

## PENYULUHAN TENTANG PENGGUNAAN METODE KONTRASEPSI JANGKA PANJANG (MKJP) PADA WANITA USIA SUBUR

Yunita Anggriani<sup>1\*</sup>, Komalasari<sup>1</sup>, Psiari Kusuma Wardani<sup>1</sup>, Maulia Isnaini<sup>1</sup>, Rika Agustina<sup>1</sup>, Mareza Yolanda Umar<sup>1</sup>, Juwita Desri Ayu<sup>1</sup>, Nopi Anggista Putri<sup>1</sup>, Elsy Juni Andri Karini<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu

---

**Article Info:**

Received: 2024-05-25

Revised: 2024-06-26

Accepted: 2024-07-16

**Keywords:**

Pelayanan Kontrasepsi

MKJP

Wanita Usia Subur

**\*Corresponding author:**

[yunitaanggriani16@gmail.com](mailto:yunitaanggriani16@gmail.com)

**ABSTRAK** Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) adalah metode kontrasepsi yang masa kerjanya lama dan memiliki efektifitas tinggi terhadap pencegahan kehamilan. Penggunaan alat kontrasepsi merupakan salah satu upaya yang efektif dalam Program Keluarga Berencana untuk mengendalikan kesuburan atau menekan pertumbuhan penduduk. Dalam pelaksanaannya diupayakan agar seluruh metode atau alat kontrasepsi yang diberikan atau ditawarkan kepada masyarakat memberikan manfaat yang optimal. Dalam memilih suatu metode, seorang wanita harus mempertimbangkan berbagai faktor, antara lain faktor kesehatan, potensi efek samping suatu metode, akibat dari kehamilan yang tidak diinginkan. Namun penggunaan kontrasepsi pada wanita pada usia muda dan tua (usia berisiko) jauh lebih rendah dibandingkan wanita pada usia 20-39 tahun (usia tidak berisiko). Peserta Keluarga Berencana (KB) yaitu Wanita Usia Subur (WUS) yang salah satunya menggunakan metode/cara kontrasepsi untuk tujuan mencegah kehamilan atau lebih dikenal dengan istilah akseptor. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Kediri Kecamatan Gading Rejo dan diikuti oleh 25 orang wanita usia subur. Metode yang digunakan dalam penyuluhan kesehatan adalah metode ceramah, diskusi dan tanya jawab dengan media lembar balik. Dapat disimpulkan dari hari penyuluhan terkait penggunaan MKJP dapat meningkatkan kesadaran dan minat para wanita usia subur untuk memilih menggunakan metode kontrasepsi jangka panjang serta memahami banyaknya manfaat dari penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang tersebut.

**ABSTRACT** Long Term Contraceptive Method (MKJP) is a contraceptive method that works for a long time and has high effectiveness in preventing pregnancy. The use of contraception is one of the effective efforts in the Family Planning Program to control fertility or suppress population growth. In its implementation, efforts are made to ensure that all contraceptive methods or devices provided or offered to the public provide optimal benefits. In choosing a method, a woman must consider various factors, including health factors, potential side effects of a method, and the consequences of unwanted pregnancy. However, contraceptive use among women at young and old ages (risk age) is much lower than for women aged 20-39 years (non-risk age). Family Planning (KB) participants are women of childbearing age (WUS), one of whom uses contraceptive methods/methods for the purpose of preventing pregnancy or better known as acceptors. This community service implementation was carried out in Kediri Village Gading Rejo District and followed by 25 women of childbearing age. The methods used in health education are lecture, discussion and question and answer methods using flip sheets. It can be concluded that the education day regarding the use of MKJP can increase awareness and interest among women of childbearing age to choose to use long-term contraceptive methods and understand the many benefits of using long-term contraceptive methods.

## **PENDAHULUAN**

Peningkatan jumlah penduduk menjadi salah satu permasalahan global yang muncul di seluruh dunia. Jumlah penduduk yang besar tanpa disertai kualitas yang memadai menimbulkan dampak yang buruk. Salah satu upaya pemerintah untuk mengatasi masalah meningkatnya jumlah penduduk ini adalah dengan program keluarga berencana (KB). Diantara salah satu program keluarga berencana yang dapat dilihat adalah dengan menggunakan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) (1).

Metode kontrasepsi yang disarankan adalah metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP). Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) merupakan metode kontrasepsi yang bertujuan untuk mencegah terjadinya kehamilan untuk jangka waktu yang lama karena memiliki fungsi yang sangat baik untuk mencegah terjadinya kehamilan (2).

Metode Keluarga Berencana Jangka Panjang (MKJP) memiliki tingkat kegagalan yang rendah, lebih aman dan hemat biaya daripada tindakan singkat kontrasepsi, dimana dapat mencegah kehamilan lebih dari satu tahun dalam satu tindakan tanpa persyaratan prosedur berulang. Wanita yang hanya terkadang aktif secara seksual dan ingin menunda kehamilan selama beberapa bulan atau beberapa tahun, lebih memilih metode jangka pendek, yang dapat mereka mulai dan hentikan sendiri, daripada IUD atau implan, keduanya memerlukan kunjungan ke penyedia layanan untuk mendapatkan dan melepas perangkat, atau metode permanen seperti sterilisasi. Pengalaman atau kesadaran akan efek samping dan ketidaknyamanan menggunakan metode kontrasepsi tertentu serta efektivitasnya dalam mencegah kehamilan berperan dalam pemilihan metode yang digunakan (3).

Salah satu diantara berbagai Upaya Penduduk Nasional dan Upaya Family Agency untuk mengurangi angka kematian ibu ialah meningkatkan penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP). MKJP lebih efektif daripada dengan metode kontrasepsi lainnya. Jika ada lebih banyak pasangan usia subur memilih menggunakan kontrasepsi MKJP, program untuk mengatasi masalah kependudukan akan terarasi. Namun hingga sekarang belum banyak PUS yang tertarik memakai metode kontrasepsi ini (MKJP) dan lebih tertarik menggunakan non MKJP. Hal ini dapat dilihat dari KB yang baru yang cenderung menggunakan suntikan daripada alat kontrasepsi lainnya. Metode kontrasepsi suntik meningkat sangat cepat sedangkan penggunaan MKJP cenderung menurun (4).

Banyak faktor yang mempengaruhi penggunaan MKJP baik dari segi program terkait ketersediaan layanan, dari segi lingkungan terkait peran orang-orang terdekat, dan media massa dalam pemberian informasi maupun dari segi masing-masing individu sebagai pengguna layanan. Penggunaan MKJP sangat dipengaruhi oleh faktor individu, karena keputusan akan menggunakan atau tidaknya jenis kontrasepsi berada pada level individu (5).

## **METODE**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 5 Januari 2024 di Desa Kediri, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringsewu. Target kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah wanita usia subur di wilayah Desa Kediri. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah dengan ceramah atau penyuluhan menggunakan media lembar balik.

## **HASIL**

Penyuluhan terkait penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) dihadiri oleh responden wanita usia subur sebanyak 25 orang. Kegiatan dilakukan dengan memaparkan materi terkait kontrasepsi jangka panjang dimulai dari pengertian, manfaat, efek samping, kelebihan dan kekurangannya dengan media lembar balik.



**Gambar 1.** Penyuluhan Tentang MKJP



**Gambar 2.** Peserta Penyuluhan Bersama Bidan Desa dan Kader

Berdasarkan tabel 1 pengetahuan responden sebelum diberikan penyuluhan didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik sebesar 16 orang (64%). Sedangkan tabel 2 pengetahuan responden sesudah diberikan penyuluhan didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik yaitu 23 orang (92%).

**Tabel 1.** Hasil Pengukuran Pengetahuan Sebelum Penyuluhan

Indikator	Frekuensi	Persentase
Baik	16 orang	64%
Cukup	9 orang	36%
Total	25 orang	100 %

**Tabel 2.** Hasil Pengukuran Pengetahuan Sesudah Penyuluhan

Indikator	Frekuensi	Persentase
Baik	23 orang	92%
Cukup	2 orang	8%
Total	25 orang	100 %

## PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini penting dilakukan guna untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam pelayanan kesehatan yang komprehensif dan bermutu. Pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (6).

Selain itu terdapat peningkatan pengetahuan dengan diadakannya edukasi, besar harapan adanya kesadaran dan perubahan Masyarakat tentang pentingnya penggunaan alat kontrasepsi, sehingga diharapkan dapat menurunkan angka kelahiran, menurunkan angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB) sehingga terwujudnya keluarga yang sehat dan berkualitas. Metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) adalah metode kontrasepsi yang paling efektif (99% efektif) dan 100 kali lebih berhasil daripada suntikan atau pil kontrasepsi kombinasi jika digunakan dengan benar pada tahun pertama, dan dengan demikian mengurangi risiko kehamilan yang tidak diinginkan hingga setengahnya (7).

Pengetahuan responden berpengaruh terhadap proses pengambilan keputusan dalam menerima suatu inovasi. Pengetahuan responden yang tinggi dapat mendeskripsikan wawasan yang lebih luas sebagai akibatnya akan memudahkan pada mendapatkan informasi baru serta pengambilan keputusan yang sesuai. Pengetahuan responden yang baik perihal hakikat program KB akan mempengaruhi mereka yang memilih metode kontrasepsi yang dipilih dan akhirnya akan dipergunakan termasuk keleluasaan, pilihan efektif kenyamanan dan keamanan serta merasakan manfaatnya yang efektif (8).

Karakteristik wanita yang dapat mempengaruhi penggunaan MKJP diantaranya umur, pendidikan dan paritas. Permintaan penggunaan alat kontrasepsi dengan umur menunjukkan hubungan yang sangat bermakna. Bertambahnya umur tentu berpeluang untuk menggunakan alat kontrasepsi akan semakin tinggi. Umur berperan sebagai faktor intrinsik, yang dapat mempengaruhi

struktur organ, fungsi, komposisi biokimiawi dan sistem hormonal pada suatu periode umur. Umur juga mempengaruhi seseorang dalam berpikir dan berperilaku (1).

Pemilihan metode kontrasepsi juga di pengaruhi dari persepsi masing-masing individu tentang efek samping dari penggunaan metode yang dipilih. Persepsi terkat efek samping dari metode kontrsepsi ialah salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap kemungkinan pola rasional beralih metode kontrasepsi. Oleh karena itu informasi tentang efek samping harus di sosialisasikan lebih dalam untuk meningkatkan rasionalitas akseptor KB dalam memilih metode kontrasepsi yang akan digunakan.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menyebutkan bahwa akseptor KB dengan pemahaman yang kuat terkait kontrasepsi cenderung setia pada metode yang sudah mereka pilih. Informasi lebih dalam ialah diperlukan tentang dasar pemikiran akseptor KB dalam memilih suatu alat kontrasepsi dan pengetahuan tentang cara penggunaan alat kontrasepsi diperlukan untuk membantu mengurangi ketakutan terhadap alat jontrasepsi tertentu (9).

Jika seorang wanita memiliki keyakinan bahwa metode yang dipilih secara efektif dapat mencegah kehamilan, peluangnya untuk memilih metode tersebut meningkat dua kali lipat. Selanjutnya, jika seorang wanita percaya suatu metode tidak mengganggu menstruasi, dia memiliki peluang dua kali lipat untuk memilih metode tersebut dibandingkan dengan wanita yang percaya bahwa metode tersebut mengganggu menstruasi. Metode yang dianggap aman untuk digunakan dalam waktu lama tanpa istirahat dikaitkan dengan peluang 1,7 kali lebih tinggi, sedangkan wanita yang pernah menggunakan metode dan merasa puas memiliki 3 kali lebih tinggi (10).

Berjalannya kegiatan ini juga mengalami kekurangan ataupun juga hambatan yangmana pada saat pelaksaan responden membawa anak sehingga pada saat penyuluhan berlangsung sebagian besar responden banyak yang tidak fokus ketika menyimak materi yang diberikan karena terganggu dengan banyaknya suara dari anak-anak yang dibawa.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman dari para responden terkait metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) setelah dilakukan penyuluhan.

## **REFERENSI**

1. Triyanto, L. (2019). Factors Affecting The Use Of Types Of Long-Term Contraceptive Methods In Married Women Of Childbearing Age In East Java Province. *The Indonesian Journal Of Public Health*, 13(2), 246. <https://doi.org/10.20473/ijph.v11i3il.2018.244-255>
2. Andini, W. S., Karyus, A., Pramudho, K., & Budiati, E. (2023). Determinan Penggunaan Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (Akdr) Oleh Akseptor Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (Mkjp). *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, 13(4), 1209–1232.

<https://doi.org/10.32583/Pskm.V13i4.1284>

3. Nations, U. (2019). *Contraceptive Use by Method 2019*. Contraceptive Use by Method 2019. <https://doi.org/10.18356/1bd58a10-en>
4. Aryati, W., Wirawan, D. N., Sari, K. A. K., & Sawitri, A. A. S. (2018). Determinants of long-acting contraceptives use among reproductive-age couples in Tanjung Karang Public Health Centre Mataram City, West Nusa Tenggara. *Public Health and Preventive Medicine Archive*, 6(1), 10. <https://doi.org/10.15562/phpma.v6i1.3>
5. Suryanti, Y. (2019). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang Wanita Usia Subur: *Journal Of Sciences and Research*, 1(1). <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v1i1.1795>
6. Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 97. Indriani Djusair, D., Ilmu Kesehatan Masyarakat, M., & Fort De Kock Bukittinggi, U. (2022). Pemilihan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (Mkjp) Program Keluarga Berencana. *Human Care Journal*, 7(2), 401–409. *Communnity Development Journal* Vol.4 No. 4 Tahun 2023, Hal. 8382-8388 P-ISSN 2721-4990| E-ISSN 2721-5008 8388
7. Hastuty M, Afifah (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku akseptor KB terhadap pemilihan MKJP di wilayah kerja Puskesmas Tambang tahun 2018. *Jurnal Doppler Universitas Pahlawan TuankuTambusai*.2(2): 1-12.
8. Rino, S., Farich, A (2015). Faktor Pemilihan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) Pada Pasangan Usia Subur (PUS) Di Wilayah Kerja Puskesmas Segala Mider Kota Bandar Lampung. *Jurnal Dunia Kesmas*. 4(3): pg. 151-156.
9. Amran, Y., Nasir, N. M., Dachlia, D., Yelda, F., Utomo, B., Ariawan, I., & Damayanti, R. (2019). Perceptions of contraception and patterns of switching contraceptive methods among family-planning acceptors in west nusa tenggara, Indonesia. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, 52(4), 258–264. <https://doi.org/10.3961/JPMPH.18.198>
10. Mumah, J. N., Casterline, J. B., Machiyama, K., Wamukoya, M., Kabiru, C. W., & Cleland, J. (2018). Method-Specific Attributes that Influence Choice of Future Contraception Among Married Women in Nairobi's Informal Settlements. *Studies in Family Planning*, 49(3), 279–292. <https://doi.org/10.1111/sifp.12070>