

Penyuluhan Keluarga Berencana bagi Pasangan Usia Subur (PUS)

Rahmawati¹, Zamli²

^{1,2} Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Rahmawati

E-mail: ammanaufal@gmail.com

Abstrak

Penyuluhan Keluarga Berencana (KB) bagi pasangan usia subur (PUS) merupakan upaya penting dalam meningkatkan kualitas hidup keluarga dan mengendalikan angka kelahiran. Meskipun partisipasi dalam program KB meningkat, masih banyak PUS yang kurang memahami manfaat dan pilihan kontrasepsi yang tersedia. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan PUS tentang KB dan kontrasepsi, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya perencanaan keluarga untuk kesehatan reproduksi dan kesejahteraan keluarga. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi penyuluhan langsung, diskusi kelompok, serta pendampingan bagi pasangan yang tertarik untuk menggunakan kontrasepsi. Kegiatan ini dilakukan di Kabupaten Luwu Timur, dengan melibatkan 60 PUS sebagai peserta. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan sebanyak 85% peserta mengenai kontrasepsi, dan 90% peserta aktif dalam diskusi. Kegiatan ini berhasil mendorong perubahan sikap terhadap penggunaan kontrasepsi dan meningkatkan partisipasi aktif dalam program KB. Kesimpulannya, penyuluhan KB terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan sikap positif PUS terhadap perencanaan keluarga, yang berdampak pada peningkatan kesejahteraan keluarga di Kabupaten Luwu Timur. Kegiatan ini juga memperkuat kolaborasi antara masyarakat dan pemerintah dalam program keluarga berencana.

Kata kunci - penyuluhan, keluarga berencana, pasangan usia subur, kontrasepsi, program KB

Abstract

Family planning (FP) counseling for couples of childbearing age (PUS) is a crucial effort to improve the quality of family life and control birth rates. Despite increasing participation in family planning programs, many couples still lack understanding of the benefits and available contraceptive options. The goal of this community service program is to increase the knowledge of PUS about family planning and conservation, as well as raise awareness of the importance of family planning for reproductive health and family well-being. The methods used in this activity include direct counseling, group discussions, and mentoring for couples interested in using contraception. This activity was conducted in East Luwu Regency, involving 60 PUS participants. The results showed an increase in knowledge of contraception in 85% of participants, and 90% of participants actively participated in the discussions. This activity successfully encouraged changes in attitudes toward contraceptive use and increased active participation in the family planning program. In conclusion, family planning counseling has proven effective in increasing the understanding and positive attitudes of PUS towards family planning, which has resulted in improved family welfare in East Luwu Regency. This activity also strengthened collaboration between the community and the government in the family planning program.

Keywords - counseling, family planning, couples of childbearing age, contraception, family planning program

PENDAHULUAN

Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu program yang dirancang untuk mengendalikan jumlah kelahiran dalam masyarakat, sekaligus meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi. Program KB di Indonesia telah dijalankan sejak tahun 1970-an dan bertujuan untuk menurunkan angka kelahiran yang tidak terkendali, mengurangi kemiskinan, serta meningkatkan kesejahteraan masyarakat (Pratiwi, 2018). Salah satu tujuan utama dari KB adalah untuk memberikan kesempatan bagi pasangan usia subur (PUS) untuk merencanakan jumlah dan jarak kelahiran, yang dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan ibu dan anak (Rahman, 2020).

Namun, meskipun banyak usaha yang telah dilakukan, tingkat partisipasi dalam program KB di Indonesia masih tidak merata. Banyak pasangan usia subur, terutama di daerah terpencil dan kurang pendidikan, yang belum sepenuhnya memahami manfaat dari program ini. Menurut data dari Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), meskipun angka partisipasi KB meningkat, terdapat sejumlah PUS yang belum mengetahui metode kontrasepsi yang sesuai dengan kebutuhan mereka (Simanjuntak, 2021). Salah satu kendala terbesar adalah kurangnya informasi yang memadai tentang pilihan kontrasepsi dan cara penggunaannya.

Penyuluhan keluarga berencana menjadi sangat penting karena dapat memberikan informasi yang dibutuhkan oleh masyarakat, khususnya PUS yang masih ragu atau kurang mengetahui tentang manfaat KB (Fitria, 2018). Penyuluhan yang efektif dapat meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kontrasepsi dan pentingnya perencanaan keluarga dalam menjaga kesejahteraan kesehatan reproduksi. Hal ini sejalan dengan tujuan jangka panjang dari program KB, yaitu meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi masalah sosial yang sering kali timbul akibat kelahiran yang tidak direncanakan (Kusumawati, 2019).

Program penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pasangan usia subur di Kabupaten Luwu Timur mengenai manfaat KB dan metode kontrasepsi yang ada. Selain itu, penyuluhan ini juga bertujuan untuk mengubah sikap masyarakat terhadap penerimaan program KB, sehingga dapat menciptakan keluarga yang sehat dan sejahtera. Penyuluhan dilakukan dengan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan masyarakat setempat, guna memastikan pesan yang disampaikan dapat diterima dan dipahami dengan baik (Rahman, 2020). Penyuluhan yang dilakukan diharapkan dapat mendorong perubahan pola pikir masyarakat, meningkatkan pengetahuan, serta memperkuat partisipasi aktif PUS dalam program KB.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan penyuluhan keluarga berencana ini menggunakan pendekatan partisipatif yang melibatkan peserta secara aktif. Metode yang digunakan mencakup penyuluhan langsung, diskusi kelompok, serta pendampingan personal. Penyuluhan dilakukan dengan menyampaikan informasi mengenai manfaat keluarga berencana dan berbagai metode kontrasepsi yang tersedia, yang disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat setempat (Rahman, 2020). Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap masyarakat mengenai pentingnya perencanaan keluarga untuk kesejahteraan reproduksi. Selain itu, diskusi kelompok dilakukan untuk memberikan kesempatan bagi peserta untuk berbagi pengalaman dan berdiskusi tentang kekhawatiran serta masalah terkait penerimaan program KB (Fitria, 2018).

Pendampingan dilakukan bagi pasangan yang tertarik untuk mulai menggunakan metode kontrasepsi yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Selain itu, teknik pengumpulan data berupa kuesioner digunakan untuk mengukur pengetahuan peserta sebelum dan setelah penyuluhan, sedangkan wawancara dan observasi digunakan untuk menggali lebih dalam dampak penyuluhan terhadap perubahan sikap dan pemahaman peserta (Sari & Utami, 2020).

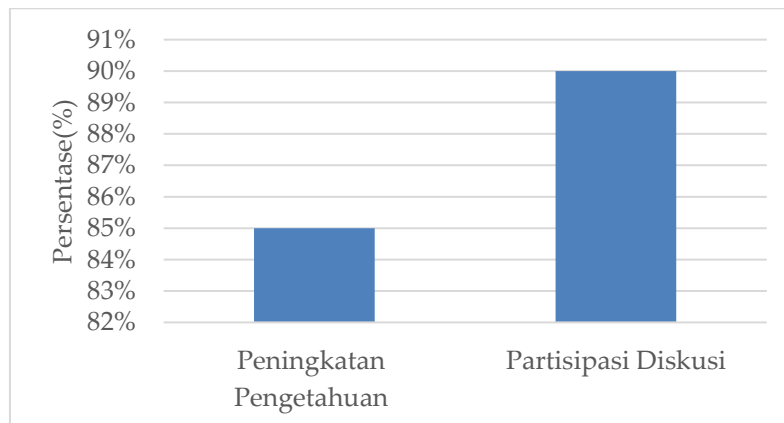
Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

1. Persiapan
 - a. Penyusunan materi penyuluhan yang relevan dengan karakteristik masyarakat PUS di Kabupaten Luwu Timur.

- b. Pembentukan tim penyuluh yang terdiri dari tenaga medis dan ahli keluarga berencana.
 - c. Pengaturan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan.
2. Pelaksanaan
 - a. Sesi Penyuluhan: Penyuluhan dilakukan dengan format ceramah yang dibarengi dengan presentasi visual, seperti video atau poster, untuk memudahkan pemahaman.
 - b. Diskusi Kelompok: Peserta dibagi dalam kelompok kecil untuk membahas topik yang lebih mendalam, dengan fasilitator yang mengarahkan diskusi.
 - c. Pendampingan: Pasangan yang berminat diberi kesempatan untuk berkonsultasi secara pribadi dengan tenaga medis mengenai pemilihan metode kontrasepsi.
3. Evaluasi dan Tindak Lanjut
 - a. Menggunakan kuesioner untuk menilai tingkat pengetahuan dan sikap peserta sebelum dan sesudah penyuluhan.
 - b. Wawancara dan observasi dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh kegiatan terhadap keputusan peserta dalam mengadopsi keluarga berencana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penyuluhan keluarga berencana bagi pasangan usia subur (PUS) di Kabupaten Luwu Timur menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap terhadap penggunaan kontrasepsi. Berdasarkan data yang dikumpulkan melalui kuesioner dan observasi selama kegiatan, terdapat peningkatan yang substansial pada pengetahuan peserta mengenai berbagai metode kontrasepsi. Sebanyak 85% peserta melaporkan pemahaman yang lebih baik mengenai kontrasepsi setelah mengikuti sesi penyuluhan. Peningkatan ini tidak hanya mencakup aspek pengetahuan tentang metode kontrasepsi, tetapi juga pemahaman tentang manfaat keluarga berencana dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan keluarga. Salah satu hasil yang sangat menggembirakan adalah tingginya tingkat partisipasi aktif peserta dalam diskusi kelompok. Sebanyak 90% peserta terlibat aktif dalam diskusi, menunjukkan bahwa mereka tidak hanya menerima informasi, tetapi juga merasa terdorong untuk berbagi pengalaman dan bertanya mengenai hal-hal yang mereka belum pahami terkait dengan program KB.



Gambar 1.

Peningkatan Pengetahuan dan Partisipasi Peserta dalam Penyuluhan KB

Diskusi kelompok yang interaktif ini berhasil mendorong peserta untuk mengungkapkan keraguan mereka mengenai penggunaan kontrasepsi dan mendapatkan jawaban yang lebih jelas dari fasilitator. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan berbasis partisipasi dapat efektif dalam mengubah sikap dan meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai isu yang penting bagi kesehatan reproduksi mereka (Simanjuntak, 2021). Penyuluhan ini juga berhasil mendorong perubahan sikap yang lebih positif terhadap penggunaan kontrasepsi. Sebelumnya, sebagian peserta menunjukkan

keraguan terhadap beberapa metode kontrasepsi, terutama yang belum mereka kenal atau pahami. Setelah mendapatkan informasi yang jelas dan terperinci mengenai berbagai metode kontrasepsi, peserta menjadi lebih terbuka untuk mencoba metode yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Banyak peserta yang menyatakan bahwa mereka merasa lebih siap untuk memulai program keluarga berencana setelah mendapatkan edukasi yang lebih mendalam (Fitria, 2018). Hal ini sesuai dengan temuan dalam penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa penyuluhan dapat mengubah sikap masyarakat, terutama jika informasi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan dan budaya setempat (Rahman, 2020).

Hasil lain yang diperoleh dari kegiatan ini adalah peningkatan partisipasi aktif dalam program KB. Sebagian besar peserta mengungkapkan bahwa mereka sekarang lebih tertarik untuk mengikuti program KB dan lebih percaya diri dalam memilih metode kontrasepsi yang tepat untuk mereka. Hal ini tidak hanya mencerminkan perubahan dalam sikap individu terhadap keluarga berencana, tetapi juga mencerminkan keberhasilan penyuluhan dalam mengatasi salah paham dan hambatan sosial yang seringkali menghalangi penerimaan program KB di daerah-daerah tertentu (Kusumawati, 2019).



Gambar 2.

Dokumentasi Kegiatan Pengabdian

Penyuluhan ini juga memiliki dampak yang positif terhadap mitra pelaksana, yaitu Dinas Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DPPKB) Kabupaten Luwu Timur. Menurut laporan dari mitra, kegiatan penyuluhan ini sangat membantu dalam meningkatkan partisipasi masyarakat dalam program KB, terutama di kalangan pasangan usia subur yang belum memanfaatkan layanan KB secara maksimal. DPPKB juga menyatakan bahwa data yang diperoleh selama kegiatan ini memberikan gambaran yang lebih jelas tentang tingkat pemahaman masyarakat dan area-area yang masih memerlukan perhatian lebih dalam penyuluhan di masa depan (Sari & Utami, 2020).

Selain itu, dampak yang lebih luas dari kegiatan ini adalah potensi untuk meningkatkan kualitas hidup keluarga melalui program keluarga berencana yang lebih diterima dan dipahami dengan baik oleh masyarakat. Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya perencanaan keluarga dan penggunaan kontrasepsi yang tepat, pasangan usia subur dapat merencanakan keluarga mereka dengan lebih baik, yang pada gilirannya akan berdampak pada peningkatan kesejahteraan sosial dan ekonomi keluarga (Rahayu, 2020).

KESIMPULAN

Kegiatan pelatihan dan pendampingan kader Posyandu di wilayah Puskesmas Simpang Raya berhasil meningkatkan kapasitas dan profesionalisme kader dalam memberikan pelayanan kesehatan yang prima dan berintegritas. Peningkatan signifikan terlihat pada aspek pelayanan ramah, komunikasi efektif, etika kerja, dan kedisiplinan, yang mencerminkan keberhasilan pendekatan pelatihan berbasis partisipasi dan nilai. Selain membekali kader dengan keterampilan teknis, kegiatan ini juga membentuk kesadaran etis dan tanggung jawab sosial kader dalam menjalankan tugas

pelayanan publik. Sinergi antara kader, tenaga kesehatan Puskesmas, dan masyarakat turut memperkuat ekosistem pelayanan kesehatan berbasis komunitas. Temuan ini menegaskan bahwa penguatan integritas dan *soft skill* melalui metode pelatihan terstruktur dan praktik langsung merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kualitas layanan dasar di tingkat akar rumput. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu direplikasi secara luas dan berkelanjutan sebagai bagian dari reformasi layanan primer yang berorientasi pada kepercayaan dan kepuasan masyarakat.

Untuk keberlanjutan dan perluasan dampak kegiatan, disarankan agar program pelatihan kader Posyandu berbasis integritas dan pelayanan prima ini direplikasi di wilayah kerja Puskesmas lainnya, khususnya di daerah dengan tingkat partisipasi masyarakat yang rendah. Pemerintah daerah melalui Dinas Kesehatan perlu menetapkan kebijakan pelatihan berkelanjutan yang tidak hanya fokus pada aspek teknis, tetapi juga pada penguatan nilai-nilai etika pelayanan, komunikasi, dan kepemimpinan kader. Selain itu, Puskesmas sebagai pembina teknis diharapkan menyusun sistem monitoring dan evaluasi berbasis indikator perilaku kader untuk memastikan penerapan hasil pelatihan secara konsisten. Keterlibatan tokoh masyarakat, perangkat desa, dan organisasi lokal juga penting untuk menciptakan ekosistem yang mendukung kader dalam menjalankan tugas secara profesional dan berintegritas. Penerapan Standar Operasional Prosedur (SOP) layanan berbasis nilai-nilai pelayanan prima dan akuntabilitas perlu disusun dan dijadikan pedoman kerja harian kader di seluruh Posyandu. Dengan langkah-langkah tersebut, diharapkan kualitas layanan Posyandu akan semakin meningkat dan kepercayaan masyarakat terhadap sistem pelayanan kesehatan primer dapat diperkuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Fitria, A. (2018). Pengaruh penyuluhan keluarga berencana terhadap pengetahuan dan sikap pasangan usia subur di Kabupaten Sumedang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 45-52.
- Kusumawati, M. (2019). Evaluasi Program Penyuluhan Keluarga Berencana di Kecamatan Karawang. *Jurnal Pembangunan Sosial*, 16(3), 110-115
- Nurdiana, D. (2021). Peran penyuluhan keluarga berencana dalam meningkatkan pengetahuan pasangan usia subur. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 35-42.
- Pratiwi, I. (2018). Pengaruh pendidikan keluarga berencana terhadap penurunan angka kelahiran. *Jurnal Pembangunan*, 12(1), 72-79.
- Rahman, A. (2020). Tantangan implementasi program keluarga berencana di daerah tertinggal. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 5(2), 58-64.
- Rahayu, S. (2020). Dampak program keluarga berencana terhadap kualitas hidup masyarakat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(3), 112-118
- Sari, N. (2022). Faktor penghambat penerimaan program keluarga berencana di daerah rural. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 20(2), 89-95.
- Sari, N., & Utami, P. (2020). Pengaruh penyuluhan keluarga berencana terhadap kesadaran pasangan usia subur di Kabupaten Malang. *Jurnal Pembangunan Kesehatan*, 10(1), 23-29.
- Simanjuntak, D. (2021). Strategi peningkatan pengetahuan keluarga berencana bagi pasangan usia subur. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 6(4), 101-108.
- Widodo, E. (2017). Peran pendidikan kesehatan dalam meningkatkan kualitas keluarga berencana. *Jurnal Pembangunan Sosial*, 8(3), 54-60.