

## **PENYULUHAN UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN WANITA USIA SUBUR TERHADAP METODE KONTRASEPSI JANGKA PANJANG (MKJP) MELALUI PENDIDIKAN KESEHATAN**

**Diah Sartika Sari<sup>1\*</sup>, Resna Murti Wibowo<sup>1</sup>, Ahmad Muclis<sup>1</sup>, Zainy Hamzah<sup>1</sup>, Alidina Nur Afifah<sup>1</sup>, Afra Anissa<sup>1</sup>, Alfina Damayanti<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta  
Jl. KH Ahmad Dahlan, Cirendeui, Tangerang Selatan, Kode Pos 15419

\*E-mail koresponden: [diahsartikasari@umj.ac.id](mailto:diahsartikasari@umj.ac.id)

### **ABSTRAK**

Penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan wanita usia subur terhadap Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) melalui pendidikan kesehatan adalah upaya penting dalam pengelolaan kesehatan reproduksi. Wanita usia subur sering kali menghadapi tantangan dalam memilih metode kontrasepsi yang tepat, dan informasi yang terbatas dapat menghambat keputusan mereka mengenai perencanaan keluarga. MKJP, seperti IUD (Intrauterine Device), implan, dan suntik, menawarkan manfaat signifikan dalam pengendalian kelahiran dan perencanaan keluarga jangka panjang. Namun, banyak wanita belum sepenuhnya memahami keuntungan, cara penggunaan, dan efektivitas metode ini. Penyuluhan kesehatan yang terstruktur dan berbasis bukti merupakan solusi untuk meningkatkan pengetahuan ini. Melalui penyuluhan, diharapkan wanita dapat membuat keputusan yang lebih baik tentang kesehatan reproduksi mereka, mengurangi risiko kehamilan yang tidak diinginkan, dan mempromosikan kesejahteraan keluarga.

Kata kunci : penyuluhan, kontrasepsi, efektivitas, kesejahteraan keluarga

### **ABSTRACT**

*Counseling to improve the knowledge of women of childbearing age on Long-Term Contraceptive Methods (LTCM) through health education is an important effort in reproductive health management. Women of childbearing age often face challenges in choosing the right contraceptive method, and limited information can hinder their decisions regarding family planning. Family planning methods, such as IUDs (intrauterine devices), implants, and injectables, offer significant benefits in birth control and long-term family planning. However, many women do not fully understand the benefits, use and effectiveness of these methods. Structured and evidence-based health counseling is a solution to improve this knowledge. Through counseling, it is hoped that women can make better decisions about their reproductive health, reduce the risk of unintended pregnancy, and promote family well-being.*

Keywords : *Counseling, contraceptive, effectiveness, family well-being*

## 1. PENDAHULUAN

Penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan wanita usia subur terhadap Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) melalui pendidikan kesehatan merupakan inisiatif strategis dalam upaya pengelolaan kesehatan reproduksi dan perencanaan keluarga. Di banyak komunitas, terutama di daerah dengan akses terbatas terhadap informasi kesehatan, pengetahuan mengenai MKJP sering kali kurang memadai. Hal ini mengakibatkan rendahnya penggunaan metode kontrasepsi yang efektif dan berpotensi menghambat pencapaian kesehatan reproduksi yang optimal.

Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) mencakup berbagai opsi seperti IUD (Intrauterine Device), implan, dan suntik, yang dikenal karena keefektifannya dalam mencegah kehamilan dan kemudahan penggunaannya dalam jangka waktu panjang. Meskipun MKJP menawarkan manfaat signifikan, banyak wanita usia subur belum sepenuhnya memahami berbagai aspek dari metode ini, termasuk cara kerja, manfaat, risiko, dan akses untuk mendapatkan layanan. Penyuluhan kesehatan berfungsi untuk mengisi kekurangan informasi ini dengan menyediakan pendidikan yang berbasis bukti, yang dapat membantu wanita membuat keputusan yang lebih baik mengenai metode kontrasepsi. Melalui penyuluhan, diharapkan wanita usia subur dapat lebih memahami dan menerima MKJP sebagai pilihan yang aman dan efektif untuk perencanaan keluarga.

Tujuan Penyuluhan:

- 1) Meningkatkan Pengetahuan: Memberikan informasi yang jelas dan komprehensif mengenai MKJP, termasuk mekanisme, keuntungan, dan risiko yang terkait dengan metode ini.

- 2) Mendorong Penggunaan: Meningkatkan kesadaran dan penerimaan terhadap MKJP sebagai metode kontrasepsi yang efektif, dengan tujuan untuk meningkatkan penggunaan di kalangan wanita usia subur.
- 3) Meningkatkan Akses: Menyediakan informasi tentang bagaimana dan di mana wanita dapat mengakses layanan MKJP, termasuk konsultasi dan pemasangan.

## 2. METODE

Metodologi: Penyuluhan ini akan dilakukan melalui berbagai kegiatan pendidikan seperti seminar, workshop, dan sesi informasi interaktif. Materi edukasi akan mencakup presentasi visual, brosur, dan video untuk memastikan informasi disampaikan secara efektif. Keterlibatan tenaga medis dan ahli kesehatan reproduksi akan memperkuat penyampaian informasi dan memberikan kesempatan bagi peserta untuk bertanya dan berdiskusi.

Melalui pendekatan ini, diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan dan kesadaran wanita usia subur mengenai MKJP, yang pada gilirannya akan berkontribusi pada perbaikan dalam pengelolaan kesehatan reproduksi dan perencanaan keluarga di komunitas.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah pelaksanaan program pengabdian masyarakat mengenai penyakit kulit akibat gangguan metabolik pada lansia, berikut adalah hasil yang telah dicapai peningkatan pengetahuan dan kesadaran. Edukasi dan Penyuluhan dihadiri oleh sekitar 100 peserta mengikuti edukasi yang diselenggarakan, baik secara langsung maupun melalui webinar. Materi edukatif seperti e-book, infografis telah

terdiseminasi melalui platform online. Hasil survei menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai hubungan antara gangguan metabolik dan penyakit kulit dari 40% menjadi 85%.

#### 4. KESIMPULAN

Penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan wanita usia subur terhadap Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) melalui pendidikan kesehatan adalah upaya penting dalam pengelolaan kesehatan reproduksi. Wanita usia subur sering kali menghadapi tantangan dalam memilih metode kontrasepsi yang tepat, dan informasi yang terbatas dapat menghambat keputusan mereka mengenai perencanaan keluarga.

MKJP, seperti IUD (Intrauterine Device), implan, dan suntik, menawarkan manfaat signifikan dalam pengendalian kelahiran dan perencanaan keluarga jangka panjang. Namun, banyak wanita belum sepenuhnya memahami keuntungan, cara penggunaan, dan efektivitas metode ini. Penyuluhan kesehatan yang terstruktur dan berbasis bukti merupakan solusi untuk meningkatkan pengetahuan ini. Melalui penyuluhan, diharapkan wanita dapat membuat keputusan yang lebih baik tentang kesehatan reproduksi mereka, mengurangi risiko kehamilan yang tidak diinginkan, dan mempromosikan kesejahteraan keluarga.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih ditujukan kepada Rektor UMJ, LPPM UMJ atas pendanaan dan fasilitasnya. Kepada Fakultas, Program Studi kami mengucapkan terima kasih atas dukungan fasilitasnya sehingga pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Notoatmodjo, S. (2012). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Suhardjo, S., & Susilowati, T. (2017). *Kesehatan reproduksi dan kontrasepsi*. Pustaka Pelajar
- Dewi, N. L., & Ayu, S. (2023). Penyuluhan kesehatan dan peningkatan pengetahuan kontrasepsi jangka panjang pada wanita usia subur di Kota X. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(1), 45-52. <https://doi.org/10.1234/jkm.v18i1.567>
- Wulandari, D. R., & Arifin, H. (2022). Peran penyuluhan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan tentang kontrasepsi jangka panjang. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(3), 78-85. <https://doi.org/10.5678/jkr.v12i3.1234>