

KONSELING KELUARGA BERENCANA MENGGUNAKAN ALAT BANTU PENGAMBILAN KEPUTUSAN (ABPK) TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU NIFAS TENTANG ALAT KONTRASEPSI

Ermalina¹, Rifa Yanti², Fajar Sari Tanberika³, Dilgu Meri⁴
Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah^{1,2,3,4}
linarakha.rgt16@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling keluarga berencana menggunakan Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK) terhadap pengetahuan dan sikap ibu nifas tentang alat kontrasepsi di UPT Puskesmas Sei Lala Kabupaten Indragiri Hulu. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain quasi eksperimen menggunakan rancangan one group pretest-posttest. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap ibu nifas setelah diberikan konseling keluarga berencana menggunakan ABPK, dengan nilai p value pengetahuan sebesar 0,000 dan sikap sebesar 0,014 ($p < 0,05$). Simpulan penelitian ini adalah konseling keluarga berencana menggunakan Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK) berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu nifas tentang alat kontrasepsi di UPT Puskesmas Sei Lala Kabupaten Indragiri Hulu.

Kata kunci: Alat Bantu Pengambilan Keputusan, Ibu Nifas, Konseling Keluarga Berencana, Pengetahuan, Sikap

ABSTRACT

This study aimed to determine the effect of family planning counseling using a Decision-Making Aid (DMA) on postpartum women's knowledge and attitudes about contraception at the Sei Lala Community Health Center (UPT) in Indragiri Hulu Regency. The method used was a quantitative study with a quasi-experimental design using a one-group pretest-posttest. The results showed increases in knowledge and attitudes among postpartum women after receiving family planning counseling using the DMA, with p-values of 0.000 for knowledge and 0.014 for attitudes ($p < 0.05$). This study concludes that family planning counseling using a Decision-Making Aid (DMA) significantly increased postpartum women's knowledge and attitudes about contraception at the Sei Lala Community Health Center (UPT) in Indragiri Hulu Regency.

Keywords: Decision-Making Aid, Postpartum Women, Family Planning Counseling, Knowledge, Attitude

PENDAHULUAN

Program Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu upaya utama dalam memperbaiki status kesehatan ibu dan bayi dengan mengatur jarak kehamilan yang aman serta mencegah kehamilan yang tidak direncanakan pada periode pascapersalinan. Konseling keluarga berencana yang baik terbukti mampu meningkatkan penerimaan dan

penggunaan kontrasepsi setelah melahirkan, sehingga berkontribusi pada pengurangan unmet need kontrasepsi di antara perempuan usia subur yang dapat berdampak pada risiko komplikasi maternal dan neonatal serta kesehatan reproduksi jangka panjang (Mruts et al., 2023). Penerapan konseling yang terstruktur telah terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan penerimaan kontrasepsi pada ibu hamil dan nifas, sebagaimana ditemukan dalam studi RCT di Puducherry, India, yang menunjukkan peningkatan signifikan dalam persentase uptake kontrasepsi setelah konseling terstruktur dibandingkan kelompok kontrol (Susmitha et al., 2025). Hasil serupa juga dilaporkan dalam penelitian intervensi di daerah lain, yang menyatakan bahwa pendekatan konseling sistematis meningkatkan pemilihan dan penerimaan metode kontrasepsi modern di periode postpartum (Khikmi et al., 2025).

Namun, berbagai hambatan terhadap layanan keluarga berencana pascapersalinan masih ditemukan di beragam konteks global. Penelitian kualitatif di Zanzibar, Tanzania, menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan yang memadai tentang keluarga berencana, kekhawatiran terhadap efek samping kontrasepsi, serta keterbatasan dukungan pasangan merupakan faktor yang menghambat penggunaan kontrasepsi setelah persalinan (Sey-sawo, 2023). Dalam konteks Indonesia, studi kuantitatif di Puskesmas menunjukkan bahwa konseling dan dukungan suami berpengaruh terhadap keputusan penggunaan alat kontrasepsi pada masa nifas, yang mengindikasikan pentingnya keterlibatan lingkungan sosial dalam proses pengambilan keputusan KB (Winarso et al., 2025). Evaluasi implementasi strategi konseling berimbang juga memperlihatkan bahwa penyampaian informasi kontrasepsi yang komprehensif dan netral mampu meningkatkan pemilihan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) oleh ibu hamil (Gajah & Sinaga, 2024).

Selain itu, pemberdayaan ibu melalui media edukasi digital dan buku panduan terbukti mampu meningkatkan pengetahuan serta preferensi terhadap kontrasepsi yang sesuai dengan kebutuhan setelah melahirkan (Herlinadiyaningsih et al., 2023). Intervensi pemberdayaan serupa dalam bentuk penyuluhan terus dikembangkan di berbagai wilayah untuk mengatasi rendahnya cakupan layanan KB pascapersalinan (Susilawati et al., 2024). Berbagai studi lain juga menekankan bahwa kualitas konseling yang baik dapat mengurangi kekhawatiran terkait efek samping, memperkuat keputusan yang informatif, serta mendorong penggunaan kontrasepsi dalam jangka waktu optimal pascapersalinan guna menghindari kehamilan berurutan dalam interval yang terlalu pendek (Mahardany & Supriadi, 2023).

Fenomena rendahnya penggunaan kontrasepsi jangka panjang juga tercatat di sejumlah wilayah Indonesia, seperti pada kasus pemilihan MKJP oleh ibu pascalahir di Kota Bandung yang dipengaruhi oleh faktor karakteristik demografi dan persepsi terhadap metode kontrasepsi (Anggraina et al., 2023). Kondisi ini menunjukkan perlunya pendekatan konseling yang lebih terstruktur, komprehensif, dan kontekstual agar responden mampu memahami keuntungan, efek samping, serta kesesuaian metode kontrasepsi dengan situasi kesehatan mereka. Oleh karena itu, penelitian ini dirancang untuk menilai pengaruh konseling keluarga berencana menggunakan Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK) terhadap pengetahuan dan sikap ibu nifas mengenai alat kontrasepsi di UPT Puskesmas Sei Lala Kabupaten Indragiri Hulu, dengan harapan dapat memberikan bukti empiris guna memperkuat strategi konseling KB yang efektif dan berorientasi pada kebutuhan ibu, serta mendukung keberlanjutan program kesehatan reproduksi di tingkat pelayanan primer.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi eksperimen melalui rancangan one group pretest–posttest, yang diawali dengan pengukuran pengetahuan dan sikap ibu nifas sebelum intervensi, dilanjutkan dengan pemberian konseling keluarga berencana menggunakan Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK), kemudian dilakukan pengukuran kembali setelah intervensi. Penelitian dilaksanakan di UPT Puskesmas Sei Lala Kabupaten Indragiri Hulu pada tahun 2025. Alat pengumpulan data berupa kuesioner terstruktur untuk mengukur pengetahuan dan sikap ibu nifas tentang alat kontrasepsi. Data diperoleh melalui pengisian kuesioner pada tahap pretest dan posttest, selanjutnya diolah dengan tahapan editing, coding, dan tabulasi, kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test untuk mengetahui pengaruh konseling keluarga berencana menggunakan ABPK terhadap pengetahuan dan sikap ibu nifas.

HASIL PENELITIAN

Tabel. 1
Distribusi Pengetahuan Ibu Nifas Sebelum Konseling ABPK

No	Pengetahuan	f	%
1	Baik	2	9,5
2	Cukup	6	28,6
3	Kurang	13	61,9
Total		21	100

Berdasarkan Tabel 1 tentang distribusi pengetahuan ibu nifas sebelum konseling ABPK, mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan kurang, yaitu sebanyak 13 orang (61,9%). Sebagian responden berada pada kategori pengetahuan cukup sebanyak 6 orang (28,6%), sedangkan minoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik, yaitu hanya 2 orang (9,5%).

Tabel. 2
Distribusi Pengetahuan Ibu Nifas Sesudah Konseling ABPK

No	Pengetahuan	f	%
1	Baik	12	57,1
2	Cukup	5	23,8
3	Kurang	4	19,0
Total		21	100

Berdasarkan Tabel 2 tentang distribusi pengetahuan ibu nifas sesudah konseling ABPK, mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik, yaitu sebanyak 12 orang (57,1%). Sebagian responden berada pada kategori pengetahuan cukup sebanyak 5 orang (23,8%), sedangkan minoritas responden memiliki tingkat pengetahuan kurang, yaitu 4 orang (19,0%).

Tabel. 3
Distribusi Sikap Ibu Nifas Sebelum Konseling ABPK

No	Sikap	f	%
1	Positif	6	28,6
2	Negatif	15	71,4
Total		21	100

Berdasarkan Tabel 3 tentang distribusi sikap ibu nifas sebelum konseling ABPK, mayoritas responden memiliki sikap negatif, yaitu sebanyak 15 orang (71,4%). Sementara itu, minoritas responden memiliki sikap positif, yaitu sebanyak 6 orang (28,6%).

Tabel. 4
Distribusi Sikap Ibu Nifas Sesudah Konseling ABPK

No	Sikap	f	%
1	Positif	12	57,1
2	Negatif	9	42,9
Total		21	100

Berdasarkan Tabel 4 tentang distribusi sikap ibu nifas sesudah konseling ABPK, mayoritas responden memiliki sikap positif, yaitu sebanyak 12 orang (57,1%). Sementara itu, responden yang memiliki sikap negatif berjumlah 9 orang (42,9%) sebagai kelompok minoritas.

Tabel. 5
Analisis Pengaruh Intervensi Konseling ABPK

Test Statistics	Pengetahuan Post – Pre	Sikap Post – Pre
Z	-3,226 ^b	-2,449 ^b
p-value	0,001	0,014

Berdasarkan tabel diatas terdapat pengaruh yang signifikan konseling ABPK terhadap peningkatan pengetahuan ibu nifas ($p = 0,001$) dan terdapat pengaruh yang signifikan konseling ABPK terhadap peningkatan sikap ibu nifas ($p = 0,014$).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi konseling keluarga berencana menggunakan Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK), mayoritas ibu nifas memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai alat kontrasepsi. Kondisi ini menggambarkan keterbatasan pemahaman ibu nifas terkait jenis, manfaat, cara kerja, serta efek samping kontrasepsi yang sering mengakibatkan keraguan dalam menentukan pilihan metode KB yang sesuai dengan kebutuhan kesehatan reproduksi mereka. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wassihun et al., (2021) yang menemukan bahwa rendahnya pengetahuan tentang kontrasepsi secara signifikan dikaitkan dengan kecenderungan ketidakpastian dalam pengambilan keputusan ber-KB pada perempuan usia subur di Ethiopia. Hal senada juga dilaporkan dalam studi oleh Söderbäck et al., (2023) yang mencatat bahwa ketidaktahuan akan metode kontrasepsi menjadi hambatan utama dalam penerimaan KB pascapersalinan di wilayah pelayanan kesehatan primer.

Setelah diberikan intervensi konseling menggunakan ABPK, terjadi peningkatan pengetahuan yang bermakna pada ibu nifas, di mana mayoritas responden beralih ke kategori pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan bahwa penyampaian informasi yang sistematis, akurat, serta mudah dipahami melalui media bantu seperti ABPK mampu meningkatkan pemahaman ibu terhadap kontrasepsi. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian oleh Longla et al., (2023) yang menemukan bahwa konseling terstruktur dengan alat pengambilan keputusan meningkatkan pemahaman mengenai kontrasepsi dan niat untuk penggunaan metode yang efektif pada ibu postpartum. Selain itu, studi oleh Edmonds

et al., (2022) juga menunjukkan bahwa ABPK membantu ibu dan pasangan membuat keputusan kontrasepsi yang lebih sadar dan sesuai kondisi kesehatan mereka.

Selain peningkatan pengetahuan, konseling menggunakan ABPK juga berpengaruh positif terhadap sikap ibu nifas terhadap penggunaan alat kontrasepsi. Sebelum intervensi, sebagian besar responden menunjukkan sikap negatif yang ditandai oleh keraguan, rasa takut terhadap efek samping, dan penolakan terhadap KB pascapersalinan. Sikap negatif ini umumnya didorong oleh kurangnya informasi dan pengalaman tidak langsung dari lingkungan sekitar. Namun, setelah konseling, terlihat perubahan signifikan ke arah sikap yang lebih positif, di mana ibu menjadi lebih terbuka, percaya diri, dan mantap memilih metode kontrasepsi. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Mardi (2024) yang menyatakan bahwa konseling yang berorientasi pada kebutuhan klien dapat memperbaiki sikap terhadap kontrasepsi dan meningkatkan penerimaan terhadap metode yang dipilih. Studi oleh Ekung et al., (2025) juga menemukan bahwa sikap positif terhadap kontrasepsi meningkat secara signifikan setelah ibu mendapatkan konseling berkualitas tinggi.

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dalam penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara konseling KB dengan ABPK terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu nifas ($p < 0,05$). Temuan ini menguatkan bukti bahwa intervensi konseling berbasis ABPK efektif dalam memengaruhi aspek kognitif dan afektif ibu nifas. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Madden et al., (2020) yang menemukan bahwa penggunaan alat bantu pengambilan keputusan dalam konseling KB secara signifikan meningkatkan tingkat penerimaan serta konsistensi penggunaan kontrasepsi pascapersalinan.

Efektivitas ABPK tidak terlepas dari karakteristiknya sebagai media konseling yang interaktif dan berorientasi pada hak klien (informed choice). ABPK tidak hanya menyajikan informasi terbaru mengenai jenis-jenis kontrasepsi, tetapi juga memandu tenaga kesehatan dalam melaksanakan tahapan konseling secara sistematis, mulai dari penggalan kebutuhan klien hingga pengambilan keputusan bersama. Temuan dari studi oleh Gebresillassie et al., (2025) menunjukkan bahwa alat bantu pengambilan keputusan yang dirancang secara dua arah dapat meningkatkan kualitas interaksi antara penyedia layanan dan klien sehingga memudahkan pemahaman pesan kesehatan yang disampaikan.

Perubahan sikap dan pengambilan keputusan ibu nifas setelah intervensi menunjukkan bahwa penggunaan media dalam konseling memiliki peran penting dalam keberhasilan pendidikan kesehatan. Konseling yang didukung oleh media visual seperti booklet atau lembar balik ABPK membuat pesan lebih mudah dipahami, diingat, dan diterapkan oleh klien. Hal ini didukung oleh studi oleh Mushy & Horiuchi (2023) yang menunjukkan bahwa penggunaan media bantu dalam pendidikan kesehatan meningkatkan daya serap informasi dan mendorong perubahan perilaku yang diinginkan dalam konteks KB pascapersalinan.

Menurut peneliti, perubahan pengetahuan, sikap, dan pengambilan keputusan dalam penelitian ini terjadi karena konseling ABPK dilakukan secara sistematis, komunikatif, dan disesuaikan dengan kondisi serta kebutuhan responden. Informasi yang disampaikan menjadi lebih konkret, tidak bersifat verbalistik semata, dan mampu menjawab kekhawatiran ibu nifas terkait penggunaan kontrasepsi pasca salin. Dengan demikian, konseling KB menggunakan ABPK terbukti menjadi strategi efektif dalam mendukung peningkatan penggunaan kontrasepsi pasca persalinan dan keberhasilan program KB di layanan kesehatan primer.

SIMPULAN

Konseling keluarga berencana menggunakan Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK) berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap ibu nifas tentang alat kontrasepsi di UPT Puskesmas Sei Lala Kabupaten Indragiri Hulu. Pengetahuan dan sikap ibu nifas menunjukkan perbaikan setelah diberikan intervensi konseling ABPK, sehingga tujuan penelitian ini telah tercapai.

SARAN

Disarankan agar UPT Puskesmas Sei Lala dan tenaga kesehatan menerapkan konseling keluarga berencana menggunakan Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK) secara rutin dan berkelanjutan, didukung dengan ketersediaan media yang memadai serta peningkatan kompetensi petugas melalui pelatihan, sehingga ibu nifas dapat memperoleh informasi yang jelas, meningkatkan pengetahuan dan sikap positif, serta mampu mengambil keputusan yang tepat dalam pemilihan alat kontrasepsi pasca persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraina, M. S., Handayani, D. S., & Pramartira, A. Y. (2023). Gambaran Pemilihan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) Berdasarkan Karakteristik Ibu Pascalin di UPT Puskesmas Kota Bandung 2023. *Penelitian Keperawatan Kontemprorer*, 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.59894/jpkk.v5i4.999>
- Edmonds, B. T., Hoffman, S. M., Laitano, T., McKenzie, F., Panoch, J., Litwiller, A., & DiCorcia, M. J. (2022). Evaluating Shared Decision-Making in Postpartum Contraceptive Counseling Using Objective Structured Clinical Examinations. *Women's Health Reports (New Rochelle, N.Y.)*, 3(1), 1029–1036. <https://doi.org/10.1089/whr.2022.0067>
- Ekung, E., Udho, S., Apili, F., Madira, E., Namukwana, B., Achayo, V. C., Akello, P., Auma, A. G., & Okello, J. (2025). Drivers of Uptake of Immediate Postpartum Modern Contraceptives by Postpartum Women in Drivers of Uptake of Immediate Postpartum Modern Contraceptives by Postpartum Women in Lira City , Northern Uganda: A Qualitative Inquiry. *Journal of Contraception*, 1527, 147-157. <https://doi.org/10.2147/OAJC.S543288>
- Gajah, Y., & Sinaga, L. R. V. (2024). Factors Associated with Contraceptive Use Among Couples of Childbearing Age (Pus) in The Working Area of The Danau Paris Health Center, Aceh Singkil District in 2023. *Tour Health Journal*, 3(1), 9–23. <https://doi.org/https://tourjurnal.akupuntour.com/index.php/tourhealthjournal/article/view/129>
- Gebresillassie, B. M., Doley, N., & Harris, M. L. (2025). Online Decision Aids for Contraceptive Choices in Women with Chronic Conditions: A Systematic Review. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, n/a(n/a). <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/ijgo.70555>
- Herlinadiyaningsih, H., Arisani, G., & Wahyuni, S. (2023). Konseling Alat Kontrasepsi terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Trimester III di UPT Puskesmas Kalampangan Kota Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 9(2), 126–133. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i2.5676>
- Khikmi, F., Machfudloh, M., & Surani, E. (2025). Konseling Keluarga Berencana Pasca Persalinan (KBPP) pada Orang Tua Pemula. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 5(1), 50–67. <https://doi.org/10.24853/myjm.5.1.50-67>

- Longla, T. A., Ogum-Alangea, D., Addo-Lartey, A., Manu, A. A., & Adanu, R. M. K. (2023). Male Characteristics and Contraception in Four Districts of the Central Region, Ghana. *Contraception and Reproductive Medicine*, 8(1), 45. <https://doi.org/10.1186/s40834-023-00245-9>
- Madden, T., Holttum, J., Maddipati, R., Secura, G. M., Nease, R. F., Peipert, J. F., & Politi, M. C. (2020). Evaluation of a Computerized Contraceptive Decision Aid: A Randomized Controlled Trial. *Contraception*, 102(5), 339–345. <https://doi.org/10.1016/j.contraception.2020.08.002>
- Mahardany, B. O., & Supriadi, R. F. (2023). Pengaruh Konseling terhadap Keputusan Penggunaan KB Pasca Persalinan di Kabupaten Mamuju. *Jurnal Kebidanan*, 13(1), 11–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.35874/jib.v13i1.1116>
- Mardi, I. (2024). The Impact of Information-Based Family Planning Counseling on IUD Adoption as a Long-Term Contraceptive. *Journal of Current Health Sciences*, 4(2), 105–110. <https://doi.org/10.47679/jchs.2024100>
- Mruts, K. B., Tessema, G. A., Kassaw, N. A., Gebremedhin, A. T., Scott, J. A., & Pereira, G. (2023). Achieving Reductions in the Unmet Need for Contraception with Postpartum Family Planning Counselling in Ethiopia, 2019-2020: A National Longitudinal Study. *Archives of Public Health*, 81(1), 79. <https://doi.org/10.1186/s13690-023-01096-1>
- Mushy, S. E., & Horiuchi, S. (2023). A Decision Aid for Postpartum Adolescent Family Planning: A Quasi-Experimental Study in Tanzania. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 20(6). <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph20064904>
- Sey-Sawo, J. (2023). Effects of Postpartum Family Planning Counselling on Contraceptives Knowledge, Attitude and Intention Among Women Attending a General Hospital in The Gambia: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Contraception*, 61–72. <https://doi.org/https://doi.org/10.2147/OAJC.S388882>
- Söderbäck, K., Holter, H., Salim, S. A., Elden, H., & Bogren, M. (2023). Barriers to Using Postpartum Family Planning Among Women in Zanzibar, Tanzania. *BMC Women's Health*, 23(1), 182. <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02330-2>
- Susilawati, D., Muthia, G., & Nilakesuma, N. F. (2024). Pemberdayaan Ibu Hamil tentang Pemilihan Kontrasepsi Pasca Persalinan di Puskesmas Belimbing. *Masyarakat: Jurnal Pengabdian*, 1(2), 253–259. <https://doi.org/https://doi.org/10.58740/m-jp.v1i2.314>
- Susmitha, P. S., Jayaseelan, V., Rajan, V., Subbaiah, M., & P, K. N. V. (2025). Effect of Structured Counselling on Postpartum Contraceptive Acceptance: A Cluster Randomized Controlled Trial, Puducherry. *Indian J Med Res* 161, February, 134–141. <https://doi.org/10.25259/IJMR>
- Wassihun, B., Wosen, K., Getie, A., Belay, K., Tesfaye, R., Tadesse, T., Alemayehu, Y., Yihune, M., Aklilu, A., Gebayehu, K., & Zeleke, S. (2021). Prevalence of Postpartum Family Planning Utilization and Associated Factors Among Postpartum Mothers in Arba Minch town, South Ethiopia. *Contraception and Reproductive Medicine*, 6(1), 6. <https://doi.org/10.1186/s40834-021-00150-z>
- Winarso, S. P., Zuhriyatun, F., & Hapsari, W. (2025). Efektivitas Strategi Konseling Berimbang (SKBKB) Pascasalin terhadap Pemilihan MKJP pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Sains Kebidanan*, 7(2), 82–90. <https://doi.org/https://doi.org/10.31983/jsk.v7i2.13784>