

Edukasi Kesehatan: Kontrasepsi Pada Pasangan Usia Subur (PUS)

Nani Aisyiyah, Dewi Nawang Sari, Lina Herlina, Sri Siswani, Della Eriana Ekaputri,
Ari Waluyo, Ismail Sangadji
Universitas Respati Indonesia
Email: nacha_agni@yahoo.com

Abstrak

Penggunaan kontrasepsi pada pasangan usia subur (PUS) merupakan upaya penting dalam mengatur jarak dan jumlah kelahiran, namun masih banyak PUS yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai jenis, efektivitas, serta efek samping kontrasepsi. Kondisi ini menyebabkan sebagian besar PUS tetap menggunakan kontrasepsi hormonal dalam jangka panjang meskipun mengalami keluhan seperti peningkatan berat badan, gangguan haid, nyeri kepala, perubahan libido, dan peningkatan tekanan darah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman PUS mengenai kontrasepsi hormonal dan non-hormonal melalui kegiatan edukasi kesehatan. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dengan penyampaian materi menggunakan media power point dan diskusi interaktif. Sasaran kegiatan adalah pasangan usia subur di wilayah RT 01 RW 04 Kelurahan Bambu Apus Kecamatan Cipayung Jakarta Timur dengan jumlah peserta sebanyak 18 wanita usia subur. Hasil kegiatan menunjukkan peserta sangat antusias mengikuti edukasi, aktif dalam sesi tanya jawab, serta mengalami peningkatan pengetahuan mengenai jenis kontrasepsi, efek samping, dan penanganannya. Edukasi kesehatan kontrasepsi diharapkan dapat membantu PUS dalam memilih metode kontrasepsi yang sesuai, mengurangi efek samping, serta meningkatkan derajat kesehatan reproduksi.

Kata kunci: kontrasepsi, edukasi kesehatan, pasangan usia subur

Abstract

The use of contraception among couples of reproductive age is an important effort to regulate birth spacing and the number of children; however, many couples still have limited knowledge regarding the types, effectiveness, and side effects of contraceptive methods. This condition causes most couples to continue using hormonal contraception for long periods despite experiencing complaints such as weight gain, menstrual disorders, headaches, changes in libido, and increased blood pressure. This community service activity aimed to improve the knowledge and understanding of couples of reproductive age regarding hormonal and non-hormonal contraception through health education activities. The method used was counseling by delivering educational materials using PowerPoint media and interactive discussions. The target participants were couples of reproductive age in RT 01 RW 04, Bambu Apus Subdistrict, Cipayung District, East Jakarta, with a total of 18 women of reproductive age. The results showed that participants were very enthusiastic in attending the education sessions, actively participated in question-and-answer discussions, and experienced an increase in knowledge regarding types of contraception, side effects, and their management. Contraceptive health education is expected to assist couples of reproductive age in choosing appropriate contraceptive methods, reducing side effects, and improving reproductive health status.

Keywords: contraception, health education, couples of reproductive age

PENDAHULUAN

Keluarga berencana merupakan suatu usaha untuk meningkatkan kepedulian dan peran dari masyarakat setelah perkawinan, untuk mengatur jarak dan jumlah kelahiran, dan untuk melakukan pembinaan peningkatan kesejahteraan keluarga yang sejahtera. Azinar dalam (Rokhimah et al., 2017). Keluarga berencana menurut Who Expert Comite merupakan suatu tindakan yang dilakukan untuk membatu individu (wanita) atau pasangan usia subur mencegah atau menghindarkan kelahiran yang tidak diinginkan dan mendapatkan kelahiran yang benar benar diinginkan atau bisanya juga digunakan untuk mengatur dan mengontrol jarak kelahiran. dan menentukan jumlah anak (Wandira, 2020).

Data World Health Organization (WHO) menunjukkan persentase penggunaan alat kontrasepsi terdiri dari peserta baru terhadap Pasangan Usia Subur (PUS) di Indonesia (2015) sebesar 13,46%. Dimana aseptor KB suntik sebesar 47,54%, KB Pil sebesar 23,58%, IUD 11,07%, Implant 10,46%. kondom 3,15 %, Metode Operasi Wanita (MOW) 3,52%, dan Metode Operasi Pria (MOP) 0,69%. Data Dinas Peningkatan Perlindungan Anak dan Pengendalian Kependudukan (DPPAPP), jumlah aseptor aktif KB di DKI Jakarta meningkat sebesar 2,06%. Jumlah keluarga berencana aktif pada April 2019 sebanyak 1.463.483 pasangan usia subur (PUS) dengan sebagian besar adalah penerima kontrasepsi suntik 36,04% (Hidayati, R., & Nugroho, A, 2019).

Dari data tersebut didapatkan alat kontrasepsi yang paling dipilih oleh aseptor KB adalah kontrasepsi jenis hormonal yaitu KB suntik. Dimana jenis kontrasepsi suntik merupakan metode kontrasepsi menggunakan hormon yang ada pada wanita yaitu hormon esterogen dan progesteron. Metode KB suntik ini diberikan melalui injeksi intramuskuler (IM). KB suntik terbagi 2 jenis yaitu KB suntik Kombinasi (esterogen dan progesteron) yang diberikan per 1 bulan dan KB suntik Progesteron yang diberikan per 3 bulan. Metode KB suntik ini menjadi pilihan aseptor dikarenakan lebih efisien, praktis dan harganya relatif murah dan aman (BKKBN, 2017).

Kontrasepsi hormonal memiliki banyak efek samping. Efek samping ini dikategorikan sebagai ringan, sedang, dan berat berdasarkan dampaknya terhadap kualitas hidup pengguna. Secara umum, efek samping kontrasepsi hormonal dijelaskan oleh efek hormonalnya pada sistem metabolisme dan kardiovaskular. Secara metabolik, sebagian besar efek samping disebabkan oleh perubahan hormon yang mempengaruhi sistem endokrin. Efek samping yang umum terjadi pada wanita yang menggunakan metode hormonal adalah efek samping ringan. Beberapa efek samping kemungkinan akan terjadi dari penggunaan kontrasepsi hormonal, antara lain penambahan berat badan, dapat pusat kendali nafsu makan, merangsang hipotalamus, menyebabkan peningkatan

Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat (PAMAS)

nafsu makan. Efek samping lain seperti gangguan menstruasi, pusing, mual dan sakit kepala juga disebabkan oleh perubahan hormonal yang disebabkan oleh induksi hormon pada akseptor, ketidakaturan siklus menstruasi, metrorrhagia, menorhagia, mual, sakit kepala, nyeri payudara, kenaikan berat badan, perubahan suasana hati, perubahan libido, jerawat, palpitasi, rambut rontok, hipertensi. (Hariati, 2020)

Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 pasangan usia subur (PUS) yang tinggal di Wilayah Bambu Apus Kecamatan Cipayung Jakarta Timur pada Januari 2024 didapatkan 6 responden akseptor kontrasepsi suntik dengan lama penggunaan lebih dari 5 tahun, 2 orang akseptor kontrasepsi pil lebih dari 6 tahun, 2 orang masing-masing akseptor kontrasepsi implant dan IUD dengan lama penggunaan sekitar 3-4 tahun dan sisanya akseptor kontrasepsi kondom. Dari 6 orang akseptor kontrasepsi suntik terdapat 5 akseptor mengeluh terjadi peningkatan berat badan yang signifikan, nyeri kepala, perubahan libido dan terjadi peningkatan tekanan darah, tetapi kontrasepsi suntik tetap digunakan dengan alasan sangat takut untuk hamil dan takut menggunakan kontrasepsi non hormonal seperti IUD.

Berdasarkan uraian diatas maka diperlukannya edukasi kesehatan mengenai kontrasepsi pada pasangan usia subur (PUS) untuk meningkatkan pengetahuan dan menurunkan efek samping dari penggunaan kontrasepsi.

METODE

Metode dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukasi kesehatan melalui penyuluhan tentang Edukasi Kesehatan : Kontrasepsi Pada Pasangan Usia Subur (PUS). Kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan ketua RT dan kader kesehatan setempat, identifikasi permasalahan mitra melalui wawancara awal dengan pasangan usia subur (PUS), serta penyusunan materi edukasi terkait kontrasepsi hormonal dan non-hormonal.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam bentuk penyuluhan tatap muka dengan metode ceramah dan diskusi interaktif. Materi disampaikan menggunakan media power point, dilengkapi dengan tanya jawab untuk meningkatkan pemahaman peserta. Sasaran kegiatan adalah 18 wanita usia subur di wilayah RT 01 RW 04 Kelurahan Bambu Apus Kecamatan Cipayung Jakarta Timur.

Langkah Pelaksanaan Kegiatan PKM

1. Persiapan Kegiatan

- Koordinasi dengan Ketua RT, kader kesehatan, dan pihak terkait.

Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat (PAMAS)

- Identifikasi masalah dan kebutuhan peserta melalui wawancara awal dengan PUS.
- Penyusunan materi edukasi kontrasepsi hormonal dan non-hormonal.
- Persiapan media pembelajaran (PowerPoint, bahan cetak) dan lokasi kegiatan.

2. Pelaksanaan Penyuluhan

- Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 3 Mei 2025, pukul 10.00–12.00 WIB, di kediaman warga RT 01 RW 04 Kelurahan Bambu Apus.
- Pembukaan oleh tokoh masyarakat untuk membangun suasana partisipatif.
- Penyampaian materi edukasi melalui ceramah dan media PowerPoint.
- Diskusi interaktif dan sesi tanya jawab mengenai jenis kontrasepsi, efek samping, kepatuhan penggunaan pil KB, kontrasepsi darurat, dan IUD.

3. Evaluasi dan Penutup

- Observasi keaktifan dan antusiasme peserta.
- Wawancara singkat untuk menilai perubahan pengetahuan dan sikap peserta.
- Penutupan kegiatan dengan pesan kesehatan dan rekomendasi untuk berkonsultasi lebih lanjut dengan tenaga kesehatan.

Pengukuran hasil pengabdian dilakukan secara deskriptif dan kualitatif. Alat ukur yang digunakan meliputi:

1. Observasi langsung, untuk menilai keaktifan dan antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung.
2. Sesi tanya jawab dan diskusi, untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta mengenai jenis kontrasepsi, efek samping, serta penanganannya.
3. Wawancara singkat setelah kegiatan, untuk mengetahui perubahan sikap peserta terhadap pemilihan dan penggunaan kontrasepsi.

Tingkat ketercapaian keberhasilan kegiatan dinilai dari adanya perubahan sikap dan pengetahuan peserta, yang ditunjukkan melalui meningkatnya pemahaman tentang pilihan kontrasepsi yang aman dan sesuai, serta meningkatnya kesadaran untuk mempertimbangkan efek samping kontrasepsi yang digunakan. Dari sisi sosial budaya, kegiatan ini mendorong keterbukaan peserta dalam berdiskusi mengenai kesehatan reproduksi yang sebelumnya dianggap tabu. Secara tidak langsung, peningkatan pengetahuan diharapkan dapat berdampak pada aspek ekonomi dengan mengurangi biaya kesehatan akibat efek samping penggunaan kontrasepsi jangka panjang yang tidak sesuai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan Edukasi Kesehatan: Kontrasepsi pada Pasangan Usia Subur (PUS) berlangsung dengan baik dan sesuai rencana. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 3 Mei 2025 pukul 10.00–12.00 WIB bertempat di wilayah kerja RT 01 RW 04 Kelurahan Bambu Apus Kecamatan Cipayung Jakarta Timur. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 18 wanita usia subur (WUS). Kegiatan ini juga dihadiri oleh tokoh masyarakat, yaitu Ketua RT, ketua kader kesehatan, Kepala LPPM, serta perwakilan profesi bidan.

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, terlihat dari kehadiran peserta sejak awal hingga akhir kegiatan serta keaktifan dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Peserta menyampaikan berbagai pertanyaan yang berkaitan dengan penggunaan kontrasepsi, khususnya mengenai efek samping kontrasepsi hormonal, keamanan kontrasepsi darurat, kepatuhan penggunaan pil KB, serta kekhawatiran terhadap penggunaan kontrasepsi non-hormonal seperti IUD.

Kegiatan penyuluhan Edukasi Kesehatan mengenai kontrasepsi pada pasangan usia subur (PUS) di RT 01 RW 04 Kelurahan Bambu Apus menunjukkan efektivitas pendekatan edukasi langsung dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesiapan peserta dalam pengambilan keputusan terkait kontrasepsi. Peserta terlihat antusias sejak awal hingga akhir kegiatan, aktif dalam sesi tanya jawab, dan mampu mengajukan pertanyaan kritis mengenai efek samping kontrasepsi hormonal, kepatuhan penggunaan pil KB, keamanan kontrasepsi darurat, serta metode non-hormonal seperti IUD.

Hasil ini sesuai dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis partisipatif dapat meningkatkan pemahaman peserta tentang kontrasepsi, termasuk risiko dan manfaatnya (Sagita, n.d.; Mukanga, 2023). Misalnya, peserta menjadi lebih memahami efek samping kontrasepsi hormonal seperti mual, perubahan mood, nyeri payudara, dan peningkatan berat badan, sehingga mereka lebih siap dalam menyesuaikan diri dengan efek-efek ini atau berkonsultasi lebih lanjut dengan tenaga kesehatan. Pemahaman ini sangat penting karena pengetahuan yang memadai tentang efek samping kontrasepsi dapat meningkatkan kepatuhan penggunaan metode KB (Monayo, 2020; Hariati, 2020).

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga berdampak pada **kesadaran dan sikap peserta**. Diskusi interaktif membuat peserta lebih terbuka terhadap penggunaan kontrasepsi, dan beberapa peserta menyatakan kesiapan untuk melakukan konsultasi lanjutan dengan bidan atau puskesmas terkait metode kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi mereka. Hal ini menegaskan teori bahwa edukasi kesehatan yang melibatkan masyarakat dan tokoh lokal dapat memfasilitasi

perubahan sikap positif serta pengambilan keputusan yang lebih rasional dalam perencanaan keluarga (WHO, 2021).

Keterlibatan tokoh masyarakat, ketua RT, kader kesehatan, dan bidan sebagai fasilitator juga memberikan **legitimasi sosial** terhadap kegiatan. Pendekatan ini memperkuat motivasi peserta untuk berpartisipasi aktif dan menambah kepercayaan terhadap informasi yang diberikan, sejalan dengan prinsip health promotion bahwa penguatan dukungan sosial meningkatkan efektivitas intervensi kesehatan (Nutbeam, 2018).

Lebih jauh, kegiatan PKM ini menekankan pentingnya memperluas partisipasi, termasuk melibatkan suami dari peserta WUS dan warga dari RT lain. Melibatkan pasangan suami-istri dapat meningkatkan keputusan bersama mengenai penggunaan kontrasepsi, sehingga meningkatkan efektivitas program KB. Sedangkan keterlibatan warga dari RT lain dapat memperluas cakupan edukasi kesehatan reproduksi dan memaksimalkan dampak program pada masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan ini membuktikan bahwa **pendekatan penyuluhan interaktif berbasis komunitas** efektif dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan sikap positif peserta terhadap kontrasepsi pada PUS. Peningkatan pemahaman ini diharapkan berkontribusi pada perencanaan keluarga yang lebih tepat, pengurangan risiko kesehatan reproduksi, dan kepatuhan yang lebih baik terhadap metode kontrasepsi.

Berdasarkan hasil observasi dan diskusi, setelah mengikuti penyuluhan peserta menunjukkan **peningkatan pemahaman** mengenai jenis-jenis kontrasepsi, efek samping yang mungkin timbul, serta cara penanganan yang tepat. Peserta juga mulai memahami bahwa efek samping kontrasepsi bersifat individual dan tidak selalu berbahaya apabila dikelola dengan baik., **Dari 18 Peserta** yang hadir terdapat 6 pertanyaan yang disampaikan oleh peserta penyuluhan adalah sebagai berikut :

1. Pertanyaan Ny T : Apakah pil KB bias membuat berat badan naik ?

Jawab : setiap orang akan beraksi berbeda terhadap pil KB, namun memang Beberapa jenis pil KB memang bisa menyebabkan retensi cairan, yang bisa membuat berat badan sedikit naik. Namun, kenaikan berat badan yang signifikan jarang terjadi

2. Pertanyaan Ny H : Saya pengguna KB suntik 3 bulan, kadang haid menjadi tidak teratur, itu kenapa?

Jawab : KB suntik terutama yang 3 bulan memang seringkali menyebabkan perubahan pola haid, kadang membuat haid menjadi tidak teratur, kadang jarang bahkan berhenti sama sekali, hal ini merupakan efek samping penggunaan KB suntik.

3. Pertanyaan Ny E : saya pernah mendengar mengenai kontrasepsi darurat, apakah itu aman digunakan?

Jawab : Kontrasepsi darurat aman digunakan dalam keadaan darurat, seperti setelah hubungan seksual tanpa kondom atau jika kondom robek, namun kontrasepsi darurat tidak boleh digunakan sebagai metode kontrasepsi rutin.

4. Pertanyaan Ny B : saya mau ganti KB ke KB pil, tapi saya takut lupa minumnya, bagaimana jika saya lupa minum pil satu hari?

Jawab : Jika ibu lupa minum 1 pil KB, segera minum pil yang terlupa begitu ingat. Kemudian, minum pil selanjutnya pada jadwal yang biasa. Ibu mungkin perlu menggunakan kontrasepsi tambahan, seperti kondom, selama beberapa hari.

5. Pertanyaan Ny S : saya pernah mendengar kalau pake KB IUD bias pindah-pindah tempat atau bergeser, apakah itu betul?

Jawab : IUD sangat jarang bergeser, tetapi bisa terjadi. Biasanya, pergeseran terjadi pada beberapa bulan pertama setelah pemasangan. Ibu bisa memeriksa posisi IUD dengan meraba benang IUD di dalam vagina.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai kontrasepsi sangat dibutuhkan oleh pasangan usia subur. Hal ini tercermin dari banyaknya pertanyaan yang diajukan peserta, terutama terkait efek samping kontrasepsi hormonal seperti kenaikan berat badan, gangguan siklus menstruasi, dan perubahan libido. Kondisi ini sejalan dengan temuan sebelumnya bahwa kurangnya pengetahuan menyebabkan PUS tetap menggunakan kontrasepsi dalam jangka panjang meskipun mengalami keluhan.

Pertanyaan peserta mengenai kenaikan berat badan akibat pil KB menunjukkan adanya kekhawatiran yang sering dialami akseptor. Melalui edukasi yang diberikan, peserta memahami bahwa kenaikan berat badan tidak selalu terjadi dan dapat disebabkan oleh retensi cairan atau faktor lain seperti pola makan dan aktivitas fisik. Pemahaman ini penting untuk mencegah penghentian kontrasepsi secara sepihak tanpa konsultasi tenaga kesehatan.

Gangguan pola haid pada pengguna KB suntik 3 bulan juga menjadi perhatian utama peserta. Edukasi yang diberikan membantu peserta memahami bahwa perubahan menstruasi merupakan efek samping yang umum dan tidak selalu menandakan masalah kesehatan serius. Dengan demikian, peserta menjadi lebih tenang dan mampu mengambil keputusan yang tepat terkait kelanjutan penggunaan kontrasepsi.

Selain itu, diskusi mengenai kontrasepsi darurat dan IUD menunjukkan bahwa masih terdapat kesalahpahaman di masyarakat. Edukasi yang diberikan mampu meluruskan informasi bahwa kontrasepsi darurat aman bila digunakan sesuai indikasi dan bahwa IUD jarang mengalami pergeseran bila dipasang dengan benar. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan berperan penting dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi dan mengurangi mitos yang berkembang di masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini memberikan dampak positif terhadap perubahan pengetahuan dan sikap peserta. Peserta menjadi lebih terbuka dalam membahas kesehatan reproduksi, lebih percaya diri dalam memilih metode kontrasepsi, serta lebih sadar akan pentingnya berkonsultasi dengan tenaga kesehatan. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan kontrasepsi merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi pasangan usia subur.

KESIMPULAN

Penyuluhan Edukasi Kesehatan : Kontrasepsi pada pasangan usia subur (PUS) di RT 01 RW 04 Kelurahan Bambu Apus Kecamatan Cipayang Jakarta Timur di hadiri 18 WUS, kegiatan dilaksanakan di rumah warga RT 01 yaitu dikediaman ibu Sri Siswani. Peserta berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini dibuktikan dengan antusiasme peserta mengikuti kegiatan ini dari awal sampai akhir acara serta banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait tema pada kegiatan PkM ini pada sesi tanya jawab. Dengan adanya kegiatan ini peserta bertambah pengetahuannya mengenai kontrasepsi pada PUS.

Dampak kegiatan PKM terhadap peserta:

Setelah diberikan edukasi, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan mengenai metode kontrasepsi, manfaat, serta efek samping yang mungkin timbul. Beberapa dampak positif yang terlihat antara lain:

1. Peningkatan pengetahuan – Peserta mampu menjelaskan kembali jenis-jenis kontrasepsi, cara penggunaan, dan fungsinya bagi kesehatan reproduksi.
2. Kesadaran terhadap kesehatan reproduksi – Peserta lebih menyadari pentingnya penggunaan kontrasepsi secara tepat untuk merencanakan kehamilan dan mencegah risiko kesehatan.
3. Perubahan sikap positif – Peserta menunjukkan sikap lebih terbuka terhadap diskusi tentang kontrasepsi dan kesehatan reproduksi, serta menunjukkan niat untuk menerapkan informasi yang didapat.

4. Kesiapan melakukan konsultasi lebih lanjut – Beberapa peserta menyatakan akan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan di puskesmas terkait metode kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi mereka.

Dengan adanya kegiatan ini, dapat disimpulkan bahwa edukasi melalui PKM efektif dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan sikap positif peserta mengenai kontrasepsi pada PUS di lingkungan RT 01 RW 04 Kelurahan Bambu Apus.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] World Population Data Sheet.2018.World Population Datasheet: With a Special Focus on Changing Age Structures. WHO: page 18.
- [2] Hariati, A. (2020). *Gambaran efek samping kontrasepsi suntik pada akseptor KB suntik*. Jurnal JMN
- [3] Hidayati, R., & Nugroho, A. 2019. *Pengaruh konseling bidan terhadap tingkat pengetahuan dan kepatuhan aseptor KB suntik di Jakarta*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat Thamrin, 4(2), 45–52. <https://journal.thamrin.ac.id/index.php/jikmht/article/view/1922/2090>
- [4] Kementrian Kesehatan RI.2018. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.
- [5] BKKBN. 2016. Kebijakan Program Kependudukan , Keluarga Berencana , dan Pembangunan Keluarga. Jakarta: BKKBN.
- [6] BKKBN. 2018. Peserta KB Aktif Menurut Metode Kontrasepsi Per- Provinsi. Jakarta: BKKBN.
- [7] J.Maulana HD. 2013. Promosi Kesehatan. Jakarta: EGC.
- [8] Fienalia RA. 2012. Faktor - faktor yang berhubungan dengan penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang di Wilayah Kerja Puskesmas Pancoran Mas Kota Depok tahun 2011. Depok: Skripsi FKM UI.
- [9] Sudiarti E, Kurniawidjaya Lm. 2014. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Rendahnya Pemakaian Metoda Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) Pada Pasangan Usia Subur (PUS) Di Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon Tahun 2012. Jurnal Ilmu Kesehatan Diagnosis. Volume 5 Volume 3:32
- [10]Anggraini Y, Martini (2021). Pelayanan keluarga berencana. Yogyakarta: Rohima Press.
- [11]Amreini, Yunita (2022). Otonomi Reproduksi Dan Kontrasepsi. 1st ed. edited by M. Nasrudin. Pekalongan jawa tengah: PT.Nasya Expanding Mnagement.
- [12]BKKBN. (2017). Kebijakan Program Kependudukan, Keluarga Berencana, dan Pembangunan Keluarga. Jakarta: BKKBN.
- [13]BKKBN. (2019). Peserta KB Aktif Menurut Metode Kontrasepsi Per- Provinsi. Jakarta: BKKBN.
- [14]Handayani. (2017). Keluarga Berencana dan Kontrasepsi. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.

DOKUMENTASI

Rapat Persiapan



Kegiatan PkM





