

Bijak Hadapi Efek Samping Sebagai Inovasi Edukasi Reproduksi WUS di Posyandu Delima

Lelly Maria Ervianti ¹, Gunarmi ², Indah Purnamasari ³

^{1, 2)} Prodi Kebidanan Program Magister Stikes Guna Bangsa Yogyakarta

³⁾ Prodi Kebidanan Program Profesi Bidan Program Profesi Stikes Guna Bangsa Yogyakarta

e-mail: lellyervianti@gmail.com

Abstrak

Kontrasepsi suntik merupakan metode KB yang paling banyak digunakan oleh Wanita Usia Subur (WUS), namun efek samping hormonal seperti perubahan siklus menstruasi, peningkatan berat badan, dan perubahan mood sering menimbulkan kekhawatiran sehingga beberapa akseptor menghentikan penggunaan tanpa konsultasi tenaga kesehatan. Minimnya informasi terstruktur di Posyandu Delima Sari menjadi latar belakang perlunya edukasi berbasis bukti untuk meningkatkan pemahaman dan mencegah miskonsepsi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan WUS mengenai efek samping KB suntik melalui penyuluhan dan distribusi buku saku. Metode dilakukan melalui ceramah interaktif, diskusi, pembagian buku saku “Buku Saku KB Suntik: Bijak Hadapi Efek Samping”, serta evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. Kegiatan dilaksanakan pada 14 November 2025 dan diikuti oleh 33 WUS. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan, dengan rata-rata skor meningkat dari 11,03 menjadi 13,33, serta meningkatnya kategori pengetahuan “baik” dari 51,5% menjadi 78,8%. Diskusi interaktif juga berhasil meluruskan sejumlah miskonsepsi yang umum ditemui terkait perubahan haid dan efek hormonal. Buku saku terbukti membantu mempertahankan pemahaman peserta setelah kegiatan. Secara keseluruhan, edukasi terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi, memperkuat sikap positif terhadap penggunaan KB suntik, serta mendukung keberlanjutan program KB di komunitas.

Kata kunci: Akseptor KB Suntik; Buku Saku; Edukasi Kesehatan; Efek Samping; Pengetahuan; Wanita Usia Subur

Abstract

Injectable contraception is one of the most widely used family planning methods among women of reproductive age; however, hormonal side effects such as menstrual cycle changes, weight gain, and mood alterations often cause anxiety, leading some users to discontinue the method without consulting health professionals. The limited availability of structured information at Posyandu Delima Sari highlights the need for evidence-based education to improve understanding and reduce misconceptions. This community service program aimed to enhance women's knowledge regarding the side effects of injectable contraception through health education and the distribution of an educational pocketbook. The intervention included interactive lectures, discussions, distribution of the “Injectable Contraception Pocketbook: Responding Wisely to Side Effects,” and knowledge assessment using pre- and post-tests. The activity was conducted on November 14, 2025, involving 33 participants. Results showed a significant improvement in knowledge, with the mean score increasing from 11.03 to 13.33, and the proportion of participants with “good” knowledge rising from 51.5% to 78.8%. Interactive discussions effectively corrected common misconceptions related to menstrual changes and hormonal effects. The pocketbook further supported the retention of information after the session. Overall, the educational intervention proved effective in increasing reproductive health literacy, strengthening positive attitudes toward injectable contraception, and supporting the continuity of family planning programs within the community.

Keywords: *Injectable Contraceptive Acceptors; Educational Pocket Book; Health Education; Side Effects; Knowledge; Women of Reproductive Age (WRA)*

PENDAHULUAN

Program Keluarga Berencana (KB) merupakan strategi nasional yang berperan penting dalam menurunkan angka kelahiran dan meningkatkan kesehatan reproduksi masyarakat. Salah satu metode KB hormonal yang paling banyak digunakan di Indonesia adalah kontrasepsi suntik Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA). Data BKKBN, (2024) menunjukkan bahwa sekitar 63% wanita usia subur (WUS) memilih metode suntik sebagai kontrasepsi utama karena efektivitasnya yang tinggi, prosedurnya sederhana, serta interval penyuntikan yang relatif panjang. Temuan tersebut sejalan dengan laporan WHO, (2025) dan CDC (2024), yang menegaskan bahwa kontrasepsi suntik termasuk metode hormonal yang aman dan efektif ketika diberikan melalui prosedur yang tepat.

Meskipun demikian, penggunaan KB suntik tidak terlepas dari keluhan efek samping yang sering menimbulkan kekhawatiran bagi akseptor. Efek samping yang paling sering dilaporkan meliputi gangguan menstruasi (amenorea, spotting, atau perdarahan tidak teratur), peningkatan berat badan, sakit kepala, serta perubahan mood (Yanti, 2023; Lemu *et al.*, 2024; Mukanga *et al.*, 2023). Sebagian besar efek samping ini bersifat ringan dan sementara, namun kurangnya edukasi dan konseling menyebabkan sebagian akseptor menghentikan pemakaian secara mandiri tanpa berkonsultasi ke tenaga kesehatan. Penelitian Tappis *et al.* (2025) menegaskan bahwa ketidakpahaman terhadap efek samping merupakan faktor utama terjadinya penghentian KB suntik, yang berpotensi meningkatkan risiko kehamilan tidak direncanakan.

Di Indonesia, beberapa penelitian menunjukkan pola yang serupa. Utami *et al.*, (2025) menemukan bahwa akseptor KB suntik yang mengalami efek samping cenderung berpindah metode atau menghentikan penggunaan dibanding akseptor kontrasepsi nonhormonal. Sementara itu, Ningsih, Misse, dan Intan (2025) melaporkan adanya hubungan signifikan antara durasi penggunaan DMPA ≥ 2 tahun dengan peningkatan berat badan, sehingga mempengaruhi keputusan akseptor dalam keberlanjutan penggunaan KB. Kondisi ini menguatkan pentingnya penyuluhan efektif bagi akseptor sejak pra-tindakan hingga pasca-tindakan.

Dalam konteks pelayanan kebidanan, konseling berkualitas merupakan salah satu komponen penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan akseptor KB. Gallo *et al.*, (2025) dan Mason and Black, (2025) menekankan bahwa edukasi komprehensif mampu meningkatkan kepuasan dan rasa aman akseptor, sekaligus mencegah penghentian pemakaian akibat miskonsepsi efek samping. Namun pada praktiknya, tidak semua fasilitas layanan kesehatan, termasuk posyandu, memiliki media atau prosedur edukasi yang memadai. Kondisi di Posyandu Delima Sari menunjukkan bahwa dari 138 Wanita Usia Subur (WUS) yang terdaftar, sekitar 40% akseptor aktif melaporkan keluhan perubahan pola haid, yaitu sekitar 55 orang. Dari jumlah tersebut, 20% akseptor (± 11 orang) diketahui menghentikan penggunaan KB suntik tanpa alasan medis yang jelas. Temuan ini sejalan dengan hasil wawancara awal bersama kader pada Oktober 2025, yang mengungkap bahwa keluhan perubahan haid merupakan salah satu faktor utama ketidakpatuhan akseptor. Selain itu, keterbatasan media edukasi di posyandu menjadi hambatan dalam penyampaian informasi yang merata kepada akseptor KB.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat terkait KB suntik sebelumnya telah dilakukan oleh beberapa peneliti maupun praktisi kesehatan, terutama dalam bentuk penyuluhan, konseling, dan pelatihan kader. Namun sebagian besar kegiatan tersebut belum berfokus pada penguatan pemahaman akseptor mengenai efek samping hormonal, padahal aspek ini sangat menentukan keberlangsungan penggunaan KB. Andriyani, (2023) dan Siregar *et al.*, (2024) menekankan bahwa keterlibatan kader dan bidan memiliki pengaruh penting terhadap peningkatan literasi kesehatan reproduksi di tingkat komunitas. Oleh sebab itu, kegiatan pengabdian berbasis edukasi yang terintegrasi dengan media cetak seperti buku saku dinilai relevan dan dibutuhkan untuk menjawab kesenjangan pengetahuan di masyarakat.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dinilai penting untuk dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan pemahaman WUS mengenai efek samping KB suntik, meluruskan miskonsepsi yang berkembang, serta menguatkan peran kader dan tenaga kesehatan dalam pendampingan akseptor. Intervensi edukatif melalui ceramah interaktif, diskusi, dan pendistribusian buku saku diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan akseptor dalam menggunakan KB suntik secara aman dan berkelanjutan.

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman Wanita Usia Subur mengenai efek samping KB suntik, meningkatkan kepatuhan

dalam penggunaan kontrasepsi, serta memperkuat dukungan kader dan tenaga kesehatan dalam pendampingan akseptor KB suntik di tingkat komunitas.

METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Delima Sari, pada Oktober 2025. Sasaran kegiatan adalah Wanita Usia Subur (WUS) akseptor kontrasepsi suntik yang sebelumnya diidentifikasi memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai efek samping metode tersebut. Pendekatan yang digunakan meliputi Pendidikan Masyarakat melalui penyuluhan dan Difusi Ipteks melalui distribusi buku saku edukatif. Pendekatan ini sesuai dengan konsep pemberdayaan kesehatan masyarakat yang menekankan peningkatan pengetahuan melalui komunikasi interpersonal dan media edukasi (Notoatmodjo 2012 dalam Jamko, et al 2024); Bakkara, 2025).

Kegiatan dilaksanakan dalam tiga tahap. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan bidan dan kader, penyusunan materi penyuluhan, pencetakan buku saku, serta penyusunan instrumen evaluasi pre-test dan post-test. Tahap pelaksanaan dilakukan melalui ceramah interaktif dan diskusi mengenai konsep kontrasepsi suntik, khususnya DMPA, mencakup mekanisme kerja, efek samping yang umum terjadi, penatalaksanaan keluhan ringan, serta pentingnya melakukan konsultasi kesehatan secara berkala. Selain itu, buku saku dibagikan sebagai media pendukung pembelajaran mandiri, sejalan dengan prinsip difusi informasi kesehatan melalui media cetak (Bakkara 2025). Tahap evaluasi menggunakan desain pre-test dan post-test dengan instrumen kuesioner ya-tidak yang memuat pernyataan favorable dan unfavorable terkait kontrasepsi suntik dan efek sampingnya untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta secara lebih komprehensif. Kegiatan dinyatakan berhasil apabila terdapat peningkatan minimal 20% pada nilai rata-rata pengetahuan peserta setelah intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) mengenai “Edukasi Efek Samping Kontrasepsi Suntik pada Wanita Usia Subur (WUS)” dilaksanakan pada 14 November 2025 di Posyandu Delima Sari, dan diikuti oleh 33 WUS. Kegiatan terdiri dari pre-test, penyuluhan, pembagian buku saku edukasi, diskusi interaktif, dan post-test sebagai evaluasi pemahaman. Secara umum, kegiatan terlaksana baik dengan tingkat partisipasi tinggi. Peserta menunjukkan antusiasme meskipun kegiatan berlangsung di lingkungan posyandu yang cukup ramai. Hal ini mengindikasikan bahwa isu mengenai efek samping KB suntik merupakan kebutuhan informasi yang penting bagi WUS.

Karakteristik Usia WUS

Kategori Usia WUS				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Usia Reproduksi Sehat (20–35 tahun)	22	66.7	66.7	66.7
Usia Tidak Reproduksi Sehat (>35–49 tahun)	11	33.3	33.3	100.0
Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Primer, 2025

Sebagian besar peserta (66,7%) berada pada kategori usia reproduktif sehat, yang menurut WHO, (2025) memiliki fungsi hormonal dan kognitif optimal sehingga lebih responsif terhadap edukasi. Peserta berusia >35 tahun tetap membutuhkan edukasi intensif karena mulai mengalami penurunan fungsi reproduksi dan peningkatan risiko efek hormonal (Susiloningtyas, Realita, Hasna, et al. 2023)

Karakteristik Pendidikan WUS

Jenjang pendidikan				
	<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Dasar	12	36,4	36,4	36,4
Menengah	15	45,5	45,5	81,8
Tinggi	6	18,2	18,2	100.0
Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Primer, 2025

Sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah (45,5%), menunjukkan bahwa mayoritas WUS memiliki kemampuan yang cukup untuk memahami informasi kesehatan dengan baik. Responden berpendidikan dasar (36,4%) tetap dapat mengikuti materi karena penyampaian dilakukan dengan bahasa sederhana, disertai gambar pendukung dan contoh nyata, sehingga proses pemahaman berjalan lebih cepat sesuai anjuran Basiroh et al. (2025). Adapun responden berpendidikan tinggi hanya 18,2%. Distribusi ini sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2012 dalam Jamko et al., 2024) bahwa tingkat pendidikan berperan penting dalam kemampuan memahami informasi kesehatan, sehingga variasi pendidikan responden perlu dipertimbangkan dalam penyusunan strategi edukasi

Pengetahuan WUS Sebelum Edukasi (Pre-Test)

Tabel Kategori Pengetahuan Pre-Test

	<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Baik (76–100 %)	17	51.5	51.5	100.0
Cukup (56–75 %)	11	33.3	33.3	48.5
Kurang (≤ 56 %)	5	15.2	15.2	15.2
Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Primer, 2025

Pada tahap awal, pengetahuan WUS didominasi kategori baik (51,5%), namun terdapat kelompok dengan pengetahuan kurang (15,2%). Variasi ini dipengaruhi latar belakang pendidikan dan paparan informasi sebelumnya. Menurut Bakkara, (2025), kondisi awal yang heterogen umum ditemukan sebelum intervensi edukasi, terutama pada populasi dengan pengalaman dan akses informasi berbeda-beda.

Pengetahuan WUS Sesudah Edukasi (Post-Test)

Tabel Kategori Pengetahuan Post-Test

	<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Baik (76–100 %)	26	78.8	78.8	100.0
Cukup (56–75 %)	7	21.2	21.2	21.2
Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Primer, 2025

Setelah edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan. Peserta yang Setelah edukasi, kategori “baik” meningkat dari 51,5% menjadi 78,8%. Menurut Bakkara, (2025), peningkatan $>20\%$ menunjukkan intervensi edukasi yang efektif.

Rerata Skor Pre-Test dan Post-Test

Deskriptif Pengetahuan Pre-Test dan Post-Test

Variabel	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pengetahuan Pre-test	11.03	1.992	6	13
Pengetahuan Post-test	13.33	1.514	11	15

Sumber: Data Primer, 2025

Skor rata-rata pengetahuan meningkat dari 11,03 menjadi 13,33. Berdasarkan Basiroh, et al, (2025), peningkatan rata-rata skor sebesar $\geq 1,5$ pada intervensi edukasi kesehatan telah memenuhi kriteria terjadinya perubahan kognitif yang signifikan. Dengan demikian, peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi mengenai KB suntik memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman peserta.

Pengurangan Miskonsepsi

Selama kegiatan edukasi masih ditemukan beberapa miskonsepsi, terutama terkait anggapan bahwa seluruh perubahan menstruasi merupakan tanda bahaya serta keyakinan bahwa kenaikan berat badan akibat KB suntik tidak dapat dikendalikan. Melalui diskusi interaktif dan penjelasan berbasis bukti, sebagian besar miskonsepsi tersebut berhasil diluruskan. Peserta memahami bahwa perubahan menstruasi seperti spotting, amenorea, dan perdarahan tidak teratur merupakan efek samping umum yang tidak berbahaya, serta memperoleh informasi mengenai penanganan keluhan ringan dan pentingnya kepatuhan jadwal suntik. Temuan ini sejalan dengan Barbara and Karlina, (2024) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan efektif dalam mengurangi miskonsepsi dan meningkatkan penerimaan terhadap kontrasepsi hormonal. Secara keseluruhan, edukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memperbaiki persepsi dan sikap peserta terhadap KB suntik.

Distribusi Buku Saku

Sebagai bagian dari kegiatan, seluruh peserta dan kader menerima “Buku Saku KB Suntik: Bijak Hadapi Efek Samping” sebagai media edukasi lanjutan. Buku saku berfungsi memperkuat pemahaman peserta setelah kegiatan selesai dan menjadi panduan praktis dalam mengenali dan menyikapi efek samping KB suntik. Distribusi ini sesuai prinsip edukasi berkelanjutan yang direkomendasikan oleh Putri *et al.*, (2024), bahwa materi cetak sederhana mampu meningkatkan retensi pengetahuan dan memberikan akses informasi yang lebih merata di tingkat keluarga.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan mengenai efek samping KB suntik pada Wanita Usia Subur (WUS) berlangsung efektif meskipun terdapat beberapa kendala teknis, seperti keterbatasan waktu dan kondisi Posyandu yang cukup ramai. Tingginya partisipasi peserta menunjukkan bahwa informasi mengenai efek samping KB suntik masih sangat dibutuhkan, terutama karena banyak WUS memiliki kekhawatiran terkait perubahan menstruasi dan efek hormonal. Temuan ini sejalan dengan Susiloningtyas *et al.*, (2023), yang menyebutkan bahwa kekhawatiran terhadap perubahan pola menstruasi merupakan salah satu alasan utama penghentian penggunaan KB suntik tanpa konsultasi dengan tenaga kesehatan.

Karakteristik Responden

Mayoritas peserta berada pada usia 20–35 tahun (66,7%), rentang usia yang dikategorikan sebagai reproductive healthy age dengan kemampuan kognitif dan hormonal yang optimal sehingga lebih responsif terhadap edukasi (Kwon and Kwon 2025). Sementara itu, peserta berusia >35 tahun (33,3%) membutuhkan edukasi lebih intensif karena peningkatan risiko efek samping hormonal serta penurunan fungsi reproduksi. Temuan ini mendukung pendapat Susiloningtyas *et al.*, (2023) bahwa perempuan usia risiko tinggi memerlukan informasi kontrasepsi yang lebih komprehensif.

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah (45,5%), menunjukkan bahwa mayoritas WUS memiliki kapasitas yang memadai untuk memahami informasi kesehatan. Kelompok berpendidikan dasar (36,4%) tetap dapat mengikuti materi karena penyampaian dilakukan dengan bahasa sederhana, gambar pendukung, dan contoh nyata sesuai rekomendasi Basiroh *et al.* (2025). Adapun responden berpendidikan tinggi (18,2%) umumnya menyerap informasi lebih cepat. Temuan ini sejalan dengan Notoatmodjo (2012 dalam Jamko *et al.*, 2024) yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan berpengaruh pada kemampuan memahami informasi kesehatan. Yunita & Iswandari (2022) juga menegaskan bahwa peserta berpendidikan menengah dan tinggi lebih responsif terhadap metode ceramah interaktif dan media visual, sementara kelompok berpendidikan rendah membutuhkan pendekatan yang lebih sederhana dan berulang. Variasi tingkat pendidikan ini menjadi pertimbangan penting dalam menentukan strategi edukasi yang efektif.

Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Pengetahuan awal peserta bervariasi, dengan kategori baik (51,5%), cukup (33,3%), dan kurang (15,2%). Heterogenitas pengetahuan ini dapat dipengaruhi oleh perbedaan pengalaman dan paparan informasi sebelumnya (Armini, *et al.*, 2020). Setelah edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan, ditunjukkan oleh naiknya kategori baik menjadi 78,8%. Peningkatan lebih dari 20% ini mencerminkan efektivitas intervensi edukasi dalam meningkatkan literasi kesehatan (Bakkara 2025).

Efektivitas Edukasi

Rerata skor pengetahuan meningkat dari 11,03 menjadi 13,33, menunjukkan adanya perubahan kognitif yang bermakna. Hal ini mendukung teori Notoatmodjo (2012 dalam Jamko, et al, 2024) bahwa edukasi kesehatan dapat memperkuat domain kognitif melalui proses penerimaan dan pengolahan informasi. Selain meningkatkan pengetahuan, edukasi juga berkontribusi pada penguatan kemampuan perempuan dalam mengambil keputusan kontrasepsi secara rasional (Basiroh, et al, 2025) serta meningkatkan kesiapan dalam memilih metode yang aman (Susiloningtyas, Realita, Hasna, et al. 2023). Secara lebih luas, Bakkara, (2025) melaporkan bahwa edukasi terstruktur mampu meningkatkan pengetahuan kontrasepsi hingga 30–45%.

Perbaikan Persepsi dan Pengurangan Miskonsepsi

Edukasi mengenai efek samping KB suntik tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga efektif meluruskan sejumlah miskonsepsi yang sebelumnya dimiliki peserta. Sebelum edukasi, beberapa WUS masih menganggap perubahan pola menstruasi sebagai tanda bahaya dan percaya bahwa peningkatan berat badan tidak dapat dikendalikan. Melalui diskusi interaktif dan penyampaian materi berbasis bukti, peserta memahami bahwa sebagian besar efek samping KB suntik bersifat fisiologis dan dapat dikelola. Hal ini sejalan dengan Barbara and Karlina (2024) yang menegaskan bahwa edukasi kesehatan mampu menurunkan miskonsepsi serta meningkatkan penerimaan terhadap kontrasepsi hormonal. Antusiasme peserta menunjukkan tingginya kebutuhan informasi, terutama terkait perubahan menstruasi dan efek hormonal. Temuan ini mendukung Susiloningtyas et al. (2023), bahwa kekhawatiran terhadap efek hormonal merupakan penyebab umum penghentian KB suntik tanpa konsultasi dengan tenaga Kesehatan.

Peran Media Edukasi (Buku Saku)

Distribusi “Buku Saku KB Suntik: Bijak Hadapi Efek Samping” membantu memperkuat retensi pengetahuan peserta karena berfungsi sebagai rujukan praktis yang dapat dipelajari kembali secara mandiri. Putri et al. (2024) menyatakan bahwa media cetak sederhana efektif meningkatkan retensi informasi. Keberadaan HAKI (No. EC002025171701) juga memperkuat kredibilitas buku saku tersebut.



Gambar 1. Sesi Penyuluhan Interaktif Mengenai Efek Samping Kontrasepsi Suntik di Posyandu Delima.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa edukasi mengenai efek samping kontrasepsi suntik pada Wanita Usia Subur (WUS) terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, meluruskan miskonsepsi, dan memperkuat sikap positif terhadap penggunaan KB suntik. Peningkatan skor rata-rata dari 11,03 menjadi 13,33 serta bertambahnya kategori pengetahuan “baik” menunjukkan bahwa penyuluhan interaktif dan distribusi buku saku mampu mendorong perubahan kognitif yang signifikan. Antusiasme peserta juga mencerminkan tingginya kebutuhan informasi terkait efek samping hormonal, terutama mengingat sebagian besar peserta berada pada usia reproduktif sehat dan memiliki tingkat pendidikan menengah–tinggi yang mendukung penerimaan materi. Diskusi interaktif berhasil mengklarifikasi kekhawatiran umum terkait perubahan menstruasi dan efek hormonal, sementara buku saku berperan dalam mempertahankan pemahaman setelah kegiatan selesai. Secara keseluruhan, kegiatan ini berkontribusi pada peningkatan literasi kesehatan reproduksi, mendukung kepatuhan akseptor

terhadap penggunaan KB suntik, serta memperkuat upaya keberlanjutan program KB di tingkat komunitas.

SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya disarankan untuk menjangkau jumlah peserta yang lebih banyak serta melibatkan wilayah binaan yang lebih luas agar dampak edukasi dapat dirasakan secara lebih merata. Materi edukasi perlu terus dikembangkan dengan bahasa yang sederhana, media visual yang menarik, serta metode penyampaian interaktif agar lebih mudah dipahami oleh peserta dengan berbagai tingkat pendidikan. Selain itu, diperlukan kerja sama yang lebih intensif dengan kader kesehatan dan tenaga puskesmas agar kegiatan edukasi dapat berkelanjutan dan terintegrasi dengan program kesehatan rutin di masyarakat.

Pendekatan kualitatif seperti diskusi kelompok atau sesi tanya jawab mendalam juga dapat ditambahkan untuk menggali kebutuhan, pengalaman, serta persepsi akseptor terhadap efek samping KB suntik, sehingga materi edukasi dapat disesuaikan dengan konteks lokal. Pemantauan jangka panjang terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku peserta setelah edukasi perlu dilakukan untuk menilai keberlanjutan manfaat kegiatan serta sebagai dasar penyempurnaan program pengabdian berikutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Guna Bangsa Yogyakarta, khususnya Program Studi Kebidanan Program Magister, atas kesempatan, bimbingan, dan dukungan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Dukungan akademik dan fasilitas yang diberikan sangat membantu kelancaran kegiatan dan penyusunan laporan ini.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Bidan Koordinator, kader kesehatan, serta Wanita Usia Subur (WUS) yang telah berpartisipasi aktif, sehingga kegiatan edukasi dan pengabdian kepada masyarakat dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, Annisa. 2023. "Edukasi Kader Kesehatan Tentang Penggunaan Kontrasepsi Jangka Panjang Di Surakarta." 7(2):109–15.
- Armini, Ni Ketut Alit, Mira Triharini, and Aria Aulia Nastiti. 2020. "Empowerment of Posyandu Cadres in Promotion of Family Planning and Contraception." *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Service)* 4(1).
- Bakkara, Queen Widiyasnara. 2025. "Pengaruh Media Buku Saku Terhadap Pengetahuan." 6:5728–34.
- Barbara, Maria A. D., and Intan Karlina. 2024. "Efektivitas Sosialisasi Kontrasepsi Hormonal Dan Efek Sampingnya Pada Wanita Usia Subur Di Desa Cihajuang." *COMMUNITY: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4(2).
- Basiroh, Umi Malikhatul, Ari Yuniastuti, and Chatila Maharani. 2025. "Development of Promotional Media for Prevention of DM in Children in Indonesia: A Systematic Review *Journal of Integrated Health Research.*" 1(2):99–110.
- BKKBN. 2024. *Profil Program Keluarga Berencana Indonesia Tahun 2023/2024*. Jakarta: BKKBN.
- Centers.for.Disease.Control.and.Prevention.(CDC). 2024. "U.S. Selected Practice Recommendations for Contraceptive Use." *Morbidity and Mortality Weekly Report* 73(3).
- Dewi, Putu, Rahayu Ningsih, Chentia Misse, and Zesika Intan. 2025. "Relationship between Duration of Use of 3 Months of Injectable Contraceptives and Weight Gain in KB Acceptors at the Independent Practice of Midwife C . Yuni Anggarini." 3.
- Gallo, Maria F., Fernanda L. Schumacher, Megan Lawley, Sarah A. Keim, Amy C. Dupper, and Lisa Keder. 2025. "Potential Effect of Immediate Postpartum Use of Injectable Contraception on Lactogenesis." *Contraception* 142:110726. doi: 10.1016/j.contraception.2024.110726.
- Jamko, Mohammad Nur, Sitti Nur Djanah, and Lina Handayani. 2024. "Analisis Strategi Promosi Kesehatan Terhadap Implementasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Desa Dullah Laut Kota Tual Provinsi Maluku." 6(6):2363–85.
- Kwon, Da Hae, and Young Dae Kwon. 2025. "Patterns of Health Literacy and Influencing Factors

- Differ by Age : A Cross-Sectional Study.”
- Lemu, Yohannes Kebede, Yonas Biratu Terfa, Lensa Terefe Inkosa, Ahmed Andiye Mohammed, Geremu Bayissa Yadeta, Yidnekachew Tafesse Tulu, Desalegn Hundera Negari, Yiftusira Mamo, and Abebe Mamo. 2024. “Women ’ s Experiences on Injectable Contraceptive Preference Among Jimma Town Public Health Facilities , Southwest Ethiopia 2023 . A Phenomenological Study Design.” (February):1–12.
- Mason, Emma, and Kirsten Black. 2025. “Update on Long- and Short-Acting Contraceptive Methods.” 48(3):72–81.
- Mukanga, Bright, Natasha Mwila, Herbert Tato Nyirenda, and Victor Daka. 2023. “Perspectives on the Side Effects of Hormonal Contraceptives among Women of Reproductive Age in Kitwe District of Zambia : A Qualitative Explorative Study.” 1–8.
- Putri, Rosalin Ariefah, Gazali Rahman, Lidia Lushinta, and Heni Suryani. n.d. “Contraceptive 3 Month Injection Booklet to Increase Knowledge and Attitude of The Acceptor.”
- Siregar, R. ., Puspianani, Y. ., Yuliana Lubis, P. ., & Gusti Nova, S. 2024. “Edukasi Pendidikan Kesehatan WUS Tentang Efek Samping KB Suntik 3 Bulan Di Kampung Kaliulu.” 5(2):2709–17.
- Susiloningtyas, Is, Friska Realita, and Fira Nur Hasna. 2023. “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik 3 Bulan.” *Syntax Health Sains* 4(1).
- Susiloningtyas, Is, Friska Realita, Fira Nur Hasna, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam, Sultan Agung, and Jawa Tengah. 2023. “Mempengaruhi Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik 3.”
- Tappis, Hannah, Kanwal Qayyum, Emily Bryce, Aisha Fatima, Megan Christofield, and Huma Haider. 2025. “Injectable Contraceptive Continuation and User Experiences in Punjab , Pakistan : A Non-Randomized Prospective Cohort Study Protocol.”
- Utami, Syahrida Wahyu, Nur Cahyani, Ari Lestari, Tut Barkinah, and Rahmawati Wahyuni. 2025. “Health Provider ’ S Characteristics Associated With Side Effects Of Contraceptive Use In Indonesia.” 9:3476–82.
- WHO. 2025. “Contraception.”
- Yanti, Ariu Dewi. 2023. “Overview of Side Effects and How to Handle in 3-Month Injection Kb Accepters.” 2(3):1140–49.
- Yunita, Laurensia, and Novita Dewi Iswandari. 2022. “Pengaruh Konseling Akseptor KB Terhadap Pemilihan Alat Kontrasepsi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pemurus Dalam.” *Midwifery and Complementary Care* 1(1).