

Penyuluhan Keluarga Berencana untuk Meningkatkan Kesehatan Keluarga

Indah Yun Diniaty Rosidi*¹, Wa Ode Sri Wati Lestari

^{1,2}DIII Kebidanan, Institut Kesehatan dan Teknologi Buton Raya

E-mail: indahbo73@gmail.com¹, li2sode19@gmail.com²

Abstract

Family health is the main foundation in developing the quality of human resources. One strategy that has long been implemented to realize this is through the Family Planning (KB) program. KB is not only related to birth control, but also a comprehensive effort to improve family welfare from health, education, social, and economic aspects. The importance of the KB program is also reflected in its close relationship with the reduction in maternal and infant mortality rates. Birth spacing that is too close and unplanned pregnancies are major risk factors in maternal and neonatal health. This activity aims to increase public knowledge about the importance of the KB program, provide information about various safe and effective KB methods, and raise awareness of the role of KB in improving family health. The method of implementing the activity includes lectures and interactive discussions. The results of this activity have succeeded in increasing public understanding and interest in the KB program. Education delivered directly and interactively has proven effective in answering various misperceptions and concerns held by participants.

Keywords: Counseling; Health; Family; Family Planning

Abstrak

Kesehatan keluarga merupakan pondasi utama dalam pembangunan kualitas sumber daya manusia. Salah satu strategi yang telah lama diterapkan untuk mewujudkan hal tersebut adalah melalui program Keluarga Berencana (KB). KB bukan hanya berkaitan dengan pengaturan kelahiran, tetapi juga merupakan upaya komprehensif untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga dari aspek kesehatan, pendidikan, sosial, dan ekonomi. Pentingnya program KB juga tercermin dari hubungan eratnya dengan penurunan angka kematian ibu dan bayi. Jarak kelahiran yang terlalu dekat dan kehamilan yang tidak direncanakan menjadi faktor risiko utama dalam kesehatan maternal dan neonatal. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya program KB, memberikan informasi tentang berbagai metode KB yang aman dan efektif, menumbuhkan kesadaran akan peran KB dalam meningkatkan kesehatan keluarga. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi ceramah dan diskusi interaktif. Hasil kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman dan minat masyarakat terhadap program KB. Edukasi yang disampaikan secara langsung dan interaktif terbukti efektif menjawab berbagai miskonsepsi dan kekhawatiran yang dimiliki peserta.

Kata kunci Penyuluhan; Kesehatan; Keluarga; KB

1. PENDAHULUAN

Kesehatan keluarga merupakan pondasi utama dalam pembangunan kualitas sumber daya manusia. Salah satu strategi yang telah lama diterapkan untuk mewujudkan hal tersebut adalah melalui program Keluarga Berencana (KB) (Zuhriyah et al., 2017). KB bukan hanya berkaitan dengan pengaturan kelahiran, tetapi juga merupakan upaya komprehensif untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga dari aspek kesehatan, pendidikan, sosial, dan ekonomi (UNFPA, 2020).

Menurut data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), angka kelahiran total (Total Fertility Rate/TFR) di Indonesia masih menunjukkan angka yang cukup tinggi di beberapa wilayah, terutama daerah pedesaan dan wilayah tertinggal (BKKBN, 2022). Hal ini berdampak langsung pada meningkatnya beban keluarga dalam pemenuhan kebutuhan dasar seperti pangan, pendidikan, dan pelayanan kesehatan. Tanpa pengaturan kelahiran yang

baik, keluarga berpotensi besar mengalami penurunan kualitas hidup, termasuk meningkatnya risiko kesehatan pada ibu dan anak (Bongaarts, 2017).

Pentingnya program KB juga tercermin dari hubungan eratnya dengan penurunan angka kematian ibu dan bayi. Jarak kelahiran yang terlalu dekat dan kehamilan yang tidak direncanakan menjadi faktor risiko utama dalam kesehatan maternal dan neonatal (Darmayanti & Susanti, 2018). WHO mencatat bahwa akses dan penggunaan kontrasepsi modern secara konsisten dapat mencegah lebih dari 30% kematian ibu secara global (WHO, 2021).

Namun demikian, pemahaman dan partisipasi masyarakat terhadap program KB belum merata. Masih banyak masyarakat yang memiliki pemahaman keliru terhadap KB, seperti anggapan bahwa KB menyebabkan kemandulan, menurunkan gairah seksual, atau bertentangan dengan ajaran agama (Meilani & Tunggal, 2020; Sari & Yuliana, 2020). Minimnya informasi yang akurat, rendahnya pendidikan, serta pengaruh budaya dan lingkungan menjadi penghalang utama dalam penerimaan dan keberhasilan program ini (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Dalam konteks tersebut, penyuluhan langsung kepada masyarakat memiliki peran penting untuk meningkatkan kesadaran, pemahaman, dan penerimaan masyarakat terhadap pentingnya KB. Melalui pendekatan edukatif yang komunikatif dan partisipatif, masyarakat tidak hanya diberi informasi tetapi juga dilibatkan dalam dialog terbuka untuk mengatasi stigma dan kekhawatiran mereka terhadap penggunaan alat kontrasepsi dan manfaat jangka panjang KB terhadap kesejahteraan keluarga (Devi et al., 2016; Fitriani & Nugroho, 2019; Indah et al., 2025).

Kegiatan penyuluhan yang dirancang dengan pendekatan budaya lokal, serta melibatkan tokoh masyarakat dan tenaga kesehatan, dapat menjadi strategi efektif untuk menjangkau kelompok yang selama ini belum teredukasi dengan baik mengenai KB. Selain itu, penyuluhan juga menjadi sarana untuk memperkenalkan berbagai metode kontrasepsi yang tersedia dan menyesuaikan pilihan berdasarkan kondisi medis dan preferensi individu (Munandar, 2017; Nasution & Lestari, 2021; Susanti & Sari, 2020).

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya program KB, memberikan informasi tentang berbagai metode KB yang aman dan efektif, menumbuhkan kesadaran akan peran KB dalam meningkatkan kesehatan keluarga. Oleh karena itu, program pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan KB tidak hanya menjadi media edukatif, tetapi juga sebagai langkah preventif untuk membangun keluarga yang sehat, sejahtera, dan siap secara sosial ekonomi dalam menghadapi tantangan masa depan.

2. METODE

Kegiatan dilakukan pada bulan April 2025 di Kelurahan Wangkanapi Kota Baubau, dengan peserta sebanyak 40 orang terdiri dari wanita usia subur. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi ceramah dan diskusi interaktif yang disampaikan oleh pemateri mengenai pentingnya KB dan jenis-jenis alat kontrasepsi, dan dibagikan leaflet dan media edukasi selain itu, diadakan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta sebagai evaluasi dan keberhasilan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan indikator keberhasilan sebesar 75% kemampuan peserta dalam pemahaman materi baik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil menarik minat masyarakat khususnya wanita usia subur dengan jumlah peserta yang aktif mencapai 40 orang. Sebelum dilakukan pemaparan pemateri, dilakukan pengukuran pengetahuan peserta tentang KB, metode KB dan akses pelayanan KB.

Materi penyuluhan yang dibawa oleh pemateri terkait dengan jenis-jenis KB, metode KB yang aman dan peran KB dalam meningkatkan kesehatan keluarga. Pemateri juga membagikan leaflet dan memaparkan media visual berupa PPT untuk membantu pemahaman peserta tentang materi yang dibawa.

Para peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat terlihat cukup senang dan antusias dengan adanya program pengabdian ini. Hal ini juga terlihat pada sesi tanya jawab, banyak peserta yang aktif mengajukan pertanyaan seputar materi yang dibawa oleh pemateri. Peserta juga menunjukkan ketertarikan lebih tinggi terhadap metode KB non-hormonal setelah diberikan penjelasan mengenai efek samping dan cara kerja masing-masing metode. Diskusi interaktif memberi ruang bagi peserta untuk menyampaikan kendala dan kekhawatiran, yang kemudian ditanggapi oleh pemateri secara personal.

Setelah pemaparan materi dan sesi tanya jawab serta diskusi, peserta kemudian melakukan pengukuran pengetahuan kembali untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta setelah menerima materi (post test). Hasil evaluasi pre test dan post test terlihat pada tabel 1 di bawah ini :

Tabel 1. Pre Test dan Post Test Pengetahuan Peserta

Tingkat Pengetahuan	Pre Test (%)	Post Test (%)
Baik	15	80
Cukup	10	15
Kurang	75	5

Dari tabel 1, dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan peserta yang dari kurang menjadi baik yaitu sebanyak 80%. Secara keseluruhan kegiatan pengabdian dapat dikatakan baik dan berhasil.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan



Gambar 2. Dokumentasi saat pemaparan materi

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman dan minat masyarakat terhadap program KB. Edukasi yang disampaikan secara langsung dan interaktif terbukti efektif menjawab berbagai mispersepsi dan kekhawatiran yang dimiliki peserta. Diharapkan perlu diadakan penyuluhan lanjutan secara berkala, keterlibatan tokoh masyarakat dan kader posyandu perlu diperkuat dalam mendukung keberlanjutan program dan fasilitas kesehatan perlu menyediakan layanan konseling KB yang ramah dan informatif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Diucapkan terima kasih kepada pihak Kelurahan Wangkanapi Kota Baubau dan PKH Kota Baubau, yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN. (2022). *Profil Kependudukan Indonesia 2022*. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.
- Bongaarts, J. (2017). The effect of family planning programs on fertility in the developing world. *Population Council*.
- Darmayanti, I. N., & Susanti, N. (2018). Dampak jarak kehamilan terhadap risiko kematian maternal. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(2), 55–62.
- Devi, S., Fatchiya, A., & Susanto, D. (2016). Kapasitas Kader dalam Penyuluhan Keluarga Berencana di Kota Palembang, Provinsi Sumatera Selatan. *Jurnal Penyuluhan*, 12(2), 144–156. <https://doi.org/10.25015/PENYULUHAN.V12I2.11223>
- Fitriani, H., & Nugroho, H. (2019). Strategi komunikasi kesehatan dalam penyuluhan KB. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 7(2), 45–53.
- Indah, *, Rosidi, Y. D., Ode, W., Lestari, S. W., Salim, I. L., Kebidanan, D., Kesehatan, I., Teknologi, D., & Raya, B. (2025). Edukasi Dan Deteksi Dini Hipertensi Pada Wanita Menopause Di Kelurahan Wale Kota Baubau. *Sinar*

-
- Sang Surya: Jurnal Pusat Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(1), 108–113.
<https://doi.org/10.24127/SSS.V9I1.3977>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Meilani, M., & Tunggal, A. P. P. W. (2020). Pemilihan Alat Kontrasepsi dalam Rahim (AKDR) pada akseptor Keluarga Berencana. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 31–38. <https://doi.org/10.26714/JK.9.1.2020.31-38>
- Munandar, B. (2017). Peran Informasi Keluarga Berencana Pada Persepsi Dalam Praktik Keluarga Berencana. *Jurnal Swarnabhumi: Jurnal Geografi Dan Pembelajaran Geografi*, 2(1).
<https://doi.org/10.31851/SWARNABHUMI.V2I1.1137>
- Nasution, S. M., & Lestari, T. (2021). Preferensi metode kontrasepsi pada wanita usia subur. *Jurnal Bidan Indonesia*, 12(1), 22–29.
- Sari, D. P., & Yuliana, M. (2020). Mitos dan fakta tentang KB di masyarakat pedesaan. *Jurnal Promkes*, 8(1), 10–18.
- Susanti, E. T., & Sari, H. L. (2020). Pendidikan Kesehatan Tentang Jenis-Jenis Alat Kontrasepsi Terhadap Pemilihan Alat Kontrasepsi. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 53–57.
- UNFPA. (2020). *State of World Population 2020: Against my will*. United Nations Population Fund.
- WHO. (2021). *Family Planning/Contraception*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/family-planning-contraception>.
- Zuhriyah, A., Indarjo, S., Budi, B., Kesehatan, R. P., Perilaku, I., Ilmu, J., & Masyarakat, K. (2017). Kampung Keluarga Berencana dalam Peningkatan Efektivitas Program Keluarga Berencana. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 1(4), 1–13.
-