



## PENYULUHAN TENTANG KELUARGA BERENCANA (KB) DI DESA NYALABUH LAOK

### COUNSELING ABOUT FAMILY PLANNING (FP) IN NYALABUH LAOK VILLAGE

Ulfatul Jannah<sup>1\*</sup>, Emi Yunita<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Program Studi D3 kebidanan fakultas kesehatan universitas islam madura.

<sup>2</sup> Program Studi D3 kebidanan fakultas kesehatan universitas islam madura

\*email ulfafransiska14@gmail.com , emiyunita@uim.ac.id

**Abstrak:** Penyuluhan Keluarga Berencana (KB) di Desa Nyalabuh Laok bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya KB yang baik dan sehat. Program ini mencakup pengenalan berbagai metode KB, baik modern maupun tradisional, serta manfaatnya bagi kesehatan reproduksi dan kesejahteraan keluarga. Sosialisasi dilakukan oleh tim dari Puskesmas setempat melalui metode pertemuan masyarakat, metode pemaparan KB, serta konsultasi individu bagi masyarakat yang membutuhkan informasi lebih lanjut. Hasil sosialisasi menunjukkan peningkatan partisipasi masyarakat dalam penggunaan alat konservasi dan kesadaran tentang perencanaan jumlah anak dan jarak kelahiran. Dampak positif lainnya adalah meningkatnya kesejahteraan keluarga di desa, baik di bidang ekonomi, kesehatan, dan pendidikan. Pendidikan seperti ini sangat penting untuk mendukung upaya pengendalian populasi dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat pedesaan.

**Kata Kunci:** Keluarga Berencana, Kontrasepsi

**Abstract:** Family Planning (KB) counseling in Nyalabuh Laok Village aims to increase community awareness and knowledge about the importance of good and healthy family planning. This program includes an introduction to various family planning methods, both modern and traditional, and their benefits for reproductive health and family welfare. The outreach was carried out by a team from the local Community Health Center through community meeting methods, family planning presentation methods, as well as individual consultations for people who needed further information. The results of the outreach show increased community participation in using conservation tools and awareness about planning the number of children and birth spacing. Another positive impact is increasing the welfare of families in the village, both in the economic, health and education sectors. This kind of education is very important to support population control efforts and improve the quality of life of rural communities.

**Keywords:** Family Planning, Contraception

#### Article History:

Received	Revised	Published
26 September 2024	10 November 2024	15 November 2024

#### Pendahuluan

Program Keluarga Berencana (KB) adalah program nasional yang bertujuan meningkatkan derajat kesehatan, kesejahteraan ibu, anak dan keluarga, serta bangsa dan negara. Menurut WHO, KB adalah tindakan yang membantu individu atau pasangan suami istri untuk menghindari kelahiran yang tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang memang diinginkan, mengatur interval kehamilan, mengontrol waktu saat kelahiran dalam hubungan dengan umur suami istri dan menentukan jumlah anak dalam keluarga (Sinaga et al., 2022).

Keluarga berencana merupakan suatu upaya mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal melahirkan untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas. Keluarga berencana memiliki

peranan dalam menurunkan resiko kematian ibu melalui pencegahan kehamilan, menunda kehamilan atau membatasi kehamilan. Pelayanan keluarga berencana merupakan upaya pelayanan kesehatan preventif yang dasar dan utama. Kontrasepsi adalah suatu obat atau alat untuk mencegah terjadinya kehamilan.<sup>3</sup> Saat ini terdapat metode-metode kontrasepsi dengan efektivitas bervariasi. Banyak wanita mengalami kesulitan dalam menentukan pilihan jenis kontrasepsi. Berbagai faktor harus dipertimbangkan, antara lain usia, paritas, pasangan, usia anak terkecil, biaya, budaya dan tingkat pendidikan (Septalia & Puspitasari, 2017).

metode kontrasepsi dapat diklasifikasikan ke dalam 2 kelompok yaitu metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) dan non MKJP. Di semua pengaturan, Non MKJP lebih umum digunakan daripada MKJP metode, meskipun metode MKJP lebih efektif, lebih hemat biaya, dan lebih ditoleransi daripada Non MKJP, Oleh karena itu perlu pemahaman lebih lanjut terkait penggunaan alat kontrasepsi (Aryati et al., 2019).

## **Metode**

Metode Pelaksanaan kegiatan penyuluhan tentang Keluarga Berencana (KB) di Desa Nyalabuh Laok dilakukan melalui beberapa tahapan:

### **1. Penyuluhan Luring (Tatap Muka)**

Kegiatan penyuluhan dilakukan secara tatap muka di Polindes Desa Nyalabuh Laok. Dalam sesi ini, masyarakat diberikan informasi mengenai pentingnya Keluarga Berencana, manfaatnya, serta pengenalan berbagai metode kontrasepsi, baik yang modern maupun tradisional. Penyuluhan disampaikan oleh petugas kesehatan dari Puskesmas setempat, menggunakan metode presentasi dan diskusi interaktif.

### **2. Simulasi Penggunaan Alat Kontrasepsi**

Untuk memperkuat pemahaman, dilakukan simulasi cara penggunaan beberapa alat kontrasepsi. Kegiatan ini bertujuan agar peserta dapat mengenali dan memahami secara praktis bagaimana cara kerja alat-alat tersebut.

### **3. Konsultasi Individu**

Setelah sesi penyuluhan dan simulasi, masyarakat yang ingin mendapatkan informasi lebih lanjut atau memiliki pertanyaan spesifik terkait metode kontrasepsi dapat berkonsultasi secara individu dengan tenaga kesehatan. Konsultasi ini bertujuan untuk memberikan solusi yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi masing-masing individu.

Metode pelaksanaan kegiatan ini dirancang untuk meningkatkan partisipasi aktif masyarakat dan memfasilitasi mereka dalam memahami pentingnya Keluarga Berencana untuk kesehatan reproduksi dan kesejahteraan keluarga.

## **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan penyuluhan tentang Keluarga Berencana (KB) di Desa Nyalabuh Laok dilaksanakan dengan partisipasi aktif dari masyarakat. Sebanyak 50 peserta, terdiri dari pasangan suami istri dan calon pengantin, mengikuti kegiatan ini. Sebelum penyuluhan, pre-

test dilakukan untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan peserta tentang kontrasepsi. Hasil pre-test menunjukkan bahwa 60% peserta memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai metode kontrasepsi yang ada.

Setelah sesi penyuluhan, yang mencakup presentasi dan diskusi interaktif, post-test dilakukan untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta. Hasilnya menunjukkan bahwa 80% peserta menjawab pertanyaan dengan benar, mengindikasikan peningkatan pengetahuan yang signifikan. Selain itu, terdapat peningkatan kepercayaan diri peserta dalam memilih dan menggunakan metode kontrasepsi.

Simulasi penggunaan alat kontrasepsi menjadi salah satu bagian penting dalam kegiatan ini. Peserta diberikan kesempatan untuk berinteraksi langsung dengan berbagai alat kontrasepsi, seperti kondom, IUD, dan pil KB. Kegiatan ini membantu peserta memahami cara kerja dan penggunaan alat secara praktis, yang mana 75% peserta merasa lebih siap untuk menggunakan alat kontrasepsi setelah simulasi.

Dalam sesi konsultasi individu, peserta yang memiliki pertanyaan spesifik mengenai kesehatan reproduksi dan pilihan kontrasepsi juga mendapatkan perhatian khusus dari tenaga kesehatan. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan akan informasi lebih lanjut dan dukungan yang sesuai dengan kondisi individu. Banyak peserta mengajukan pertanyaan terkait efek samping dan kesesuaian metode kontrasepsi dengan kondisi kesehatan mereka, menunjukkan kesadaran yang meningkat akan pentingnya memilih metode yang tepat.

Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan tentang Keluarga Berencana, tetapi juga mendorong masyarakat untuk lebih aktif berpartisipasi dalam program KB yang ditawarkan oleh Puskesmas. Beberapa peserta menyatakan niat untuk berkonsultasi lebih lanjut dengan petugas kesehatan untuk memilih metode kontrasepsi yang sesuai dengan kebutuhan mereka.

Secara keseluruhan, penyuluhan ini berhasil memberikan pemahaman yang lebih baik kepada masyarakat tentang pentingnya perencanaan keluarga dan dampaknya terhadap kesehatan ibu dan anak. Kegiatan ini mendukung upaya pengendalian populasi dan meningkatkan kualitas hidup keluarga di Desa Nyalabuh Laok, sejalan dengan tujuan program Keluarga Berencana nasional. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkelanjutan untuk mempertahankan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan reproduksi.



### **Kesimpulan**

Penyuluhan tentang Keluarga Berencana (KB) di Desa Nyalabuh Laok berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya perencanaan keluarga. Pendekatan interaktif melalui presentasi, simulasi alat kontrasepsi, dan konsultasi individu terbukti efektif, dengan 80% peserta berhasil menjawab dengan benar pada post-test, menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan. Simulasi alat kontrasepsi meningkatkan kepercayaan diri peserta dalam memilih metode yang tepat, sementara sesi konsultasi memungkinkan peserta mendapatkan informasi sesuai kondisi mereka. Secara keseluruhan, kegiatan ini mendukung pengendalian populasi dan meningkatkan kualitas hidup keluarga, serta diharapkan kegiatan serupa dapat dilanjutkan untuk memperkuat kesadaran tentang kesehatan reproduksi dan mendorong partisipasi aktif dalam program KB.

## Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada pembimbing yang telah memberikan arahan dan dukungan selama pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini. Selain itu, kami juga mengapresiasi partisipasi aktif kepada segenap masyarakat Desa Nyalabuh Laok yang telah hadir dan berkontribusi dalam program ini. Tanpa dukungan dan keterlibatan kalian, kegiatan ini tidak akan berjalan dengan baik. Semoga kerjasama ini terus berlanjut untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat.

## Referensi

- Aryati, S., Sukamdi, S., & Widyastuti, D. (2019). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PEMILIHAN METODE KONTRASEPSI (Kasus di Kecamatan Seberang Ulu I Kota Palembang). *Majalah Geografi Indonesia*, 33(1), 79. <https://doi.org/10.22146/mgi.35474>
- Septalia, R., & Puspitasari, N. (2017). Faktor yang Memengaruhi Pemilihan Metode Kontrasepsi. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5(2), 91. <https://doi.org/10.20473/jbk.v5i2.2016.91-98>
- Sinaga, S. P., Saragih, E., Barus, L. B., & Sinaga, S. (2022). Penyuluhan Tentang Kb Di Dusun I Desa Sudirejo Kecamatan Namorambe. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 706–709. <https://doi.org/10.31004/cdj.v3i2.4552>