Wukes-AKDR Wujudkan Keluarga Sehat dengan AKDR

Maria Awaldina Dua Barbara[1], Intan Karlina[2], Shafiyyah Salma Nabillah[3], Anisa Nur Hidayanti[4], Regyna Dwi Rinzani[5], Tantri Intan Khoerul Anwar[6], Mulya Andini[7], Nadya Putri Fitria[8], Nazhia Fatimah Azahra[9], Neng Desvi Lutviani[10], Syifa Salma[11], Intan Oktaviany[12], Amanda Aderifa Fakhira[13], Siti Rohmah[14]

[1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14)] Program Studi Sarjana Kebidanan, Institut Kesehatan Rajawali

e-mail: shafiyyahsalmanabilla@gmail.com

Abstrak

Pertumbuhan penduduk Indonesia yang terus meningkat mendorong penguatan program Keluarga Berencana (KB) untuk menekan kehamilan tidak diinginkan serta menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). Salah satu metode kontrasepsi yang efektif dan direkomendasikan adalah Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR/IUD). Namun, pemanfaatan AKDR di masyarakat masih rendah akibat kurangnya pengetahuan, munculnya mitos negatif, dominasi penggunaan kontrasepsi jangka pendek, serta minimnya dukungan suami. Wanita Usia Subur (WUS) adalah target audiens untuk proyek layanan masyarakat ini, yang bertujuan untuk mengedukasi mereka tentang manfaat AKDR serta mendorong penggunaannya. Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif berupa ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab dengan media lembar balik dan leaflet kegiatan dilaksanakan pada 29 November 2025 dengan melibatkan 24 peserta. Hasil ditemukannya peningkatan pengetahuan peserta terkait pengertian, jenis, mekanisme kerja, manfaat, serta mitos dan fakta AKDR. Sebanyak 15 peserta menyatakan minat menggunakan IUD, dan 5 di antaranya telah melakukan pemasangan. Penyuluhan ini efektif dalam meningkatkan kesadaran serta sikap positif pada kontrasepsi jangka panjang. Temuan ini mempertegas pentingnya edukasi kesehatan reproduksi yang interaktif dan kontekstual sebagai upaya mendukung keberhasilan program KB nasional.

Kata kunci: Kontrasepsi, IUD, WUS

Abstract

The continuously increasing population growth in Indonesia has driven the strengthening of the Family Planning program to reduce unintended pregnancies and to lower the Maternal Mortality Ratio (MMR) and Infant Mortality Rate (IMR). One effective and recommended contraceptive method is the Intrauterine Device (IUD). However, IUD utilization in the community remains low due to a lack of knowledge, the emergence of negative myths, the dominance of short-term contraceptive use, and minimal husband support. Women of Childbearing Age (WUS) are the target audience for this community service project, which aims to educate them about the benefits of IUDs and encourage their use. The method used is an educational approach in the form of interactive lectures, discussions, and questions and answers using flipcharts and leaflets the study findings showed an increase in participants' knowledge regarding the definition, types, working mechanisms, benefits, and myths and facts about IUDs. A total of 15 participants expressed interest in using IUDs, and 5 of them have had them inserted. This outreach was effective in increasing awareness and positive attitudes toward long-term contraception. These findings emphasize the importance of interactive and contextual reproductive health education to support the success of the national family planning program.

***Keywords**: Contraception, IUD, WRA (Women of Reproductive Age)*

PENDAHULUAN

Dengan perkiraan tingkat pertumbuhan penduduk sebesar 1,49 persen, Indonesia, negara yang sedang berkembang, akan menjadi rumah bagi 282 juta jiwa pada tahun 2024. Karena peningkatan ini, pemerintah melakukan segala upaya untuk memperkuat program Keluarga Berencana (KB) agar masyarakat dapat memiliki kehidupan yang lebih baik dengan mengelola populasi melalui langkah-langkah seperti mengurangi jumlah kelahiran dan mengatur jarak antar kelahiran (Antara Kalsel, 2024). Dalam upaya menurunkan angka kematian ibu dan bayi akibat

kehamilan yang tidak direncanakan dan kehamilan berisiko tinggi lainnya, seperti kehamilan yang terjadi pada usia yang sangat muda, tua, kembar, atau beruntun, pemerintah Indonesia telah memprioritaskan Program Keluarga Berencana (KB) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Pelayanan kontrasepsi juga merupakan bentuk pemenuhan hak reproduksi setiap individu untuk dapat merencanakan kehamilan secara sehat dan bertanggung jawab, di mana tenaga kesehatan terutama bidan memiliki peranan penting ketika menyampaikan edukasi dan pelayanan kontrasepsi yang bermutu, aman, serta sesuai kebutuhan perempuan usia subur (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR) adalah salah satu jenis kontrasepsi yang didukung pemerintah Indonesia karena aman, efektif, dan banyak digunakan. Sebagai metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP), alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR) menghentikan proses pembuahan sebelum dimulai (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Berdasarkan jenisnya, AKDR terbagi menjadi dua, yaitu AKDR non-hormonal (Copper T) dan AKDR hormonal yang mengandung levonorgestrel. Kedua jenis AKDR memiliki efektivitas sangat tinggi, dengan tingkat keberhasilan mencapai lebih dari 99% pada tahun pertama pemakaian (Affandi et al., 2021). Selain itu, AKDR bersifat reversibel, sehingga kesuburan akan kembali normal dalam waktu singkat setelah alat dilepas (Affandi et al., 2021; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). AKDR juga tidak memengaruhi produksi maupun kualitas ASI, sehingga aman digunakan oleh perempuan usia reproduksi, termasuk ibu menyusui (Affandi et al., 2021). Pejabat pemerintah telah mengambil beberapa langkah untuk mengekang pertumbuhan penduduk dalam upaya meringankan tekanan keuangan yang semakin meningkat pada layanan publik negara dan menghindari lonjakan populasi yang lebih dahsyat (Hasanah dkk., 2022). Pemerintah telah mengambil sejumlah pendekatan, salah satunya adalah mendukung inisiatif KB (Rahayu et al., 2022).

Pada tahun 2021, sebanyak 37.338.265 individu di Indonesia aktif berpartisipasi dalam program keluarga berencana, menurut statistik yang diambil dari Data dan Informasi Kesehatan Indonesia dan Profil Kesehatan. Dengan 27.919.105 orang menggunakan metode non-MKJP (74% dari total), jumlah orang yang menggunakan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) adalah 9.419.160 (25,99%). Di antara mereka, 1.650.227 orang menggunakan implan (6,99%), 1.688.681 orang menggunakan IUD (7,15% dari total), 655.762 orang menggunakan MOW (2,78% dari total), dan 124.262 orang menggunakan MOP (0,53% dari total). Dengan 9.419.160 orang (atau 25,99%) yang menggunakan MKJP, statistik di atas menunjukkan bahwa penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang masih rendah (Safitriana et al., 2022).

Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat memperlihatkan ketika 2023 banyaknya pengguna IUD di Jawa Barat mencapai 260.984 orang. Sementara di Kota Cimahi terdapat 15.562 pengguna IUD tercatat (DinKes Jabar, 2023). Hal ini menunjukkan masih rendahnya pemanfaatan IUD di wilayah tersebut. Rekomendasi untuk pencegahan kehamilan yang tidak diinginkan dan pengurangan angka kematian ibu dan bayi baru lahir mencakup alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR), sebuah Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) yang telah terbukti aman dan efektif. Namun demikian, berdasarkan hasil komunikasi dengan kader Posyandu Teratai A, diketahui bahwa pemanfaatan AKDR di wilayah tersebut masih rendah. Permasalahan yang ditemukan meliputi tingginya rasa takut terhadap prosedur pemasangan AKDR, persepsi negatif yang muncul akibat cerita atau pengalaman kurang menyenangkan dari lingkungan, serta dominasi penggunaan KB suntik yang dianggap lebih familiar dan nyaman oleh sebagian besar ibu. Selain itu, hambatan lain berupa kurangnya dukungan dari suami turut memengaruhi keputusan ibu dalam memilih metode kontrasepsi.

Program Pengabdian kepada Masyarakat ini disusun sebagai upaya mendukung peningkatan derajat kesehatan reproduksi melalui peningkatan pemahaman dan minat masyarakat terhadap penggunaan Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR). Penyuluhan dinilai sebagai metode yang efektif untuk meluruskan informasi yang tidak tepat, memberikan pemahaman yang benar mengenai AKDR, serta menciptakan ruang dialog antara pemateri dan peserta. Dengan mempertimbangkan keterbatasan fasilitas posyandu yang tidak memiliki peralatan presentasi elektronik seperti proyektor LCD, kegiatan ini memanfaatkan lembar balik sebagai media visual utama dan leaflet sebagai media edukasi yang dapat dibawa pulang.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mempergunakan pendekatan edukatif melalui metode pendidikan masyarakat melalui penyuluhan kesehatan mengenai Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR/IUD). Metode penyuluhan dipilih karena dinilai paling sesuai dengan kebutuhan masyarakat dan kondisi sarana di Posyandu Teratai A. Penyuluhan disampaikan secara interaktif melalui ceramah, diskusi, dan sesi tanya jawab dengan dukungan media visual berupa lembar balik, yang berfokus pada pemilihan dan penerapan kontrasepsi yang sesuai. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Teratai A, Jl. Cihanjuang, Gg. H Mukti RT 04/RW 11, Kelurahan Cibabat, Kecamatan Cimahi Utara, Kota Cimahi, Jawa Barat, pada tanggal 29 November 2025 pukul 13.00 WIB hingga selesai. Sasaran kegiatan yakni wanita usia subur (WUS) di wilayah Posyandu Teratai A. banyaknya responden yang menjalani kegiatan ini sejumlah 24 orang, mencakup 23 WUS dan 1 kader posyandu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR/IUD) di Posyandu Teratai A pada 29 November 2025 dihadiri 24 peserta, terdiri dari 23 wanita usia subur (WUS) dan 1 kader. Kegiatan berlangsung selama sekitar 1 jam dengan tahapan pembukaan, penyampaian materi menggunakan lembar balik, diskusi, dan evaluasi lisan. Sebagian besar peserta sudah menggunakan kontrasepsi sebelumnya, terutama KB suntik, dan menunjukkan antusiasme tinggi selama sesi interaktif.

Evaluasi melalui tanya jawab dan observasi menunjukkan peningkatan pengetahuan signifikan tentang pengertian AKDR, macam-macam, mekanisme kerja, mitos-fakta, indikasi-kontraindikasi, keuntungan-kekurangan, serta perawatan pasca-pemasangan. Sebanyak 15 peserta menyatakan minat menggunakan IUD, dengan 5 di antaranya telah memasang alat tersebut. Leaflet dibagikan kepada semua peserta untuk edukasi lanjutan di rumah. Penyuluhan berhasil meningkatkan pemahaman WUS terhadap AKDR sebagai metode kontrasepsi jangka panjang aman, efektif (>99% keberhasilan), serta reversibel, sesuai rekomendasi Kementerian Kesehatan RI, meskipun dihadang mitos seperti rasa sakit berlebih atau pendarahan hebat. Pendekatan interaktif dengan lembar balik efektif mengatasi keterbatasan fasilitas posyandu tanpa proyektor, sambil meluruskan persepsi negatif dari cerita lingkungan dan dominasi KB suntik.

Meski demikian, hambatan seperti ruangan sempit, kebisingan luar, dukungan suami minim, dan evaluasi lisan yang subjektif membatasi pengukuran kuantitatif; evaluasi pra-pasca diperlukan di masa depan untuk data lebih objektif. Dampaknya meliputi peningkatan kesadaran perencanaan keluarga, kolaborasi tim kebidanan-mahasiswa-kader, serta potensi replikasi di posyandu lain guna dukung program KB nasional menurunkan AKI/AKB.



Gambar 1. Pemberian penyuluhan kepada wanita usia subur (WUS) di Posyandu Teratai A

Hasil pengabdian masyarakat melalui penyuluhan Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR/IUD) di Posyandu Teratai A menunjukkan adanya perkembangan pengetahuan disertai minat Wanita Usia Subur (WUS) terhadap penggunaan kontrasepsi jangka panjang. Temuan ini diperkuat melalui sejumlah penelitian dan kegiatan pengabdian sebelumnya dengan menemukan edukasi kesehatan reproduksi berperan signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan penerimaan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP), khususnya IUD. (Kementerian Kesehatan RI,2020; Putri et aI.,2021; WHO,2022)

Peningkatan pengetahuan peserta mengenai pengertian, jenis, mekanisme kerja, indikasi-kontraindikasi, serta mitos dan fakta AKDR mencerminkan efektivitas metode penyuluhan berbasis komunikasi interpersonal dan media sederhana. Studi pengabdian yang dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan media lembar balik dan diskusi interaktif lebih mudah dipahami oleh masyarakat dibandingkan ceramah satu arah, terutama di wilayah dengan keterbatasan sarana audiovisual. Pendekatan ini juga terbukti mampu meningkatkan retensi informasi dan mendorong partisipasi aktif peserta.(Sari & Handayani,2020; Wulandari et aI.,2022)

Minat 15 peserta untuk menggunakan IUD, dengan 5 peserta telah melakukan pemasangan, memperlihatkan penyuluhan bukan hanya berdampak pada aspek kognitif, namun juga afektif dan perilaku. Hal tersebut diperkuat melalui hasil penelitian yang menemukan pengetahuan yang baik tentang MKJP berhubungan erat dengan peningkatan niat dan keputusan penggunaan kontrasepsi tersebut. Literatur terkini menyebutkan bahwa rendahnya pemanfaatan IUD di Indonesia bukan disebabkan oleh efektivitas atau keamanannya, melainkan oleh kurangnya informasi, kuatnya mitos, serta pengaruh sosial dan budaya, termasuk preferensi terhadap kontrasepsi jangka pendek seperti KB suntik.(Pratiwi et aI.,2021; Kemenkes RI, 2023)

Mitos terkait nyeri berlebihan dan perdarahan hebat yang masih ditemukan pada peserta merupakan tantangan klasik yang juga dilaporkan dalam berbagai penelitian sebelumnya. Edukasi berbasis bukti yang menekankan bahwa AKDR memiliki efektivitas lebih dari 99%, bersifat aman, jangka panjang, dan reversibel, terbukti mampu meluruskan persepsi negatif tersebut. Hal ini sejalan dengan rekomendasi Kementerian Kesehatan RI dan WHO yang menempatkan IUD sebagai satu dari banyaknya strategi kontrasepsi paling efektif serta aman dalam berbagai kelompok WUS, termasuk ibu pasca persalinan.(WHO,2022;Kemenkes RI,2021)

Namun demikian, pengabdian ini juga mengungkap hambatan struktural dan sosial yang masih relevan, seperti keterbatasan ruang, kebisingan lingkungan posyandu, serta minimnya dukungan suami. Beberapa penelitian terkini menegaskan bahwa keputusan penggunaan kontrasepsi di Indonesia masih sangat dipengaruhi oleh peran pasangan, sehingga keterlibatan suami dalam edukasi KB menjadi faktor penting keberhasilan program. Selain itu, evaluasi yang masih bersifat lisan dan subjektif membatasi kemampuan pengabdian ini dalam mengukur besarnya peningkatan pengetahuan secara kuantitatif. Literatur pengabdian merekomendasikan penggunaan desain *pre-test* serta *post-test* dalam menghasilkan data yang lebih objektif dan terukur. (Yuliana et aI.,2020;Lestari et aI.,2022)

Secara keseluruhan, hasil pengabdian ini memperkuat temuan sebelumnya bahwa penyuluhan AKDR yang dilakukan secara interaktif, kontekstual, dan berbasis kebutuhan masyarakat efektif meningkatkan kesadaran perencanaan keluarga. Dampak positif berupa peningkatan kolaborasi antara tim kebidanan, mahasiswa, dan kader posyandu menunjukkan potensi keberlanjutan dan replikasi kegiatan serupa di posyandu lain. Dengan optimalisasi metode evaluasi dan pelibatan pasangan, kegiatan pengabdian semacam ini berkontribusi nyata ketika mendukung program Keluarga Berencana nasional serta upaya penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). (Kemenkes RI,2020;WHO,2022).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR/IUD) di Posyandu Teratai A terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan minat Wanita Usia Subur (WUS) terhadap penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang. Penyuluhan yang dilaksanakan secara interaktif dengan dukungan media lembar balik dan leaflet mampu meluruskan berbagai mitos dan persepsi negatif terkait AKDR, serta memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pengertian, jenis, mekanisme kerja, manfaat, dan keamanan AKDR sebagai metode kontrasepsi yang efektif, aman, dan reversibel. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan minat peserta untuk menggunakan IUD, bahkan sebagian telah melakukan pemasangan, yang menandakan bahwa penyuluhan bukan hanya memberikan dampak pada peningkatan pengetahuan namun juga memicu perubahan sikap dan perilaku. Meskipun masih ditemukan beberapa kendala seperti keterbatasan sarana, kondisi lingkungan posyandu, minimnya dukungan suami, serta metode evaluasi yang belum kuantitatif, secara menyeluruh

kegiatan ini memberikan partisipasi positif ketika mendukung program Keluarga Berencana serta peningkatan kesehatan reproduksi masyarakat.

SARAN

Berdasarkan keterbatasan yang ditemukan dalam kegiatan penyuluhan ini, disarankan agar kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya menggunakan metode evaluasi yang lebih terstruktur dan objektif, seperti penerapan *pre-test* disertai *post-test* dalam menilai peningkatan pengetahuan peserta secara kuantitatif. Lebih lanjut, kegiatan penyuluhan berikutnya perlu mempertimbangkan keterlibatan suami atau pasangan dalam proses edukasi agar menghasilkan representasi lebih komprehensif terkait sejumlah faktor yang memengaruhi pengambilan keputusan penggunaan AKDR.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Institut Kesehatan Rajawali atas dukungan akademik dan fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada pihak Posyandu Teratai A serta seluruh peserta yang telah berpartisipasi sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Affandi, B., Adriansz, G., Gunardi, E. R., & Koesno, H. (Eds.). (2021). *Buku panduan praktis pelayanan kontrasepsi (Edisi ke-3)*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Antara Kalsel. (2024). *Dukcapil: Jumlah Penduduk Indonesia 282 Juta Jiwa Pada Semester I-2024*.

Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat (2023). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2023.*

Hasanah, W. K., Pratomo, H., Ashor, F. L., Mulyana, E., Jumhati, S., & Lova, S. M. (2022). Analisis Pelaksanaan Edukasi Pranikah Terkait Kesehatan Reproduksi Pada Pasangan Calon Pengantin Muslim (Literature Review). *Hearty: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 10*(2), 53-66.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pelayanan Kontrasepsi dan Keluarga Berencana*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pelayanan kontrasepsi bagi dokter dan bidan di fasilitas pelayanan kesehatan (Modul Pelatihan MPI3).* Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.

Nita, I. A., Agushybana, F., Dharmawan, Y., Biostatistika, B., Masyarakat, F. K., & Diponegoro, U. (2018). Hubungan Sosial Ekonomi Akseptor KB Dan Ada Tidaknya Tokoh Panutan Dengan Penggunaan IUD. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal), 6*(4), 114-124.

Rahayu, R., & Wijayanti, T. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu terhadap Penggunaan Kontrasepsi IUD dalam Tinjauan Literature Review Tahun 2021. *Borneo Studies and Research, 3*(2), 1675-1687.

Safitriana, E., Hasbiah, H., & Amalia, R. (2022). Hubungan Pengetahuan Sikap Ibu dan Dukungan Suami dengan Pemilihan Alat Kontrasepsi Implan. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 22*(1), 364-369.

World Health Organization. (2022). *Family planning: A global handbook for providers*. WHO Press.