

Edukasi Keluarga Berencana pada Pasien Poli Kebidanan RSUD Kanudjoso Djatiwibowo Balikpapan sebagai Upaya Menurunkan Kehamilan Tidak Direncanakan

Pipit Feriani¹, Alvinna Mavliani², Alfina Nurrahmawati³, Lutfi Nur Amalia⁴, Farhan Muzaki⁵, Galih priyambada⁶

^{1,2,3,4,5}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

e-mail: 1pf561@umkt.ac.id , 2alvinnamavliani48@gmail.com ,
3alfinanurrahmawati2410@gmail.com , 4lutfinuramalia031@gmail.com ,
5farhanmzki19@gmail.com

Abstract Masalah ledakan penduduk masih menjadi perhatian di Indonesia, khususnya terkait rendahnya penggunaan alat kontrasepsi jangka panjang. Salah satu solusi yang ditawarkan adalah penyuluhan tentang pentingnya program Keluarga Berencana (KB). Kegiatan ini dilaksanakan oleh mahasiswa profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur di ruang tunggu Poli Kebidanan RSUD Kanudjoso Djatiwibowo Balikpapan. Metode yang digunakan berupa ceramah interaktif, diskusi, serta pembagian leaflet edukatif. Kegiatan ini berlangsung selama ±120 menit dengan antusiasme peserta yang tinggi, melibatkan sekitar 30 ibu dan pendamping pasien. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta tentang jenis-jenis dan manfaat kontrasepsi, serta pentingnya perencanaan keluarga dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga. Evaluasi akhir menunjukkan kegiatan berjalan lancar, interaktif, dan efektif meski dilakukan di tengah aktivitas layanan rumah sakit. Penyuluhan ini diharapkan dapat dilaksanakan secara berkala untuk meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam program KB sebagai upaya menurunkan kehamilan yang tidak direncanakan.

Kata kunci: *edukasi kesehatan, keluarga berencana, kontrasepsi, pengabdian masyarakat, penyuluhan*

Abstrak. Population explosion remains a major issue in Indonesia, particularly due to the low usage of long-term contraceptive methods. One proposed solution is conducting educational outreach on the importance of the Family Planning (FP) program. This activity was carried out by nursing profession students from Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur at the waiting area of the Obstetrics Polyclinic at Kanudjoso Djatiwibowo Regional Hospital, Balikpapan. The methods used included interactive lectures, discussions, and the distribution of educational leaflets. The session lasted approximately 120 minutes and involved around 30 women and patient companions. The results showed increased participant understanding of various contraceptive types and their benefits, as well as the importance of planning a family to improve overall family welfare. Final evaluations indicated that the activity was well-received, interactive, and effectively conducted despite being held in an active clinical setting. This outreach is expected to be conducted regularly to raise awareness and participation in FP programs as an effort to reduce unplanned pregnancies.

Keywords: *community service, contraceptive, family planning, health education, outreach*

Pendahuluan

Sebagai Negara yang berkembang jumlah penduduk di Indonesia masih menjadi topik yang perlu ditindak lanjuti. Secara umum, permasalahan utama kependudukan di Indonesia meliputi persebaran penduduk yang tidak merata, umur yang masih muda, kualitas penduduk yang masih perlu ditingkatkan, dan jumlah penduduk yang besar dengan laju pertumbuhan penduduk yang relative tinggi (Sari et al., 2023). Salah satu masalah penting yang dihadapi saat ini di Indonesia yaitu ledakan penduduk. Ledakan penduduk mengakibatkan laju pertumbuhan penduduk yang pesat. Untuk mengatasi permasalahan tersebut pemerintah Indonesia telah menerapkan program Keluarga Berencana (KB) yang dimulai sejak tahun 1968 dengan mendirikan LKBN (Lembaga Keluarga Berencana Nasional) yang kemudian dalam perkembangannya menjadi BKKBN (Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional). Gerakan Keluarga Berencana Nasional bertujuan untuk mengontrol laju pertumbuhan penduduk dan juga untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia (Yanti & Lamaindi, 2021).

Keluarga berencana merupakan tindakan yang membantu individu atau pasangan suami istri untuk untuk menghindari kelahiran yang tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang memang diinginkan, mengatur interval diantara kelahiran. Tujuannya yaitu meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak serta mewujudkan keluarga kecil yang bahagia dan sejahtera melalui pengendalian kelahiran dan pengendalian pertumbuhan penduduk Indonesia Keluarga Berencana (KB) termasuk sebuah upaya untuk mengukur jumlah dan jarak kelahiran anak yang diinginkan. Untuk mencapai hal tersebut, berbagai metode atau alternative untuk mencegah atau menunda kehamilan telah dikembangkan (Dina Dewi Anggraini, et al., 2021).

Program keluarga berencana memberikan kesempatan untuk mengatur jarak kelahiran atau mengurangi jumlah kelahiran dengan menggunakan metode kontrasepsi hormonal atau non hormonal. Upaya ini dapat bersifat sementara ataupun permanen, meskipun masing-masing jenis kontrasepsi memiliki tingkat efektifitas yang berbeda dan hampir sama (Yanti, E. M., Wirastri, 2023). Kontrasepsi adalah pemberian atau pemasangan

kontrasepsi maupun tindakan-tindakan lain yang berkaitan kontrasepsi kepada calon dan peserta keluarga berencana yang dilakukan dalam fasilitas pelayanan KB. Saat ini berbagai jenis alat kontrasepsi (KB) untuk membantu menunda atau mencegah kehamilan. Karena banyaknya pilihan, ibu usia subur mungkin kebingungan saat akan memilih. Padahal, penggunaan alat kontrasepsi hanya akan efektif jika dilakukan dengan tepat. Itu sebabnya, pemilihan alat kontrasepsi harus disesuaikan dengan kebutuhan maupun kondisi ibu dan pasangan (Tangkas et al., 2025).

Berdasarkan data BKKBN, jumlah peserta baru yang menggunakan metode kongrasepsi IUD sebanyak 7,75% MOW 1,52%, MOP 0,25%, kondom 6,09%, implant 9,23%, suntik 48,56% dan pil 26,60%. Dari data tersebut dapat kita lihat bahwa penggunaan konrasepsi jangka panjang terutama implant tergolong lebih rendah dibandingkan pil dan suntik. Angka kegagalan dan komplikasi menjadi penyebab, akseptor KB enggan menggunakan kontrasepsi jangka panjang. Oleh karena itu, penyuluhan ini dilakukan guna menambah pengetahuan tentang pentingnya menggunakan KB yang dilaksanakan di poli kebidanan (Fitri et al., 2024).

Penyuluhan mengenai keluarga berencana yang diberikan kepada masyarakat oleh penyuluhan merupakan kegiatan yang dilakukan untuk menambah pengetahuan tentang penggunaan kontrasepsi yang memiliki manfaat secara langsung maupun tidak langsung bagi kesehatan ibu, bayi dan anak, kesehatan dan kehidupan reproduksi dan seksual keluarga, serta kesejahteraan keluarga. Kegiatan penyuluhan tersebut tentu saja untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang betapa pentingnya berencana dalam berkeluarga, serta mengenali dan memahami ciri-ciri reproduksi yang sehat (Nurohmah et al., 2023).

Pentingnya penyuluhan tentang kontrasepsi dapat dilihat dari dampak pengetahuan pada pemilihan dan penggunaan alat kontrasepsi. Pengetahuan yang baik tentang efektivitas kontrasepsi berkaitan dengan peningkatan kesadaran penggunaan alat kontrasepsi, sebaliknya pengetahuan kontrasepsi yang rendah dan persepsi yang salah tentang resiko dan efek samping alat kontrasepsi membuat pasangan menggunakan kontrasepsi secara tidak

tepat, tidak konsisten, bahkan menghentikan penggunaan alat kontrasepsi (Aulia et al., 2022). Informasi yang memadai tentang kontrasepsi dapat diperoleh dari penyedia layanan KB diantaranya tentang informasi mengenai jenis-jenis kontrasepsi, cara penggunaan, efektifitas dan efek samping (Rizka, 2024). Pemberian penyuluhan ini dapat memudahkan pasangan untuk lebih memahami terkait jenis-jenis metode kontrasepsi, manfaat dari KB, dan efek samping dari penggunaan KB.

Metode

Kegiatan penyuluhan ini menggunakan pendekatan edukatif dengan metode ceramah, diskusi interaktif, dan pemanfaatan media pendukung. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di ruang tunggu poli kebidanan Rumah Sakit Kanujoso Djatiwibowo Balikpapan, dengan sasaran utama pengunjung poli yang sedang menunggu antrean pelayanan. Penyuluhan dilakukan oleh mahasiswa profesi Ners sebagai bagian dari program Pengabdian kepada Masyarakat (PPM).

Desain kegiatan bersifat deskriptif edukatif dan dilaksanakan dalam satu sesi selama ± 120 menit. Rangkaian kegiatan dimulai dengan pembukaan oleh moderator selama ± 15 menit, dilanjutkan dengan pemaparan materi oleh pemateri selama ± 60 menit, dan sesi tanya jawab selama ± 45 menit.

Materi penyuluhan mencakup pengertian, manfaat, tujuan, serta jenis-jenis alat kontrasepsi dalam program Keluarga Berencana (KB). Penyampaian dilakukan dengan bantuan mikrofon agar suara dapat terdengar jelas di area ruang tunggu yang cukup terbuka. Selain itu, peserta juga dibagikan leaflet sebagai media edukasi tambahan yang berisi poin-poin penting dari materi yang disampaikan, sehingga mereka dapat membaca dan mengingat informasi setelah kegiatan selesai.

Penggunaan metode ceramah interaktif dikombinasikan dengan media audio dan visual tersebut bertujuan untuk meningkatkan pemahaman peserta serta menjaga keterlibatan aktif selama sesi berlangsung. Metode ini dipilih untuk menyesuaikan dengan kondisi tempat yang dinamis dan keterbatasan waktu peserta yang sedang menunggu pelayanan medis.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PPM) ini secara umum berjalan sesuai dengan target kami, baik dari segi jumlah sasaran, capaian hasil yang diharapkan, maupun pelaksanaan evaluasi yang berlangsung dengan baik dan lancar. Meskipun terdapat

beberapa hambatan, seperti penyesuaian waktu pelaksanaan dengan jadwal pelayanan rumah sakit serta pencarian waktu yang tepat agar tidak mengganggu alur pelayanan di poli kebidanan, seluruh kendala tersebut dapat diatasi dengan kerja sama yang baik antara kami selaku mahasiswa Ners dan pihak rumah sakit.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan di ruang tunggu poli kebidanan, dengan sasaran ibu-ibu yang sedang menunggu giliran pemeriksaan. Jumlah peserta yang terlibat dalam kegiatan ini mencapai sekitar 30 orang, melebihi target awal sebanyak 20 peserta. Antusiasme peserta cukup tinggi, terbukti dari keikutsertaan mereka yang berasal tidak hanya dari pasien yang akan diperiksa, namun juga dari pendamping pasien yang turut hadir.

Penyuluhan kesehatan ini mengangkat tema pentingnya pemahaman tentang program keluarga berencana (KB). Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam satu hari, menyesuaikan dengan waktu tunggu pelayanan yang tersedia di poli. Meskipun waktu pelaksanaan relatif singkat, materi yang disampaikan tetap sesuai dengan perencanaan dan padat informasi. Kami selaku mahasiswa Ners menyampaikan materi secara interaktif dan komunikatif agar mudah dipahami oleh peserta dengan berbagai latar belakang pendidikan.

Pemilihan pelaksanaan penyuluhan dalam satu hari disesuaikan dengan situasi di ruang tunggu poli kebidanan, di mana peserta datang silih berganti sesuai jadwal pemeriksaan. Dengan menyampaikan materi dalam satu hari, informasi dapat diberikan secara langsung kepada lebih banyak orang secara efisien tanpa mengganggu jalannya pelayanan di poli. Selain itu, kegiatan ini juga memanfaatkan waktu tunggu pasien secara optimal, sehingga penyuluhan tetap berlangsung secara efektif dan interaktif.

Secara keseluruhan, kegiatan ini berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari peserta maupun pihak rumah sakit. Kami selaku mahasiswa Ners berharap kegiatan semacam ini dapat terus dilaksanakan secara berkala sebagai bentuk kontribusi nyata dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kesehatan reproduksi, khususnya dalam pemilihan dan penggunaan metode kontrasepsi yang tepat.

Jalannya Penyuluhan Kesehatan Tentang Program Keluarga Berencana (KB)

Penyuluhan dilaksanakan dalam satu hari dan dilakukan langsung di ruang tunggu poli kebidanan. Kegiatan diawali dengan metode ceramah yang membahas pentingnya program Keluarga Berencana (KB), tujuan dan sasaran KB, manfaat penggunaan alat kontrasepsi, serta jenis-jenis metode KB yang dapat digunakan oleh masyarakat, khususnya oleh perempuan usia subur.

Metode ceramah menjadi inti utama dalam penyampaian materi, karena mampu memberikan pemahaman dasar yang menyeluruh kepada peserta. Harapannya, informasi yang diperoleh dapat menjadi stimulus bagi peserta untuk mempertimbangkan dan menggunakan program KB sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan reproduksi dan keluarga secara keseluruhan.

Untuk meningkatkan pemahaman dan keaktifan peserta, kegiatan ceramah dikombinasikan dengan sesi tanya jawab. Dalam sesi ini, peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan dan pendapatnya secara langsung. Metode ini terbukti efektif dalam menggali keingintahuan serta membangun interaksi dua arah antara peserta dan penyuluhan, sehingga informasi yang disampaikan dapat dipahami secara lebih mendalam.

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan oleh kami selaku mahasiswa Ners mendapatkan respons positif dari peserta. Sejak awal, kegiatan ini dikoordinasikan dengan pihak rumah sakit agar pelaksanaannya tidak mengganggu layanan poli dan dapat berjalan dengan lancar. Antusiasme peserta terlihat dari partisipasi aktif mereka selama sesi penyuluhan berlangsung. Meskipun peserta bersifat bergantian dan dinamis karena menunggu antrean pemeriksaan, penyuluhan tetap berjalan tertib dan interaktif.

Dalam pelaksanaannya, tantangan utama adalah menyesuaikan waktu penyuluhan dengan kondisi pelayanan di poli. Namun, melalui koordinasi yang baik dengan petugas setempat, kegiatan dapat terlaksana secara efektif dalam satu hari. Peserta yang hadir tampak antusias dan memberikan kesan positif terhadap metode penyampaian yang digunakan. Mereka merasa bahwa penyuluhan dilakukan secara santai dan bertahap, sehingga materi mudah dipahami tanpa terasa memberatkan.

Meskipun durasi penyampaian materi terbilang singkat, penyuluhan yang dilakukan secara langsung pada saat peserta menunggu pelayanan justru menjadi nilai tambah karena dapat menjangkau sasaran lebih luas dalam waktu terbatas. Hasil dari penyuluhan ini bahkan melebihi ekspektasi, mengingat besarnya antusiasme dan keterlibatan peserta. Beberapa peserta menyampaikan pemahamannya terhadap program KB dan menyatakan niat untuk mulai mempertimbangkan penggunaannya.

Secara keseluruhan, pelaksanaan penyuluhan KB ini berjalan dengan baik dan lancar. Evaluasi akhir menunjukkan bahwa kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap pemahaman peserta. Ke depannya, diharapkan penyuluhan semacam ini dapat dilaksanakan secara berkelanjutan, agar masyarakat semakin sadar akan pentingnya program KB dalam meningkatkan taraf kesehatan keluarga serta menurunkan angka kematian ibu (AKI).



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian

Simpulan

Kegiatan penyuluhan mengenai program Keluarga Berencana (KB) yang dilaksanakan oleh mahasiswa profesi Ners di ruang tunggu Poli Kebidanan RSUD Kanudjoso Djatiwibowo Balikpapan berjalan dengan baik dan mencapai target yang telah direncanakan. Pelaksanaan kegiatan berhasil menjangkau lebih banyak peserta dari yang ditargetkan, dengan antusiasme tinggi dan partisipasi aktif selama sesi penyuluhan berlangsung. Metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan media edukatif seperti leaflet terbukti efektif meningkatkan pemahaman peserta mengenai jenis-jenis alat kontrasepsi, manfaat program KB, serta pentingnya perencanaan keluarga dalam menjaga kesehatan reproduksi. Kegiatan ini menunjukkan adanya keterkaitan yang tepat antara masalah yang dihadapi di masyarakat dengan metode pelaksanaan yang digunakan. Penyuluhan KB semacam ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran masyarakat dan diharapkan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan guna mendukung upaya penurunan angka kehamilan tidak direncanakan dan peningkatan kesejahteraan keluarga.

Daftar Pustaka

- Aulia, F., Sari, D. K., Ulfa, S. M., & Lestari, P. P. (2022). Pengenalan Metode Alat Kontrasepsi Guna Meningkatkan Keikutsertaan Dalam Menjadi Peserta Keluarga Berencana. *AMMA : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(6), 755–761.
- Dina Dewi Anggraini, Wanodya Hapsari, Julietta Hutabarat, E. A. N., Lia Rosa Veronika Sinaga, Samsider Sitorus, Ninik Azizah, Niken Bayu Argaheni, W., & Dora Samaria, C. S. H. (2021). *Pelayanan Kontrasepsi*.

- Fitri, D. R., Ekadipta, E., Khumairah, W., Auliyati, T., Khotimah, H., & Kunci, K. (2024). Identifikasi , Penanaman dan Digitalisasi Tanaman Obat Keluarga (Toga) Pada Gang Hijau Cemara Rt . 09 / 05 Kelurahan Glodok Pendahuluan Metode dan Strategi. *DIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(4), 136–142. <https://doi.org/10.57101/dimasjurnal>
- Nurohmah, I., Sa'adah, R., Apit, A., & Melati, E. P. (2023). Penyuluhan tentang KB di Kecamatan Parigi Kabupaten Pangandaran. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 98–104. <https://doi.org/10.37567/pkm.v3i2.2195>
- Rizka, N. (2024). *Edukasi Penggunaan KB MKJP Dengan Media Benner sebagai Upaya Pengaturan Jarak Kehamilan pada Pasangan Usia Subur di Desa Alue Nibong Kecamatan Peureulak Kabupaten Aceh Timur*. 6(4), 441–445.
- Sari, A. P., Rahmadini, G., Charlina, H., Pradani, Z. E., & Ramadan, M. I. (2023). Analisis Masalah Kependudukan Di Indonesia. *Journal of Economic Education*, 2(1), 29–37. <https://doi.org/10.22437/jeec.v2i1.23180>
- Tangkas, H. H., Rizal, A., Hadiastuti, A. D., Rapi'ah, R., Intannia, D., & Yulianti, M. D. (2025). Peningkatan Pengetahuan Pasien terkait Pil KB di Poli Kandungan RSUD Ulin Banjarmasin. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Panacea*, 2(4), 209. <https://doi.org/10.20527/jpmp.v2i4.13818>
- Yanti, E. M., Wirastri, D. & S. (2023). Edukasi Pentingnya Keluarga Berencana (KB) dalam meningkatkan Pengetahuan dan Pemilihan Alat Kontrasepsi pada Wanita Usia Subur (WUS) di Dusun Anjani Timur Desa Anjani Kecamatan Suralaga Kabupaten Lombok Timur. *Indonesian Journal of Community Dedication (IJCD)*, 5(1), 7–12.
- Yanti, L. C., & Lamaindi, A. (2021). Pengaruh Pengaruh KB Suntik DMPA Terhadap Gangguan Siklus Menstruasi pada Akseptor KB. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 314–318. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.596>