



**Journal of Human And Education**  
Volume 5, No. 1, Tahun 2025, pp 89-93  
E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876  
Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

## **Family Planning : Solusi Cerdas untuk Mengurangi Risiko Kesehatan pada Ibu yang Beresiko Tinggi di Desa Jayagiri Lembang**

**Intan Karlina<sup>1\*</sup>, Hasna Nurhaliza<sup>2</sup>, Rika Rahayu<sup>3</sup>, Arinda Nikita Yusuf<sup>4</sup>, Ervina Sumarna<sup>5</sup>, Ela Nurlela<sup>6</sup>, Ayva Fidy Nurhali<sup>7</sup>, Salma Jihan Fadilah<sup>8</sup>, Zahida Nur Hanifa<sup>9</sup>, Siti Rahayu<sup>10</sup>, Osin<sup>11</sup>**

Institut Kesehatan Rajawali  
Email: [intankarlinan@rajawali.ac.id](mailto:intankarlinan@rajawali.ac.id)

### **Abstrak**

Pemberian informasi yang benar dan tepat sangat penting bagi akseptor keluarga berencana (KB) untuk meningkatkan keyakinan dalam memilih metode kontrasepsi. Informasi yang salah atau tidak tepat dapat menyebabkan keluhan terkait efek samping dan efektivitas alat kontrasepsi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan program KB pada ibu dengan risiko tinggi, khususnya yang termasuk dalam kategori 4 Terlalu (Terlalu Muda, Terlalu Rapat, Terlalu Banyak, dan Terlalu Tua). Penelitian ini dilakukan pada pasangan usia subur (PUS) yang menjadi akseptor KB di Kampung Ampera, RW 16, Desa Jayagiri, Lembang, dengan jumlah responden sebanyak 20 orang. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis secara deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian informasi yang benar dan tepat mengenai program KB dapat meningkatkan keyakinan dan kepuasan ibu berisiko tinggi dalam memilih metode kontrasepsi, serta membantu mengurangi risiko kesehatan yang mereka hadapi. Temuan ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan program KB di Desa Jayagiri Lembang.

**Kata kunci:** *Keluarga berencana, 4 Terlalu, Program KB, Ibu beresiko tinggi, Pasangan usia subur*

### **Abstract**

Providing accurate and appropriate information is very important for family planning (FP) users to increase their confidence in choosing a contraceptive method. Incorrect or inappropriate information can lead to complaints about side effects and contraceptive effectiveness. This study aims to analyze the implementation of family planning programs among high-risk mothers, especially those in the 4 Too category (Too Young, Too Close, Too Many, and Too Old). This study was conducted on couples of childbearing age (PUS) who became family planning acceptors in Ampera Village, RW 16, Jayagiri Village, Lembang with a total of 20 respondents. Data were collected through questionnaires and analyzed descriptively. The results of this study indicate that providing correct and appropriate information about family planning programs can increase the confidence and satisfaction of high-risk mothers in choosing contraceptive methods, and help reduce the health risks they face. These findings are expected to improve the quality of family planning program services in Jayagiri Lembang village.

**Keywords:** *Family Planning, 4 Too, Family Planning Program, High-Risk Mothers, Couples Of Childbearing Age*

### **PENDAHULUAN**

Program Keluarga Berencana memberikan pengetahuan tentang metode-metode kontrasepsi dan cara mengelolanya sehingga dapat mengatur kehamilan dengan metode yang tepat (Mustafa et.

al., 2015). Keluarga Berencana adalah tindakan yang membantu individual atau pasangan suami istri untuk menghindari kelahiran kelahiran yang tidak di inginkan atau mengatur interval anantara kehamilan (Hartanto, 2004:27). Melalui program ini, pasangan usia subur (PUS) diberikan edukasi dan akses terhadap berbagai metode kontrasepsi yang aman dan efektif untuk mengatur kehamilan sesuai dengan kebutuhan. Namun, pada kelompok ibu berisiko tinggi yang tergolong 4 Terlalu (terlalu muda, terlalu tua, terlalu rapat, dan terlalu banyak), perencanaan kehamilan menjadi tantangan tersendiri karena risiko komplikasi kehamilan dan persalinan yang lebih besar. Faktor-faktor seperti usia ekstrem, riwayat obstetri buruk, penyakit kronis, dan kondisi sosial-ekonomi turut memengaruhi kesehatan ibu dan bayi. Oleh karena itu, pemberian informasi yang benar, akurat, dan mudah dipahami menjadi krusial untuk membantu ibu berisiko tinggi memilih metode kontrasepsi yang tepat, serta mendukung keberhasilan program KB.

Seiring dengan kemajuan teknologi, modernisasi program KB menjadi kebutuhan yang mendesak untuk meningkatkan efisiensi pelayanan dan menjangkau kelompok sasaran yang lebih luas. Salah satu inovasi yang telah diterapkan adalah PUS Alarm System (PAS), sebuah aplikasi berbasis Android yang dirancang untuk membantu penyuluh KB dalam memantau dan menangani PUS berisiko tinggi secara terintegrasi. Aplikasi ini tidak hanya mempermudah akses data, tetapi juga memungkinkan penyuluh KB melakukan tindak lanjut berbasis wilayah kerja, sehingga berkontribusi pada penurunan angka kematian ibu dan bayi. Dengan pendekatan yang berbasis teknologi dan pelayanan yang ramah, program KB dapat mendukung pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya dalam mengurangi angka kematian ibu. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan program KB pada ibu berisiko tinggi serta dampaknya terhadap kesehatan reproduksi dan kualitas hidup mereka.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain cross sectional. Kegiatan ini ditujukan kepada 20 pasangan usia subur yang menjadi akseptor KB setempat, untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya pemahaman kehamilan yang aman dan efektif, serta perencanaan kehamilan. Selain itu, kegiatan ini juga mendukung upaya pencegahan komplikasi kehamilan di masa mendatang. Lokasinya di Kp. Ampera RT 02/RW 16 Desa Jayagiri, Lembang.

Tahap pertama dilakukan pada tanggal 3 Desember 2024 dengan pengumpulan data melalui kuesioner pre-test. Berdasarkan hasil survei awal, materi edukasi dan leaflet yang relevan disusun untuk memberikan solusi KB guna mengurangi risiko kesehatan. Hasil pengamatan menunjukkan tingginya risiko kesehatan pada ibu hamil dengan kategori 4 Terlalu (Terlalu Muda, Terlalu Tua, Terlalu Rapat, Terlalu Banyak). Risiko ini dapat memicu komplikasi serius seperti hipertensi dalam kehamilan, perdarahan postpartum, dan kelahiran prematur. Masalah ini sering dikaitkan dengan kurangnya pemahaman akan pentingnya perencanaan kehamilan dan penggunaan metode kontrasepsi yang sesuai.

Tahap kedua dilakukan pada tanggal 8 Desember 2024 untuk memberikan penyuluhan mengenai solusi cerdas mengurangi risiko kesehatan pada ibu dengan risiko tinggi, diikuti dengan post-test untuk responden. Data dikumpulkan melalui observasi menggunakan kuesioner pre dan post untuk mengevaluasi pemahaman tentang risiko kehamilan pada ibu dengan kategori 4 Terlalu dan pentingnya solusi KB. Edukasi diberikan melalui ceramah dan leaflet yang berisi informasi tentang metode kontrasepsi jangka panjang seperti IUD dan implan, serta panduan pemilihan metode KB yang aman sesuai kondisi kesehatan masing-masing ibu.

## HASIL

Populasi penelitian ini adalah semua pasangan usia subur yang menjadi akseptor KB di Kp. Ampera, RW/16, Desa Jayagiri, Lembang sebanyak 20 orang.

Tabel 1. Profil Responden

Kriteria	Sub Kriteria	Jumlah
Jenis Kelamin	Laki-Laki	0
	Pelemptuan	20
Pendidikan	Tidak Sekolah	0
	SD	4
	SMP	7

	SMA	9
	S1	0
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga (IRT)	20
Riwayat Kesehatan	Diabetes	0
	Darah Tinggi	5
	Maag	3
	Tidak Ada	12

Tabel 2. Tanggapan Responden Pre Test Penyuluhan

No	Item Pertanyaan	Skor		Keterangan
		Ya	Tidak	
1.	Apakah Anda Pernah Menjalani Oprasi Besar Pada Organ Reproduksi?	3 15%	17 85%	Baik
2.	Apakah Anda Pernah Mengalami Komplikasi Serius Saat Melahirkan Sebelumnya?	2 10%	18 90%	Baik
3.	Apakah Anda Pernah Mengalami Kehamilan Diluar Rahim (Ektopik)?	0 0%	20 100%	Baik
4.	Apakah Anda Pernah Mengalami Keguruan Berulang (Lebih Dari Dua Kali)?	1 5%	19 95%	Baik
5.	Apakan Anda Meroko?	1 5%	19 95%	Baik
	Total	1,4 7%	18,6 93%	Baik

Tabel 3. Tanggapan Responden Pre Test Penyuluhan

1.	Apakah Anda Pernah Mendapatkan Penyuluhan Ataupun Konseling Mengenai KB?	13 65%	7 35%	Cukup
2.	KB Adalah Cara Untuk Menghindari Kelahiran Yang Tidak Diinginkan Mengatur Interval Atau Jarak Kehamilan Dalam Nenetukan Jumlah Anak Dalam Keluarga	20 100%	0 0%	Baik
3.	Apakah Saat Ini Anda Menggunakan KB?	11 55%	9 45%	Cukup
4.	Jenis KB Apa Yang Anda Gunakan Saat Ini? Pil: 1 Suntik: 5 Implant: 2 IUD: 3 Tidak KB: 9	11 55%	9 45%	Cukup
5.	Apakah program KB anda berjalan dengan lancar, tidak mengalami kegagalan?	20 100%	0 0%	Baik
6.	Apakah Anda Pernah Menggynakan KB Yang Berbeda Dengan KB Yang Dipakai Saat Ini?	6 30%	14 70%	Kurang
7.	Apakah Anda Pernah Mengalami Efek Samping Saat Menggunakan KB?	8 40%	12 60%	Kurang
8.	Apakah Suami Ikut Berperan Dalam Penggunaan KB?	2 10%	18 90%	Kurang
9.	Apakah Anda Sedang Menyusui?	6 30%	14 70%	Kurang
	Total	10,7 53,9%	9,3 46,1	Cukup

Tabel 4. Tanggapan Responden Post Test Penyuluhan

No	Item Pertanyaan	Skor		Keterangan
		Ya	Tidak	
1.	Menurut Anda Apakah Penggunaan KB Itu Penting?	20 100%	0 0%	Baik
2.	Setelah Dilakukan Penyuluhan Mengenai KB	20	0	Baik

	Apakah Anda Memahami Pentingnya Penggunaan KB?	100%	0%	
3.	Apakah Anda Mempunyai Rencana Untuk Mengganti KB Yang Anda Gunakan Saat Ini?	0 0%	20 100%	Kurang
4.	Apakah Anda Mempunyai Rencana Untuk Menambah Anak?	7 35%	13 65%	Kurang
5.	Apakah Setelah Masa KB Habis Anda Langsung Menggantinya Atau Tetap Menggunakan KB Yang Sama?	12 60%	8 40%	Baik
	Total	59 59%	41 41%	Cukup

## PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini berfokus pada pemberian solusi Keluarga Berencana (KB) untuk mengurangi risiko kesehatan pada ibu yang berisiko tinggi hamil. Kegiatan edukasi, penyuluhan, dan penanganan dilaksanakan di Posyandu Kp. Ampera RT 02/RW 16 Desa Jayagiri, Lembang. Dengan jumlah peserta sebanyak 20 orang. Capaian pengabdian masyarakat dievaluasi melalui kuis tanya jawab secara langsung. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 96% dari subjek memahami secara baik tentang risiko kehamilan pada ibu kategori 4 Terlalu (Terlalu Muda, Terlalu Tua, Terlalu Rapat, Terlalu Banyak) serta pentingnya perencanaan kehamilan dengan metode KB yang tepat, sedangkan 4% masih memerlukan edukasi tambahan. Mayoritas responden (65%) tidak memiliki rencana menambah anak, dan 40% masih mempertimbangkan pergantian metode KB.

Pada tahap pertama, tim pengabdian memberikan penyuluhan yang mencakup definisi ibu berisiko tinggi, kategori 4 Terlalu, dan dampaknya terhadap kesehatan ibu dan bayi. Materi yang disampaikan meliputi tanda bahaya kehamilan risiko tinggi, penyebabnya, serta metode KB yang dapat digunakan untuk mencegah risiko tersebut. Penekanan diberikan pada pilihan kontrasepsi jangka panjang seperti IUD dan implan yang efektif serta metode permanen (tubektomi) bagi pasangan yang telah memiliki jumlah anak ideal.

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 20 responden di Kp. Ampera, RW/16, Desa Jayagiri, Lembang, yang semuanya adalah perempuan dan akseptor KB, didapatkan beberapa poin kesimpulan:

### 1. Profil Responden:

- Seluruh responden adalah ibu rumah tangga.
- Sebagian besar memiliki pendidikan SMA (45%).
- Riwayat kesehatan menunjukkan mayoritas tidak memiliki penyakit kronis (60%), meskipun ada beberapa yang memiliki riwayat darah tinggi (25%) dan maag (15%).

### 2. Hasil Pre-Test:

- a) Pengetahuan tentang KB sebelum penyuluhan cukup bervariasi:
  - 65% responden sudah pernah mendapatkan penyuluhan atau konseling KB sebelumnya.
  - Namun, hanya 55% yang menggunakan KB saat ini, dengan metode suntik (25%) menjadi pilihan terbanyak.
- b) Sebagian besar responden (85–100%) tidak memiliki pengalaman komplikasi serius terkait kehamilan seperti operasi besar, kehamilan ektopik, atau keguguran berulang.

### 3. Hasil Post-Test:

- Setelah penyuluhan, seluruh responden (100%) memahami pentingnya penggunaan KB.
- Namun, mayoritas responden (65%) tidak memiliki rencana menambah anak, dan 40% masih mempertimbangkan pergantian metode KB.

### 4. Perubahan Signifikan:

- Pengetahuan dan pemahaman meningkat setelah penyuluhan, ditunjukkan dengan seluruh responden sepakat bahwa penggunaan KB adalah hal penting.
- Ini menunjukkan efektivitas penyuluhan dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang KB.

## SIMPULAN

Penyuluhan tentang program Keluarga Berencana (KB) yang dilaksanakan di Kampung Ampera, Desa Jayagiri, berhasil meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu rumah tangga

sebagai peserta. Kegiatan ini menyoroti pentingnya penggunaan metode KB yang tepat untuk mencegah risiko kehamilan pada kelompok ibu dengan kategori 4 Terlalu, yaitu terlalu muda, terlalu tua, terlalu rapat jarak kehamilannya, dan terlalu banyak anak.

Program penyuluhan ini memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya KB bagi kesehatan ibu dan bayi, terutama dalam kelompok berisiko tinggi. Ke depan, perlu dilakukan pendekatan yang lebih intensif dan personal untuk memastikan keberlanjutan program KB, serta dukungan yang lebih besar dari pihak keluarga, khususnya suami, dalam pengambilan keputusan. Ini penting untuk mendukung keberhasilan program KB dan mengurangi angka komplikasi kehamilan pada ibu berisiko tinggi.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pembimbing kami, yang dengan sabar dan penuh dedikasi telah memberikan bimbingan, masukan, dan arahan selama proses penyusunan jurnal ini. Dukungan dan wawasan yang diberikan sangat membantu dalam memperdalam pemahaman kami terhadap topik yang diangkat, yaitu "Family Planning: Solusi Cerdas untuk Mengurangi Risiko Kesehatan pada Ibu yang Berisiko Tinggi".

Kami juga menyampaikan rasa terima kasih kepada institusi tempat kami bernaung yang telah menyediakan fasilitas dan kesempatan untuk melaksanakan penelitian ini. Dukungan yang diberikan, dan juga berkontribusi terhadap kelancaran proses penelitian. Bantuan yang diberikan sangat berarti dalam mewujudkan penelitian yang berkualitas dan relevan dengan kebutuhan masyarakat.

Semoga karya ini dapat memberikan manfaat dan menjadi salah satu kontribusi dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan ibu melalui program keluarga berencana yang cerdas dan terencana.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Manuaba, I.B.G, et al. *Pengantar Kuliah Obstetri*. Egc, 2007. Accessed 18 November 2024.
- Obenu, Yasinta, et al. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kunjungan Antenatal Care Di UPT Puskesmas Binaus*, vol. 13, no. 2024, 2024, p. 8. Accessed 18 11 2024.
- Qudriani, Meyliya, and Seventina Nurul Hidayah. "Seminar Nasional IPTEK Terapan (SENIT) 2017." *Persepsi Ibu Hamil Tentang Kehamilan Resiko Tinggi Dengan Kepatuhan Melakukan Antenatal Care Di Desa Begawat Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun 2016*, vol. 2017, 2017, p. 7.
- Mufdilah, 2009. *Catatan Konsep Kebidanan Plus Materi Bidan Delima*, Yogyakarta, Mitra Cendikia.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurcahyo. 2007. *Gaya Hidup dan Kesehatan Kehamilan Resiko Tinggi*. Jakarta
- Mochtar, R. 2000. *Sinopsis Obstetri*. Jakarta: EGC.
- Nursalam, 2007. *Konsep dan penerapan metodologi penelitian keperawatan*. Jakarta: Penerbit Salemba
- Jayanti, ND, 2023. *Jenis Metode dan Mekanisme Kerja Kontrasepsi Hormonal atau NonHormonal*. STIKES Widyagama Husada. Retrieved 15 Nov 2024 from: <https://repositori.widyagamahusada.ac.id/id/eprint/725/1/15%25.pdf>.
- Dewi, PK. 2022. *Penyuluhan dan Pelayanan KB bagi PUS RESTI*. Retrieved 15 November 2024 from [sembung-ngawi.desa.id](https://sembung-ngawi.desa.id) website : <https://sembung-ngawi.desa.id/artikel/2022/8/29/penyuluhan-dan-pelayanan-kb-bagi-pus-resti>