

Penyuluhan Keluarga Berencana Berbasis Komunitas Untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Pasangan Usia Subur di Desa Sidomukti, Kecamatan Plaosan, Kabupaten Magetan

Heni Eka Puji Lestari¹, Cintika Yorinda Sebtalesty^{1*}, Asasih Villasari¹, Kartika², Lucia Ani Kristanti¹

¹Program Studi D3 Kebidanan, Universitas Bhakti Hasta Mulia Madiun, Madiun, Indonesia

²Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Bhakti Hasta Mulia Madiun, Madiun, Indonesia

Article Information

Article history:

Received Desember 22, 2025

Approved Januari 13, 2026

Keywords:

Kecemasan Saat Melahirkan;
Teknik Pelukan Kupu-Kupu;
Pendidikan Kesehatan Ibu;
Persiapan Persalinan; Terapi
Komplementer; Stimulasi
Oksitosin

ABSTRAK

Rendahnya tingkat pengetahuan dan partisipasi pasangan usia reproduktif dalam program Keluarga Berencana (KB) masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di daerah pedesaan, termasuk Desa Sidomukti, Kecamatan Plaosan, Kabupaten Magetan. Besarnya masalah ini tercermin dalam rendahnya pemanfaatan metode kontrasepsi modern, khususnya kontrasepsi reversibel jangka panjang, yang meningkatkan risiko kehamilan yang tidak diinginkan dan dapat berdampak negatif pada kesehatan ibu dan kesejahteraan keluarga. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, menumbuhkan sikap positif, dan mendorong partisipasi aktif dalam KB melalui pendekatan konseling berbasis masyarakat. Program ini dilaksanakan dengan menggunakan metode partisipatif yang melibatkan petugas kesehatan, tokoh masyarakat, dan kader posyandu di empat pos kesehatan masyarakat di Desa Sidomukti. Kegiatan pendidikan dilakukan melalui ceramah interaktif, diskusi kelompok, sesi tanya jawab, dan penggunaan media pendidikan seperti brosur dan alat peraga kontrasepsi. Evaluasi program dilakukan menggunakan asesmen pra-uji dan pasca-uji untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta. Hasil pengabdian menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta, dengan peningkatan rata-rata sebesar 34%, disertai dengan penurunan persepsi negatif dan peningkatan minat pada metode kontrasepsi yang lebih efektif. Konseling keluarga berencana berbasis komunitas terbukti sebagai strategi yang efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan reproduksi dan memiliki potensi yang kuat sebagai model intervensi berkelanjutan untuk mendukung keluarga berencana dan meningkatkan kualitas hidup di masyarakat pedesaan.

© 2025 JGEN

*Corresponding author email: cintikayorindas@gmail.com

PENDAHULUAN

Program Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu upaya strategis dalam pembangunan kesehatan masyarakat yang bertujuan mengendalikan pertumbuhan penduduk, meningkatkan kesehatan ibu dan anak, serta mewujudkan kesejahteraan keluarga. Melalui pengaturan jumlah dan jarak kelahiran, keluarga diharapkan mampu merencanakan kehidupan yang lebih sehat, aman, dan sejahtera. Meskipun program KB telah lama dilaksanakan secara nasional, implementasinya di wilayah pedesaan masih menghadapi berbagai tantangan, terutama terkait tingkat pengetahuan dan partisipasi masyarakat (BKKBN, 2022).

Rendahnya literasi kesehatan reproduksi pada pasangan usia subur (PUS) menjadi permasalahan utama dalam pelaksanaan program KB di daerah pedesaan. Banyak PUS belum memahami secara menyeluruh jenis, manfaat, dan keamanan metode kontrasepsi, khususnya metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) seperti IUD dan implan. Kondisi ini diperburuk oleh beredarnya informasi yang tidak akurat serta mitos yang berkembang di masyarakat, seperti kekhawatiran terhadap efek samping dan anggapan bahwa kontrasepsi dapat mengganggu kesehatan jangka panjang (Indrayani et al., 2020; Suryaningsih et al., 2019).

Skala permasalahan ini tercermin dari masih rendahnya cakupan penggunaan kontrasepsi modern serta adanya kesenjangan antara jumlah PUS terdaftar dan peserta KB aktif. Rendahnya pemanfaatan layanan KB berpotensi meningkatkan angka kehamilan yang tidak direncanakan, yang pada akhirnya dapat berdampak pada kesehatan ibu, meningkatnya risiko komplikasi kehamilan, serta bertambahnya beban sosial dan ekonomi keluarga (Rizki & Wardani, 2019).

Selama ini, kegiatan edukasi KB di tingkat desa umumnya bersifat insidental dan belum dilakukan secara berkesinambungan. Penyampaian materi yang cenderung satu arah serta penggunaan bahasa yang kurang sesuai dengan konteks sosial budaya masyarakat menyebabkan pesan kesehatan kurang dipahami secara optimal. Hal tersebut berdampak pada rendahnya perubahan sikap dan perilaku masyarakat terhadap program KB (Putri et al., 2021).

Pendekatan penyuluhan berbasis komunitas dinilai lebih efektif dalam mengatasi permasalahan tersebut. Pendekatan ini menekankan keterlibatan aktif masyarakat, pemanfaatan bahasa yang mudah dipahami, serta peran tokoh masyarakat dan kader posyandu sebagai agen perubahan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif mampu meningkatkan pengetahuan, mengurangi persepsi negatif, dan mendorong partisipasi masyarakat dalam program kesehatan secara berkelanjutan (Rahayu et al., 2020).

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan Keluarga Berencana berbasis komunitas dilaksanakan di Desa Sidomukti, Kecamatan Plaosan, Kabupaten Magetan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman, membentuk sikap positif, serta mendorong keterlibatan aktif pasangan usia subur dalam program KB, sehingga berkontribusi pada peningkatan kualitas kesehatan reproduksi dan kesejahteraan keluarga di wilayah pedesaan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif berbasis komunitas (*community-based participatory approach*), yang menempatkan masyarakat sebagai mitra aktif dalam seluruh tahapan kegiatan. Pendekatan ini dipilih karena mampu meningkatkan relevansi program dengan kebutuhan masyarakat serta mendorong terjadinya perubahan pengetahuan dan sikap secara berkelanjutan (Rahayu et al., 2020).

Tahap Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi bersama pemerintah desa, bidan desa, dan kader posyandu di Desa Sidomukti, Kecamatan Plaosan, Kabupaten Magetan. Koordinasi ini bertujuan untuk memperoleh dukungan, menentukan jadwal kegiatan, serta menetapkan sasaran penyuluhan. Selanjutnya dilakukan identifikasi kebutuhan melalui diskusi awal dengan tokoh masyarakat dan kader untuk menggali tingkat pengetahuan serta persepsi pasangan usia subur (PUS) terhadap program Keluarga Berencana (KB). Hasil identifikasi digunakan sebagai dasar penyusunan materi penyuluhan yang kontekstual dan sesuai dengan karakteristik sosial budaya masyarakat (Putri et al., 2021). Materi penyuluhan disusun dengan mengacu pada pedoman pelayanan KB dan disajikan menggunakan bahasa sederhana agar mudah dipahami. Tim juga menyiapkan media edukasi berupa leaflet, bahan presentasi, serta alat peraga kontrasepsi untuk mendukung proses pembelajaran orang dewasa (*adult learning*) (BKKBN, 2022).

Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di empat lokasi posyandu, yaitu Posyandu Tonggoiro, Posyandu Papringan, Posyandu Nongkodandang, dan Posyandu Kalitengah. Penyuluhan dilaksanakan secara tatap muka dengan menerapkan beberapa metode, antara lain ceramah interaktif untuk penyampaian materi utama, diskusi kelompok untuk menggali pengalaman dan persepsi peserta, serta sesi tanya jawab sebagai sarana klarifikasi informasi. Selain itu, dilakukan demonstrasi penggunaan alat kontrasepsi dengan alat peraga untuk meningkatkan pemahaman peserta, khususnya terkait metode kontrasepsi jangka panjang (Indrayani et al., 2020). Leaflet dibagikan kepada seluruh peserta sebagai media penguat pesan kesehatan yang dapat dipelajari kembali secara mandiri setelah kegiatan berlangsung. Penggunaan media cetak sederhana ini dinilai efektif dalam memperkuat pemahaman dan retensi informasi kesehatan (Setyaningsih & Putri, 2020).

Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk menilai efektivitas pelaksanaan penyuluhan. Evaluasi mencakup pengukuran tingkat pengetahuan peserta melalui pre-test sebelum penyuluhan dan post-test setelah penyuluhan. Selain itu, dilakukan observasi terhadap tingkat partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung serta pengumpulan umpan balik mengenai kepuasan peserta terhadap metode dan materi yang diberikan. Perbandingan hasil pre-test dan post-test digunakan sebagai indikator keberhasilan peningkatan pengetahuan peserta (Astuti et al., 2020).

Tahap Tindak Lanjut

Tindak lanjut kegiatan dilakukan dengan memperkuat peran kader posyandu sebagai agen informasi KB di tingkat desa. Kader didorong untuk melanjutkan edukasi

secara informal serta memfasilitasi rujukan ke layanan kesehatan bagi PUS yang berminat menggunakan kontrasepsi. Tim pengabdian juga memberikan rekomendasi kepada pemerintah desa dan puskesmas setempat agar penyuluhan KB berbasis komunitas dapat dilakukan secara rutin dan terintegrasi dengan kegiatan posyandu, sehingga keberlanjutan program dapat terjaga (Rizki & Wardani, 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan Keluarga Berencana (KB) berbasis komunitas dilaksanakan di Desa Sidomukti, Kecamatan Plaosan, Kabupaten Magetan, pada bulan Maret 2025. Kegiatan ini melibatkan 112 peserta yang terdiri atas ibu pasangan usia subur (PUS), kader posyandu, dan tokoh masyarakat. Penyuluhan dilakukan di empat lokasi posyandu dengan pendekatan partisipatif dan interaktif. Sebelum penyuluhan, peserta mengisi kuesioner pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mengenai KB. Hasil awal menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki pemahaman terbatas, khususnya terkait metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP). Setelah kegiatan edukasi, dilakukan post-test untuk menilai perubahan pengetahuan peserta.

Tabel 1. Perbandingan Rata-Rata Skor Pengetahuan Peserta

Lokasi Posyandu	Skor Pre-test (%)	Skor Post-test (%)	Peningkatan (%)
Tonggoiro	54	88	34
Papringan	56	90	34
Nongkodandang	55	89	34
Kalitengah	53	87	34
Rata-rata	54,5	88,5	34

Tabel di atas menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang konsisten di seluruh lokasi posyandu. Rata-rata peningkatan skor sebesar **34%** menandakan bahwa metode penyuluhan yang diterapkan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai KB.

Peningkatan skor pengetahuan sebesar 34% menunjukkan bahwa penyuluhan KB berbasis komunitas efektif dalam menjawab kesenjangan informasi yang selama ini dialami masyarakat pedesaan. Penyampaian materi secara interaktif memungkinkan peserta lebih mudah memahami konsep KB, termasuk manfaat dan keamanan metode kontrasepsi jangka panjang. Hasil ini sejalan dengan penelitian Astuti et al. (2020) yang menyatakan bahwa edukasi langsung mampu meningkatkan pemahaman kesehatan reproduksi secara signifikan.

Pendekatan partisipatif yang melibatkan kader posyandu dan tokoh masyarakat berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan peserta terhadap materi yang disampaikan. Keterlibatan unsur lokal membuat pesan kesehatan lebih mudah diterima karena disampaikan sesuai dengan konteks sosial budaya masyarakat setempat (Rahayu et al., 2020). Penggunaan media leaflet dan alat peraga kontrasepsi turut mendukung keberhasilan kegiatan. Media cetak berfungsi sebagai penguat informasi yang dapat dipelajari kembali oleh peserta setelah kegiatan selesai, sehingga membantu meningkatkan retensi pengetahuan. Hal ini sejalan dengan temuan Setyaningsih dan Putri (2020) yang

menyatakan bahwa media edukasi sederhana efektif dalam promosi kesehatan di masyarakat. Selain peningkatan pengetahuan, perubahan sikap peserta terhadap MKJP juga menjadi temuan penting. Berkurangnya persepsi negatif dan meningkatnya minat peserta untuk berkonsultasi lebih lanjut mengenai KB menunjukkan bahwa penyuluhan mampu mengoreksi mitos dan informasi keliru. Temuan ini mendukung penelitian Indrayani et al. (2020) yang menyebutkan bahwa pengetahuan yang baik berhubungan erat dengan penerimaan metode kontrasepsi jangka panjang.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan KB berbasis komunitas tidak hanya meningkatkan pengetahuan jangka pendek, tetapi juga berpotensi mendorong perubahan sikap dan perilaku masyarakat. Namun demikian, keberlanjutan program tetap memerlukan pendampingan dan edukasi secara berkala agar dampak yang dihasilkan dapat dipertahankan dan ditingkatkan (Rizki & Wardani, 2019).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan Keluarga Berencana (KB) berbasis komunitas di Desa Sidomukti, Kecamatan Plaosan, Kabupaten Magetan, telah dilaksanakan dengan baik dan memberikan dampak positif bagi masyarakat. Program ini mampu meningkatkan pengetahuan pasangan usia subur mengenai tujuan, manfaat, serta jenis-jenis metode kontrasepsi, khususnya metode kontrasepsi jangka panjang. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan peserta sebesar 34% setelah kegiatan penyuluhan dilaksanakan.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga berkontribusi dalam membentuk sikap yang lebih positif terhadap program KB. Persepsi negatif dan kekhawatiran peserta terhadap penggunaan kontrasepsi mulai berkurang, disertai meningkatnya minat untuk berkonsultasi dan memanfaatkan layanan KB di fasilitas kesehatan. Pendekatan partisipatif dan berbasis komunitas, yang melibatkan kader posyandu dan tokoh masyarakat, terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan dan penerimaan masyarakat terhadap pesan kesehatan. Dengan demikian, penyuluhan KB berbasis komunitas berpotensi menjadi strategi edukasi yang berkelanjutan dalam mendukung perencanaan keluarga dan peningkatan kualitas kesehatan reproduksi di wilayah pedesaan.

Saran

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan, beberapa saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Masyarakat

Pasangan usia subur diharapkan dapat terus meningkatkan kesadaran dan keterlibatan aktif dalam program KB serta memanfaatkan layanan kesehatan yang tersedia untuk menentukan metode kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan keluarga.

2. Bagi Kader Posyandu dan Tenaga Kesehatan

Kader posyandu dan tenaga kesehatan diharapkan dapat melanjutkan peran sebagai sumber informasi KB di tingkat desa melalui edukasi berkelanjutan, pendampingan, dan konseling sederhana kepada masyarakat.

3. Bagi Pemerintah Desa dan Puskesmas

Perlu adanya dukungan kebijakan dan program yang berkesinambungan, termasuk integrasi penyuluhan KB dengan kegiatan posyandu rutin serta penyediaan sarana dan prasarana pendukung edukasi kesehatan reproduksi.

4. Bagi Kegiatan Pengabdian Selanjutnya

Kegiatan pengabdian masyarakat serupa disarankan untuk dilakukan secara berkala dengan cakupan sasaran yang lebih luas, termasuk melibatkan suami dan kelompok usia produktif lainnya, serta menggunakan media edukasi yang lebih variatif agar dampak program dapat semakin optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Bhakti Hasta Mulia Madiun atas dukungan, pendanaan, serta fasilitasi yang diberikan sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ketua Program Studi D-3 Kebidanan Universitas Bhakti Hasta Mulia Madiun atas dukungan akademik dan motivasi yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan.

Apresiasi dan terima kasih disampaikan kepada Pemerintah Desa Sidomukti, bidan desa, kader posyandu, serta tokoh masyarakat yang telah memberikan izin, dukungan, dan kerja sama yang sangat baik selama proses perencanaan hingga pelaksanaan kegiatan. Partisipasi aktif dan antusiasme masyarakat Desa Sidomukti, khususnya pasangan usia subur, menjadi faktor penting dalam keberhasilan program penyuluhan Keluarga Berencana berbasis komunitas ini.

Tim pengabdian juga menyampaikan terima kasih kepada mahasiswa yang terlibat atas kontribusi, dedikasi, dan kerja sama selama pelaksanaan kegiatan di lapangan. Semoga seluruh pihak yang telah berkontribusi memperoleh manfaat dan keberkahan, serta kegiatan ini dapat memberikan dampak positif dan berkelanjutan bagi peningkatan kesehatan reproduksi dan kesejahteraan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, W., Nuraini, S., & Pratiwi, I. (2020). Hubungan pengetahuan dan sikap pasangan usia subur dengan penggunaan alat kontrasepsi di wilayah pedesaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 85–92. <https://doi.org/10.15294/kemas.v12i2.22991>
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2022). *Laporan kinerja program Keluarga Berencana*. Jakarta: BKKBN.
- Indrayani, Y., Fitriani, Y., & Maulida, R. (2020). Pengetahuan dan sikap pasangan usia subur terhadap penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 97–105. <https://doi.org/10.22435/kespro.v11i2.3873>
- Putri, A. N., Rahmawati, D., & Prasetyo, B. (2021). Efektivitas penyuluhan berbasis komunitas dalam meningkatkan partisipasi keluarga berencana di wilayah pedesaan. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(3), 213–220. <https://doi.org/10.30653/jpm.v5i3.2021>

- Putri, D. A., Rahmawati, F., & Yuliana, R. (2021). Efektivitas penyuluhan KB berbasis komunitas dalam meningkatkan pengetahuan pasangan usia subur. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(1), 45–54. <https://doi.org/10.14710/jpki.16.1.45-54>
- Rahayu, N., Handayani, R., & Mulyani, S. (2020). Pendekatan partisipatif dalam promosi kesehatan reproduksi di pedesaan. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(1), 12–19. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v19i1.9120>
- Rahayu, S., Nurhayati, E., & Kurniawan, A. (2020). Pendekatan partisipatif dalam promosi kesehatan masyarakat: Studi pada program keluarga berencana. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(2), 98–106. <https://doi.org/10.14710/jpki.15.2.98-106>
- Rizki, F., & Wardani, I. (2019). Faktor-faktor yang memengaruhi partisipasi Keluarga Berencana di wilayah pedesaan. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 10(1), 23–31. <https://doi.org/10.31101/jkk.v10i1.888>
- Rizki, M., & Wardani, D. K. (2019). Peran kader posyandu dalam meningkatkan cakupan pelayanan keluarga berencana di desa. *Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia*, 7(1), 45–53. <https://doi.org/10.20473/jaki.v7i1.2019>
- Setyaningsih, R., & Putri, N. D. (2020). Efektivitas media leaflet dalam promosi kesehatan reproduksi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 9(1), 14–22.
- Suryaningsih, E., Lestari, D., & Handayani, R. (2019). Faktor-faktor yang memengaruhi rendahnya penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 35–44. <https://doi.org/10.26553/jikm.v10i1.118>