkan bukti ilmiah. Meskipun demikian, kegiatan ini memiliki keterbatasan karena evaluasi hanya dilakukan segera setelah penyuluhan sehingga belum dapat menggambarkan perubahan perilaku penggunaan kontrasepsi dalam jangka panjang. Oleh karena itu, diperlukan tindak lanjut berupa pendampingan, konseling berkelanjutan, dan monitoring terhadap pasangan usia subur agar peningkatan pengetahuan dapat diikuti dengan peningkatan penggunaan kontrasepsi modern, khususnya metode kontrasepsi jangka panjang, serta meningkatnya partisipasi pria dalam program keluarga berencana di wilayah kerja Puskesmas Darfuar Kecamatan Biak Kota [2], [4], [11].

D. KESIMPULAN

Kesimpulan dalam Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan tentang pentingnya penggunaan keluarga berencana pada pasangan usia subur (PUS) di wilayah kerja Puskesmas Darfuar Kecamatan Biak Kota berjalan dengan baik dan mendapat respons yang positif dari peserta. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan, yang ditunjukkan oleh meningkatnya nilai rata-rata post-test dibandingkan pre-test. Selain itu, peserta menjadi lebih memahami manfaat keluarga berencana, berbagai pilihan metode kontrasepsi, keunggulan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP), serta pentingnya keterlibatan suami dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan reproduksi. Kegiatan ini juga mampu meningkatkan motivasi peserta untuk berkonsultasi dengan tenaga kesehatan dalam menentukan metode kontrasepsi yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi kesehatannya. Dengan demikian, penyuluhan kesehatan terbukti menjadi salah satu strategi promosi kesehatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif terhadap penggunaan kontrasepsi pada pasangan usia subur. Berdasarkan hasil kegiatan ini, disarankan agar Puskesmas Darfuar melaksanakan penyuluhan keluarga berencana secara rutin dan berkelanjutan dengan melibatkan pasangan suami istri sebagai sasaran utama sehingga pengambilan keputusan penggunaan kontrasepsi dapat dilakukan secara bersama. Tenaga kesehatan diharapkan meningkatkan edukasi mengenai metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) serta kontrasepsi pria untuk mengurangi dominasi penggunaan kontrasepsi

suntik tiga bulan dan meningkatkan partisipasi laki-laki dalam program keluarga berencana. Selain itu, diperlukan pendampingan dan konseling secara individual bagi pasangan usia subur yang masih ragu dalam memilih metode kontrasepsi, serta monitoring dan evaluasi berkala untuk menilai perubahan perilaku penggunaan kontrasepsi setelah kegiatan penyuluhan. Kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya juga diharapkan dapat melibatkan kader kesehatan dan tokoh masyarakat sebagai mitra edukasi agar informasi mengenai keluarga berencana dapat menjangkau masyarakat secara lebih luas dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ketua Jurusan Kebidanan dan Kaprodi Sarjana Terapan Kebidanan Jayapura Poltekkes Kemenkes Jayapura yang telah memberi ijin terhadap pengabdian ini. Terimakasih juga untuk Kepala Puskesmas Darfuar.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] World Health Organization, *Contraception*. Geneva, Switzerland: WHO, 2024
- [2] United Nations Population Fund (UNFPA), *State of World Population 2024: Interwoven Lives, Threads of Hope*. New York, NY, USA: UNFPA, 2024.
- [3] World Health Organization, *Family Planning/Contraception Methods*, Geneva, Switzerland, 2024.
- [4] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2024.
- [5] Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), *Laporan Kinerja Program Bangga Kencana Tahun 2024*. Jakarta: BKKBN, 2025.
- [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2024*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2025.
- [7] World Health Organization, *Family Planning: A Global Handbook for Providers*, 2022 update. Geneva: WHO and Johns Hopkins Center for Communication Programs, 2022.
- [8] E. M. Kabagenyi, A. Jennings, P. Reid, et al., "Barriers to male involvement in contraceptive uptake and reproductive health services: A systematic review," *Reproductive Health*, vol. 20, no. 1, 2023.
- [9] World Health Organization, **Family Planning: A Global Handbook for Providers**, 2022 Update. Geneva, Switzerland: WHO and Johns Hopkins Center for Communication Programs, 2022.
- [10] United Nations Population Fund (UNFPA), *State of World Population 2024: Interwoven Lives, Threads of Hope*. New York, NY, USA: UNFPA, 2024.
- [11] E. M. Kabagenyi, A. Jennings, P. Reid, "Barriers to male involvement in contraceptive uptake and reproductive health services: A systematic review," *Reproductive Health*, vol. 20, no. 1, 2023.