

Edukasi Kesehatan Reproduksi melalui Pengenalan Metode Kontrasepsi pada Wanita Usia Subur di PMB Novi Herawati

Mahfiyani¹, Gunarmi², Indah Purnamasari³
^{1,2,3} STIKes Guna Bangsa Yogyakarta, Indonesia

Received : 17 Januari 2026, Revised : 4 Februari 2026, Published : 18 Februari 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Mahfiyani

E-mail: fmahfiyani@gmail.com

Abstrak

Wanita Usia Subur (WUS) memiliki peran penting dalam perencanaan keluarga dan pencapaian Generasi Emas Indonesia. Namun, keterbatasan pengetahuan mengenai metode kontrasepsi masih menjadi salah satu faktor rendahnya pemanfaatan kontrasepsi yang tepat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan WUS tentang kesehatan reproduksi melalui edukasi pengenalan metode kontrasepsi. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan menggunakan media leaflet, diskusi interaktif, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test. Peserta berjumlah 30 WUS yang mengikuti kegiatan di PMB Novi Herawati. Hasil pre-test menunjukkan sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan kurang (48%) dengan rata-rata skor 59,2. Setelah edukasi, hasil post-test menunjukkan peningkatan signifikan dengan 78% peserta berada pada kategori pengetahuan baik dan rata-rata skor meningkat menjadi 83,1. Kegiatan ini terbukti efektif meningkatkan pengetahuan WUS mengenai pengertian, jenis, manfaat, dan pemilihan metode kontrasepsi. Edukasi kesehatan reproduksi melalui media sederhana dan komunikatif dapat menjadi strategi promotif-preventif yang efektif dalam mendukung perencanaan keluarga dan pencapaian Generasi Emas Indonesia.

Kata kunci - kesehatan reproduksi, kontrasepsi, wanita usia subur, edukasi

Abstract

Women of reproductive age (WRA) play an important role in family planning and in supporting the achievement of Indonesia's Golden Generation. However, limited knowledge regarding contraceptive methods remains a major factor influencing inappropriate contraceptive use. This community service program aimed to improve WRA's knowledge of reproductive health through education on contraceptive methods. The activity was conducted using health education sessions supported by leaflet media, interactive discussions, and evaluation through pre-test and post-test. A total of 30 WRA participated in the program at PMB Novi Herawati. The pre-test results showed that 48% of participants had a low level of knowledge, with a mean score of 59.2. After the educational intervention, the post-test results demonstrated a significant improvement, with 78% of participants achieving a good knowledge level and an increased mean score of 83.1. These findings indicate that reproductive health education using simple and accessible media is effective in improving knowledge of contraceptive methods and can support family planning efforts toward achieving Indonesia's Golden Generation.

Keywords - reproductive health, contraceptive, women of reproductive age, health education

How To Cite : Mahfiyani, M., Gunarmi, G., & Purnamasari, I. (2026). Edukasi Kesehatan Reproduksi melalui Pengenalan Metode Kontrasepsi pada Wanita Usia Subur di PMB Novi Herawati. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(3), 3850 - 3854. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i3.1076>

Copyright ©2026 Mahfiyani Mahfiyani, Gunarmi Gunarmi, Indah Purnamasari

PENDAHULUAN

Wanita Usia Subur (WUS) merupakan kelompok strategis dalam upaya peningkatan kualitas kesehatan reproduksi dan keberhasilan program keluarga berencana. Pengetahuan yang baik mengenai kesehatan reproduksi dan metode kontrasepsi berperan penting dalam membantu WUS merencanakan kehamilan secara aman, sehat, dan bertanggung jawab. Perencanaan kehamilan yang optimal tidak hanya berdampak pada kesehatan ibu, tetapi juga berkontribusi terhadap kualitas tumbuh kembang anak sebagai bagian dari upaya mewujudkan Generasi Emas Indonesia.

Program Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu strategi nasional untuk menekan angka kelahiran, menurunkan risiko kehamilan berisiko, serta meningkatkan kesejahteraan keluarga. Namun, keberhasilan program KB masih menghadapi berbagai tantangan, salah satunya adalah keterbatasan pengetahuan WUS terkait jenis, cara kerja, manfaat, dan efek samping metode kontrasepsi. Kurangnya pemahaman tersebut dapat menyebabkan keraguan, kesalahan persepsi, hingga ketidaksesuaian dalam pemilihan metode kontrasepsi yang berdampak pada keberlanjutan penggunaannya.

Data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Provinsi Kalimantan Barat tahun 2025 menunjukkan bahwa jumlah peserta KB aktif masih belum mencakup seluruh WUS yang ada. Hal ini mengindikasikan masih perlunya penguatan edukasi kesehatan reproduksi yang berfokus pada peningkatan pengetahuan dan kesadaran WUS mengenai pentingnya kontrasepsi. Edukasi yang tepat dan mudah dipahami menjadi kunci untuk mendorong WUS agar mampu mengambil keputusan yang tepat terkait perencanaan kehamilan sesuai dengan kondisi kesehatan dan kebutuhan masing-masing.

Salah satu upaya promotif dan preventif yang dapat dilakukan adalah melalui kegiatan pengabdian masyarakat berbasis edukasi kesehatan reproduksi. Penyampaian informasi dengan media sederhana seperti leaflet yang dikombinasikan dengan diskusi interaktif dinilai efektif untuk meningkatkan pemahaman peserta. Media leaflet memungkinkan informasi dibaca ulang secara mandiri, sehingga mendukung keberlanjutan pengetahuan setelah kegiatan edukasi selesai.

Berdasarkan kondisi tersebut, dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul "Edukasi Kesehatan Reproduksi melalui Pengenalan Metode Kontrasepsi bagi Wanita Usia Subur sebagai Upaya Menuju Generasi Emas Indonesia" yang dilaksanakan di PMB Novi Herawati. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan WUS mengenai kesehatan reproduksi dan metode kontrasepsi, sehingga diharapkan mampu mendorong pemilihan kontrasepsi yang tepat dan berkontribusi pada perencanaan keluarga yang berkualitas.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu edukasi kesehatan dengan pendekatan ceramah dan diskusi interaktif, didukung media leaflet. Sasaran kegiatan adalah wanita usia subur (WUS) yang melakukan kunjungan di PMB Novi Herawati. Tahapan pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa metode, yaitu:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi penyusunan proposal pengabdian kepada masyarakat sesuai pedoman institusi, pengurusan perizinan kepada pihak terkait, serta koordinasi dengan mitra lokasi kegiatan untuk penentuan waktu, tempat, dan teknis pelaksanaan. Selain itu, dilakukan penyusunan materi edukasi kesehatan reproduksi yang mencakup konsep keluarga berencana, jenis metode kontrasepsi jangka pendek dan jangka panjang, mekanisme kerja, efektivitas, manfaat, serta potensi efek samping. Media edukasi berupa leaflet disiapkan sebagai sarana pendukung penyampaian materi. Instrumen evaluasi berupa kuesioner pre-test dan post-test disusun untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah intervensi edukasi.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui metode penyuluhan, diskusi interaktif, pendampingan, dan evaluasi. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh tim pengabdian dan perwakilan mitra, dilanjutkan dengan pelaksanaan pre-test untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan awal peserta mengenai kesehatan reproduksi dan metode kontrasepsi. Selanjutnya, dilakukan penyampaian materi edukasi secara sistematis dan komunikatif dengan dukungan media leaflet.

Pendampingan diberikan untuk membantu peserta memahami pemilihan metode kontrasepsi yang sesuai dengan usia, kondisi kesehatan, serta kebutuhan individu. Pada tahap ini juga dilakukan konseling singkat terkait klarifikasi mitos dan fakta seputar penggunaan kontrasepsi. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab untuk memperkuat pemahaman peserta. Pada akhir kegiatan, dilakukan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah intervensi edukasi.

3. Tahap Evaluasi dan Analisis Data

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui evaluasi proses dan evaluasi hasil. Evaluasi proses mencakup tingkat partisipasi peserta, kelancaran pelaksanaan kegiatan, serta kelengkapan dokumentasi. Evaluasi hasil dilakukan dengan membandingkan skor pre-test dan post-test peserta. Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk menggambarkan perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan edukasi kesehatan reproduksi.

Melalui tahapan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan praktis peserta, tetapi juga menumbuhkan kesadaran Wanita Usia Subur (WUS) akan pentingnya pemahaman dan pemilihan metode kontrasepsi yang tepat sebagai upaya pengendalian kehamilan yang aman, efektif dan berkelanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 9 Januari 2026 di PMB Novi Herawati, Kecamatan Teluk Kapuas, Kabupaten Kubu Raya, dengan melibatkan 30 Wanita Usia Subur (WUS) sebagai peserta. Kegiatan dirancang dalam bentuk edukasi kesehatan reproduksi dan keluarga berencana melalui pendekatan edukatif dan partisipatif, dengan tahapan yang sistematis mulai dari pengukuran pengetahuan awal, pemberian intervensi edukasi, hingga evaluasi hasil.

Kegiatan diawali dengan pembukaan dan penyampaian tujuan kegiatan oleh tim pengabdian bersama mitra PMB Novi Herawati. Selanjutnya, peserta diberikan pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal terkait kesehatan reproduksi dan metode kontrasepsi. Hasil pre-test menunjukkan bahwa 18% peserta berada pada kategori pengetahuan baik, 34% kategori cukup, dan 48% kategori kurang, dengan rata-rata skor sebesar 59,2. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki keterbatasan pemahaman mengenai jenis-jenis metode kontrasepsi, cara kerja, serta pertimbangan dalam memilih metode yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan individu.

Setelah pelaksanaan pre-test, kegiatan dilanjutkan dengan pemberian edukasi kesehatan reproduksi menggunakan metode penyuluhan interaktif yang didukung media leaflet. Materi yang disampaikan mencakup pengertian dan tujuan keluarga berencana, klasifikasi metode kontrasepsi jangka pendek dan jangka panjang, mekanisme kerja, efektivitas, manfaat, serta kemungkinan efek samping dari masing-masing metode. Penyampaian materi dilakukan secara komunikatif dengan memberikan contoh kasus sederhana agar peserta lebih mudah memahami dan mengaitkan materi dengan kondisi yang dialami.

Pada tahap berikutnya, dilakukan pendampingan pemahaman pemilihan metode kontrasepsi, di mana peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi secara langsung dengan tim pengabdian mengenai pilihan kontrasepsi yang sesuai dengan usia, kondisi kesehatan, serta rencana reproduksi masing-masing. Selain itu, dilakukan klarifikasi terhadap mitos dan fakta yang masih berkembang di masyarakat terkait penggunaan kontrasepsi. Sesi ini berlangsung secara aktif, ditandai dengan banyaknya pertanyaan dan pengalaman yang disampaikan oleh peserta.

Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab, yang bertujuan memperkuat pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan. Diskusi ini menjadi ruang bagi peserta untuk mengonfirmasi kembali informasi yang diperoleh serta berbagi pengalaman terkait penggunaan kontrasepsi. Setelah seluruh rangkaian edukasi dan diskusi selesai, peserta diberikan post-test sebagai bentuk evaluasi akhir untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan setelah mengikuti kegiatan.

Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan, di mana 78% peserta berada pada kategori pengetahuan baik, 22% kategori cukup, dan tidak terdapat peserta dengan kategori kurang. Rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 83,1, dengan selisih peningkatan sebesar 23,9 poin. Peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi melalui penyuluhan dan media leaflet efektif dalam meningkatkan pemahaman WUS mengenai metode kontrasepsi. Peserta mampu menjelaskan kembali pengertian, tujuan, jenis-jenis metode kontrasepsi, serta manfaat dan potensi efek samping penggunaannya.

Selain peningkatan pengetahuan, dilakukan pula evaluasi kepuasan peserta terhadap pelaksanaan kegiatan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa seluruh peserta (100%) menyatakan sangat puas terhadap kegiatan yang dilaksanakan. Peserta menilai materi yang disampaikan mudah dipahami, jelas, dan relevan dengan kebutuhan mereka. Media leaflet dinilai sangat membantu sebagai sumber informasi tertulis yang dapat dibaca kembali secara mandiri setelah kegiatan selesai, sehingga mendukung keberlanjutan pemahaman terkait kesehatan reproduksi dan keluarga berencana.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa penggunaan media cetak sederhana seperti leaflet dapat meningkatkan efektivitas edukasi kesehatan, memperkuat pemahaman informasi, serta mendorong perubahan sikap dan perilaku positif di masyarakat (Munawaroh & Situmorang, 2021).

Tabel 1. Perbandingan Pengetahuan WUS Sebelum dan Sesudah penyuluhan

Kategori Pengetahuan	Pre Test (%)	Post Test (%)
Kurang	15	0
Cukup	10	7
Baik	5	23
Total	30	30



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan Wanita Usia Subur mengenai kesehatan reproduksi dan metode kontrasepsi. Edukasi melalui media leaflet dan diskusi interaktif mampu meningkatkan pemahaman serta kesiapan peserta dalam memilih metode kontrasepsi yang tepat. Disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan tenaga kesehatan dan kader untuk memperkuat program Bangga Kencana di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan rasa syukur dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dr. Gunarmi, S.KM., S.Tr.Keb., M.M. Kes dan ibu Bdn. Indah Purnamasari, S. S.T., M. Tr. Keb sebagai dosen pembimbing, yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi yang sangat berarti selama proses pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, mulai dari tahap perencanaan hingga penyusunan laporan akhir.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada teman-teman mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Magister Stikes Guna Bangsa Yogyakarta, PMB Novi Herawati, yang telah bekerja sama dengan baik dalam mempersiapkan materi, melaksanakan edukasi, dan menjalin komunikasi yang efektif antara tim pelaksana dan masyarakat. Partisipasi aktif mereka dalam kegiatan ini sangat berperan penting dalam tercapainya tujuan program ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2023). *Profil Keluarga Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: BKKBN.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2023). *Grand Design Pembangunan Kependudukan dan Keluarga Berencana Menuju Generasi Emas Indonesia 2045*. BKKBN RI.
- Diasanti, R., & Sutiawan, A. (2023). Faktor risiko kegagalan penggunaan kontrasepsi pada wanita usia subur. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14(2), 85–93.
- Fitriyani, E., & Rahmawati, I. (2022). Pengaruh edukasi kesehatan reproduksi terhadap tingkat pengetahuan wanita usia subur. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 13(2), 101–108.
- Hidayati, N., & Lestari, D. (2021). Media leaflet sebagai sarana edukasi keluarga berencana pada wanita usia subur. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(1), 45–52.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. JAKARTA: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lestari, P., & Handayani, S. (2020). Faktor yang memengaruhi pemilihan metode kontrasepsi pada wanita usia subur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(3), 210–218.
- Munawaroh, S., & Situmorang, T. (2021). Efektivitas media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(1), 55–62.
- Mochtar, R. (2020). *Sinopsis Obstetri: Obstetri Fisiologi dan Obstetri Patologi*. Jakarta: EGC.
- Ningsih, R., & Pratiwi, E. (2022). Edukasi kesehatan reproduksi berbasis komunitas terhadap perilaku keluarga berencana. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 5(2), 89–96.
- Pranata, D. (2022). Kehamilan tidak diinginkan dan determinannya pada wanita usia subur di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 13(1), 45–52.
- Rahmawati, A., & Yuliani, E. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan dengan penggunaan kontrasepsi pada wanita usia subur. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 33–40.
- Sari, D. P., & Wulandari, R. (2021). Pengaruh penyuluhan KB terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap WUS. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 15(2), 74–81.
- Siburian, U. D., Ritonga, P. T., & Sitorus, R. (2024). The effectiveness of health promotion using leaflet media on family planning knowledge. *Journal of Community Health*, 9(1), 22–29.
- Susanti, Y., & Kurniawan, D. (2020). Peran tenaga kesehatan dalam peningkatan pemanfaatan kontrasepsi. *Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia*, 8(2), 98–105.
- Utami, N., & Prasetyo, B. (2022). Determinan pemilihan kontrasepsi modern pada wanita usia subur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 17(1), 14–21.
- Wahyuni, S., & Fitriani, R. (2021). Edukasi keluarga berencana melalui media cetak terhadap peningkatan pengetahuan WUS. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(3), 145–152.
- World Health Organization. (2022). *Family Planning: A Global Handbook for Providers*. Geneva: WHO Press.
- Yanti, E., & Nurhayati, S. (2023). Health education interventions on contraceptive knowledge among women of reproductive age. *International Journal of Public Health Science*, 12(2), 134–141.
- Yuliana, I., & Dewi, M. (2021). Knowledge and attitude toward contraceptive use among women of reproductive age. *Journal of Reproductive Health*, 8(1), 60–67.