



Optimalisasi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) Pasca Salin melalui Edukasi Antenatal

Eneng Daryanti^{1*}, Maria Ulfah Jamil², Birry Assidqy³, Ai Rahmawati⁴, Hilman Mulyana⁵, Ana Ikhsan⁶, Reni Nurdianti⁷, Heni Aguspita⁸, Elga Delima C⁹

Program Studi D3 kebidanan^{1,2}, Program Stdi S1 Keperawatan^{3,4,5,6,7,8,9}

Universitas Bhakti Kencana Tasikmalaya

e-mail: eneng.daryanti@bku.ac.id

Abstrak

Pengetahuan ibu hamil mengenai Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) pasca salin di RW 05 Kelurahan Sukarindik, wilayah kerja UPTD Puskesmas Sukalaksana Kota Tasikmalaya, masih belum optimal. Sebagian besar ibu lebih mengenal kontrasepsi jangka pendek dan masih terdapat mitos mengenai keamanan, nyeri pemasangan, gangguan kesuburan, serta efek samping MKJP. Tujuan pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman, persepsi positif, dan kesiapan ibu hamil dalam memilih MKJP pasca salin melalui edukasi antenatal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada 3 Agustus 2026 di Bale Posyandu RW 05 dengan sasaran 17 ibu hamil. Intervensi berupa edukasi terstruktur menggunakan media presentasi/audio-visual, leaflet, Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE), serta Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK) KB, dilanjutkan diskusi, konsultasi individual, dan evaluasi pre-test serta post-test. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 53,2 sebelum edukasi menjadi 88,2 setelah edukasi, dengan rata-rata selisih 35 poin. Seluruh 17 peserta mengalami peningkatan skor. Edukasi antenatal terstruktur dalam kegiatan PkM ini diikuti peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai MKJP pasca salin dan mendukung kesiapan pengambilan keputusan secara informed choice.

Kata Kunci: *Ibu Hamil, Edukasi Antenatal, Kontrasepsi Pasca Salin, MKJP, Informed Choice.*

Abstract

Pregnant women in RW 05, Sukarindik Village, within the working area of UPTD Puskesmas Sukalaksana, Tasikmalaya City, had suboptimal knowledge regarding Long-Term Contraceptive Methods (LTCM/MKJP) for postpartum contraception. Short-term methods were more familiar, while myths concerning safety, insertion pain, fertility, and side effects remained. The aim of this community service activity is to increase knowledge, understanding, positive perceptions, and readiness to choose MKJP for postpartum contraception through antenatal education. A community service activity was conducted on August 3, 2026 at the RW 05 Posyandu Hall involving 17 pregnant women. The intervention consisted of structured education using presentation/audio-visual media, leaflets, family planning Information-Education-Communication materials, and a family planning decision-making aid, followed by discussion, individual consultation, and pre-test/post-test evaluation. The mean knowledge score increased from 53.2 before education to 88.2 after education, with a mean increase of 35 points. All 17 participants showed increased scores. Structured

antenatal education in this community service activity was followed by improved knowledge regarding postpartum MKJP and supported readiness for informed contraceptive decision-making.

Kata Kunci: *Pregnant Women, Antenatal Education, Postpartum Contraception, Long-Term Contraceptive Methods, Informed Choice.*

PENDAHULUAN

Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) merupakan salah satu pilihan kontrasepsi yang penting dalam perencanaan keluarga karena dapat memberikan perlindungan dalam jangka waktu panjang dan membantu mengatur jarak kehamilan. Dalam laporan kegiatan PkM, MKJP mencakup Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR/IUD), implan, Metode Operasi Wanita (MOW), dan Metode Operasi Pria (MOP). Bagi ibu pasca salin, pemilihan kontrasepsi sejak masa kehamilan memberi kesempatan untuk mempersiapkan keputusan sebelum persalinan dan masa nifas (Puspita Sari, Ikhtiyaruddin, and Alamsyah 2024).

Konteks wilayah menunjukkan masih adanya kesenjangan antara tersedianya pelayanan KIA/KB dan kesiapan ibu hamil dalam memilih MKJP. UPTD Puskesmas Sukalaksana melayani Kelurahan Sukalaksana dan Kelurahan Sukarindik, termasuk pelayanan ANC, kelas ibu hamil, persalinan, nifas, konseling KB, dan pelayanan kontrasepsi. RW 05 Kelurahan Sukarindik merupakan salah satu wilayah yang memperoleh pembinaan melalui Posyandu dan kader kesehatan. Laporan PkM mencatat bahwa sebagian ibu hamil masih memiliki pengetahuan terbatas tentang MKJP dan keputusan kontrasepsi sering baru dipertimbangkan setelah persalinan (Puskesmas UPTD Sukalaksana 2025).



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan

Data yang dicantumkan dalam laporan menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi di masyarakat masih didominasi metode jangka pendek, yaitu suntik 57,4% dan pil 18,1%, sedangkan implan 12,1%, AKDR/IUD 3,5%, MOW 3,5%, dan MOP 1,9%. Kondisi tersebut menjadi dasar pentingnya penguatan edukasi sejak masa antenatal agar ibu memiliki pengetahuan dan waktu yang cukup untuk mempertimbangkan pilihan kontrasepsi pasca salin (Puskesmas UPTD Sukalaksana 2025).

Kegiatan pengabdian ini dirancang untuk mengoptimalkan pengetahuan ibu hamil tentang MKJP pasca salin melalui edukasi antenatal yang terstruktur, interaktif, dan menggunakan beberapa media. Edukasi tidak hanya menyampaikan jenis dan manfaat MKJP, tetapi juga membahas efektivitas, indikasi, kontraindikasi, waktu penggunaan, keuntungan, kelemahan, serta mitos dan fakta mengenai implan dan AKDR/IUD. Pendekatan tersebut diharapkan mendukung pengambilan keputusan secara sadar (*informed choice*).

Masalah aktual yang menjadi dasar kegiatan adalah belum optimalnya pengetahuan ibu hamil mengenai MKJP pasca salin, dominannya pengetahuan tentang kontrasepsi jangka pendek, serta masih adanya mitos dan kekhawatiran mengenai efek samping, nyeri pemasangan, gangguan kesuburan, dan keamanan MKJP (Sari 2016). Pengaruh suami atau keluarga dalam pengambilan keputusan serta perbedaan tingkat pendidikan dan kemampuan memahami materi juga menjadi tantangan dalam edukasi (Mujahadatuljannah, Indriani, and Rabiattunnisa 2023).

METODE

Kegiatan merupakan pengabdian kepada masyarakat dengan bentuk edukasi antenatal terstruktur. Sasaran adalah ibu hamil yang berdomisili di RW 05 wilayah kerja UPTD Puskesmas Sukalaksana. Pelaksanaan kegiatan berlangsung pada Senin, 3 Agustus 2026 di Bale Posyandu RW 05. Jumlah peserta yang mengikuti evaluasi pengetahuan adalah 17 ibu hamil.

Tahap pelaksanaan meliputi: (1) persiapan dan koordinasi dengan puskesmas, kader, serta pemerintah setempat; (2) pengukuran pengetahuan awal melalui pre-test; (3) penyuluhan menggunakan presentasi/audio-visual, KIE, leaflet, dan ABPK KB; (4) diskusi, tanya jawab, konsultasi, dan pendampingan individual untuk mendukung *informed choice*; (5) post-test; dan (6) pemberian leaflet sebagai bahan belajar ulang di rumah.

Materi edukasi mencakup pengertian dan jenis MKJP, manfaat, efektivitas, indikasi, kontraindikasi, waktu penggunaan, keuntungan dan kelemahan, serta mitos dan fakta terutama mengenai implan dan AKDR/IUD. Sarana yang digunakan meliputi laptop, LCD proyektor, layar, speaker, mikrofon, leaflet/booklet, ABPK KB, Buku KIA, lembar pre-test dan post-test, alat tulis, serta daftar hadir.

Evaluasi utama dilakukan dengan membandingkan skor pre-test dan post-test. Evaluasi proses juga dilakukan melalui observasi keaktifan peserta dalam diskusi dan tanya jawab, kemampuan menjelaskan kembali informasi, dokumentasi kegiatan, daftar hadir, serta umpan balik peserta. Karena desain kegiatan tidak menggunakan kelompok kontrol dan laporan tidak menyajikan analisis statistik inferensial, hasil ditafsirkan sebagai perubahan skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi pada peserta kegiatan, bukan sebagai bukti kausal yang dapat digeneralisasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 17 ibu hamil mengikuti evaluasi pengetahuan. Data individual menunjukkan seluruh peserta mengalami peningkatan skor setelah edukasi. Skor pre-test berada pada rentang 40–65, sedangkan skor post-test berada pada rentang 80–95. Rata-rata skor meningkat dari 53,2 menjadi 88,2, dengan rata-rata selisih sebesar 35 poin.

Tabel 1. Hasil penilaian pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah edukasi MKJP (n=17)

Kode	Pre-test	Post-test	Selisih skor	Keterangan
R1	45	85	40	Meningkat
R2	55	90	35	Meningkat
R3	50	85	35	Meningkat
R4	60	95	35	Meningkat
R5	40	80	40	Meningkat
R6	55	90	35	Meningkat
R7	50	85	35	Meningkat
R8	65	95	30	Meningkat

R9	45	80	35	Meningkat
R10	55	90	35	Meningkat
R11	60	95	35	Meningkat
R12	50	85	35	Meningkat
R13	45	80	35	Meningkat
R14	55	90	35	Meningkat
R15	60	95	35	Meningkat
R16	50	85	35	Meningkat
R17	55	90	35	Meningkat
Rata-rata	53,2	88,2	35	17/17 meningkat

Peningkatan skor terjadi pada seluruh peserta. Berdasarkan laporan kegiatan, hasil tersebut menunjukkan bahwa tujuan peningkatan pemahaman peserta mengenai MKJP tercapai dengan baik. Selain perubahan skor, kegiatan juga memfasilitasi diskusi, konsultasi individual, dan pembentukan persepsi yang lebih positif terhadap MKJP serta kesiapan untuk menentukan pilihan kontrasepsi secara sadar



Gambar 1. Dokumentasi tim dan peserta setelah pelaksanaan kegiatan.

Masalah awal yang ditemukan di lapangan adalah keterbatasan pengetahuan ibu hamil mengenai MKJP serta dominannya pemahaman terhadap metode kontrasepsi jangka pendek (Parente et al. 2025). Laporan juga mencatat adanya mitos, misalnya kekhawatiran bahwa IUD menyebabkan infertilitas atau implan dapat berpindah tempat di dalam tubuh. Setelah edukasi, seluruh peserta mengalami peningkatan skor pengetahuan. Perubahan ini menunjukkan bahwa penyampaian informasi secara terstruktur dan menggunakan media yang beragam dapat membantu peserta memahami materi MKJP (Marlia, Asmita Dahlan, and Nia Afrita Rizana 2025).

Dari sisi metode edukasi, kegiatan tidak hanya menggunakan ceramah, tetapi menggabungkan presentasi/audio-visual, leaflet, KIE, ABPK KB, diskusi, dan konseling individual. Kombinasi tersebut memungkinkan informasi disampaikan secara verbal dan visual serta memberi ruang bagi peserta untuk mengklarifikasi mitos dan menyesuaikan informasi dengan kondisi serta rencana

reproduksinya (Alami, Diniyati, and Netty 2019) Pendekatan ini sesuai dengan tujuan *informed choice* yang ditekankan dalam laporan (Nasution 2018)

Hasil kegiatan juga memperlihatkan pentingnya pemberian informasi sebelum persalinan. Laporan menempatkan masa kehamilan sebagai waktu yang tepat untuk membantu ibu memahami manfaat, efektivitas, keamanan, dan waktu penggunaan MKJP pasca salin. Dengan memperoleh informasi lebih awal, ibu memiliki kesempatan untuk berdiskusi dengan suami atau keluarga dan mempersiapkan keputusan sebelum masa nifas (Setiawati, Handayani, and Kuswardinah 2017).

Temuan kegiatan perlu dipahami secara proporsional. Peningkatan rata-rata 35 poin pada 17 peserta merupakan perubahan yang jelas pada evaluasi sebelum dan sesudah edukasi, tetapi desain kegiatan tidak memiliki kelompok pembandingan dan tidak menyajikan analisis statistik inferensial. Oleh karena itu, hasil belum dapat digunakan untuk menyimpulkan bahwa edukasi merupakan satu-satunya penyebab perubahan pengetahuan atau untuk menggeneralisasikan besarnya efek ke seluruh ibu hamil di wilayah lain (Putra, Meutia, and Yulianti 2022).

Dari aspek keberlanjutan, laporan merekomendasikan edukasi MKJP dilakukan secara berkesinambungan pada setiap kunjungan ANC dengan melibatkan suami dan keluarga. Rekomendasi tersebut penting karena keputusan kontrasepsi tidak selalu dibuat oleh ibu seorang diri Penguatan peran kader dan puskesmas, penggunaan media edukasi yang menarik dan berbasis bukti, serta pemantauan pemanfaatan MKJP pasca salin dapat menjadi langkah lanjutan untuk menghubungkan peningkatan pengetahuan dengan perilaku penggunaan kontrasepsi (Mujahadatuljannah et al. 2023).

Optimalisasi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) Pasca Salin melalui Edukasi Antenatal” menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan selama masa kehamilan merupakan salah satu strategi penting dalam meningkatkan kesiapan ibu untuk menentukan metode kontrasepsi setelah persalinan. Masa antenatal merupakan periode yang tepat untuk memberikan informasi mengenai keluarga berencana karena ibu masih memiliki kesempatan untuk mempertimbangkan pilihan kontrasepsi secara lebih matang sebelum menghadapi masa persalinan dan nifas (Jasa, Listiana, and Risneni 2021).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi seseorang dalam menentukan pilihan kontrasepsi. Kurangnya pengetahuan sering kali berkaitan dengan munculnya kekhawatiran terhadap efek samping, kesalahpahaman mengenai kesuburan setelah penggunaan kontrasepsi, serta persepsi bahwa metode kontrasepsi jangka panjang sulit dihentikan (Safitri et al. 2025). WHO menegaskan bahwa pemilihan metode kontrasepsi perlu mempertimbangkan kondisi kesehatan, kebutuhan, preferensi, serta konseling dari tenaga kesehatan. Implant dan intrauterine device (IUD) termasuk metode

yang memiliki efektivitas tinggi dan memberikan perlindungan dalam jangka panjang (Kurnia 2022).

Pemberian edukasi MKJP sejak masa antenatal juga memiliki nilai strategis karena keputusan kontrasepsi pasca salin idealnya tidak baru dibicarakan setelah ibu melahirkan. Konseling yang diberikan sejak kehamilan memberikan waktu yang cukup bagi ibu dan pasangan untuk mempertimbangkan pilihan kontrasepsi, mendiskusikan manfaat dan kemungkinan efek samping, serta menyesuaikan pilihan dengan kondisi kesehatan dan rencana reproduksi keluarga (Fakhriyah et al. 2024). WHO dalam panduan Scaling up postpregnancy family planning menempatkan pelayanan keluarga berencana pascakehamilan sebagai bagian penting dari pelayanan kesehatan ibu dan mendorong integrasi informasi, konseling, pelayanan, serta sistem rujukan agar kebutuhan kontrasepsi perempuan dapat terpenuhi secara berkelanjutan (Lee et al. 2020).

SIMPULAN

Edukasi antenatal terstruktur mengenai MKJP pasca salin di RW 05 Kelurahan Sukarindik dapat digunakan sebagai strategi promotif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil sebelum persalinan. Pada 17 peserta kegiatan, seluruh peserta mengalami peningkatan skor pengetahuan, dengan rata-rata skor meningkat dari 53,2 menjadi 88,2 dan rata-rata selisih 35 poin. Kegiatan juga menyediakan ruang diskusi dan konseling untuk mendukung informed choice. Keberlanjutan program disarankan melalui integrasi edukasi MKJP dalam kunjungan ANC, pelibatan suami dan keluarga, penguatan peran kader, serta pemantauan tindak lanjut penggunaan MKJP pasca salin.

DAFTAR PUSTAKA

- Alami, Triarsy, Diniyati Diniyati, and Indarmien Netty. 2019. Hubungan Persepsi Akseptor KB dengan Pemilihan MKJP di Kelurahan Tahtul Yaman Kota Jambi Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)* 14(2). doi: 10.36911/pannmed.v14i2.539.
- Fakhriyah, Fakhriyah, Siti Wasilah, Meitria Syahadatina Noor, Andini Octaviana Putri, Diva Dhiya Ulhaq, and Theodolita Salsabila. 2024. Edukasi Persiapan Keluarga Berencana Metode Kontrasepsi Jangka Panjang pada Ibu Hamil Trimester III. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)* 8(1). doi: 10.31764/jmm.v8i1.20132.
- Jasa, Novi Eniastina, Akma Listiana, and Risneni Risneni. 2021. Paritas, Pekerjaan dan Pendidikan Berhubungan dengan Pemilihan Alat Kontrasepsi MKJP pada Akseptor KB. *Jurnal Kebidanan Malahayati* 7(4). doi: 10.33024/jkm.v7i4.5243.
- Kurnia, Rohmatin. 2022. Buku Ajar Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi. *Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia*.
- Lee, Yu Qi, Jason Loh, Rebekah Su Ern Ang, and Mary Foong Fong Chong. 2020. Tracking of Maternal Diet from Pregnancy to Postpregnancy: A Systematic

Review of Observational Studies. *Current Developments in Nutrition* 4(8).

- Marlia, Sri, Asmita Dahlan, and Nia Afrita Rizana. 2025. Pengambilan Keputusan Kontrasepsi pada Ibu Menyusui: Kajian Kualitatif Tentang Persepsi dan Pengalaman. *HEALTH CARE: JURNAL KESEHATAN* 14(1). doi: 10.36763/healthcare.v14i1.600.
- Mujahadatuljannah, Mujahadatuljannah, Indriani Indriani, and Rabiattunnisa Rabiattunnisa. 2023. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) Pada Pasangan Usia Subur di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Surya Medika* 9(3). doi: 10.33084/jsm.v9i3.6481.
- Nasution. 2018. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penggunaan MKJP Dienam Wilayah Indonesia. *Jurnal Prodi Teknologi Pendidikan* 7(3).
- Parente, Rui, Ana Cláudia Paiva-Santos, Célia Cabral, and Gustavo Costa. 2025. Comprehensive Review of *Urtica Dioica* L. (Urticaceae) Phytochemistry and Anti-Inflammatory Properties. *Phytochemistry Reviews* 24(2). doi: 10.1007/s11101-024-09980-6.
- Puskesmas UPTD Sukalaksana, Kota Tasikmalaya. 2025. Data Pencapaian Target Pelayanan Keluarga Berencana Tahun 2025. Retrieved July 10, 2026 (https://www.google.com/search?q=laporan+pencapaian+KB+puskesmas+UPTD+Puskesmas+Sukalaksana&rlz=1C1CHBF_enID1102ID1102&oq=laporan+pencapaian+KB+puskesmas+UPTD+Puskesmas+Sukalaksana&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUyBggAEEUYOdIBcJlyMDY0ajBqMTWoAgiwAgHxBTqisljtmsEb&source).
- Puspita Sari, Nila, Ikhtiyaruddin Ikhtiyaruddin, and Agus Alamsyah. 2024. Determinan Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) pada Pasangan Usia Subur (PUS) Dimasa New Normal di Kabupaten Indragiri Hilir. *Jurnal Kesehatan Komunitas* 9(3). doi: 10.25311/keskom.vol9.iss3.1377.
- Putra, Arif Maulana, Inta Fitri Meutia, and Devi Yulianti. 2022. Pengendalian Strategi Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) (Studi Pada Balai Penyuluh Keluarga Berencana Kecamatan Natar). *Administrativa: Jurnal Birokrasi, Kebijakan Dan Pelayanan Publik* 4(1). doi: 10.23960/administrativa.v4i1.123.
- Safitri, Yati Isnaini, Siska Nurul Abidah, Esty Puji Rahayu, Lailatul Khusnul Rizki, and Asmaul Lutfauziah. 2025. Strategi Pendidikan Kesehatan untuk Wanita Usia Subur dalam Meningkatkan Pengetahuan MKJP: Kolaborasi Kebidanan dan Edukasi di Perkotaan. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan* 2(3).
- Sari, Eminur Itri. 2016. Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Rendahnya Minat Ibu terhadap Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang di BPS Sri Romdhati Semin Gunung Kidul. *Naskah Publikasi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*.
- Setiawati, Erna, Oktia Woro Kasmini Handayani, and Asih Kuswardinah. 2017. Pemilihan Kontrasepsi Berdasarkan Efek Samping pada Dua Kelompok Usia Reproduksi. *Unnes Journal of Public Health* 6(3). doi: 10.15294/ujph.v6i3.11543.