

Upaya Edukasi Menggunakan Media Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Minat Serta Menurunkan Kecemasan Akseptor KB Dalam Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) Di TPMB Dhonal Handayani Tahun 2026

Anggun Wulandari^{1*}, Enok Ulfa Shintia², Erna Damayanti³, Marlinda⁴, Nenden Nurkhasanah⁵, Hajar Nur Fathmah⁶.

^{1,2,3,4,5,6}Universitas Medika Suherman, Bekasi, Indonesia

* Corresponding author: anggunwulandari901@gmail.com

Abstrak: Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) di Indonesia masih relatif rendah dibandingkan metode kontrasepsi jangka pendek. Rendahnya pengetahuan, minat, serta tingginya kecemasan akseptor KB terhadap penggunaan MKJP menjadi salah satu faktor yang memengaruhi pemilihan metode kontrasepsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya edukasi menggunakan media dalam meningkatkan pengetahuan dan minat serta menurunkan kecemasan akseptor KB terhadap penggunaan MKJP di TPMB Dhonal Handayani Tahun 2026. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental one group pretest-posttest design*. Sampel penelitian berjumlah 20 akseptor KB yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan, kuesioner minat, dan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A) sebelum dan sesudah pemberian edukasi menggunakan leaflet serta Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK) KB. Data dianalisis menggunakan uji *Paired Sample t-test* dan *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan dan minat serta penurunan kecemasan akseptor KB setelah diberikan edukasi menggunakan media. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari $58,60 \pm 14,14$ pada saat *pretest* menjadi $79,90 \pm 6,54$ pada saat *posttest*, dengan hasil *Paired Sample t-test* menunjukkan nilai $p < 0,001$. Rata-rata skor minat meningkat dari $61,80 \pm 13,12$ menjadi $78,60 \pm 7,71$, dengan nilai $p < 0,001$. Median skor kecemasan menurun dari 23,50 (IQR: 18,75–28,25) menjadi 14,50 (IQR: 12,00–17,00), dengan hasil *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $p < 0,001$. Dengan demikian, terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik pada pengetahuan, minat, dan kecemasan akseptor KB sebelum dan sesudah pemberian edukasi.

Kata kunci: edukasi, kecemasan, metode kontrasepsi jangka panjang, minat, pengetahuan

Abstract: The utilization of long-term contraceptive methods (LTCM) in Indonesia remains lower than that of short-term contraceptive methods. Limited knowledge, low interest, and high levels of anxiety among family planning acceptors are among the factors influencing the selection of contraceptive methods. This study aimed to examine the educational efforts using media to improve knowledge and interest while reducing anxiety among family planning acceptors regarding the use of LARC at TPMB Dhonal Handayani in 2026. This study employed a quantitative approach using a pre-experimental one-group pretest-posttest design. A total of 20 family planning acceptors were selected through purposive sampling. Data were collected using knowledge and interest questionnaires and the Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A) before and after educational intervention utilizing leaflets and the Family Planning Decision-Making Aid (ABPK). Data were analyzed using the Paired Sample t-test and Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of 0,05. The findings showed that media-based education significantly improved participants' knowledge and interest while reducing anxiety regarding LARC utilization ($p < 0,05$). Therefore, media-based education can serve as an effective educational effort to enhance knowledge, increase interest, and reduce anxiety, thereby supporting greater acceptance and utilization of LARC in primary health care services.

Keywords: anxiety, education, interest, knowledge, long-acting reversible contraception

Pendahuluan

Program Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu strategi penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi melalui pengaturan jumlah dan jarak kelahiran. Selain berkontribusi terhadap pengendalian pertumbuhan penduduk, penggunaan kontrasepsi juga

berperan dalam menurunkan angka kematian ibu, mencegah kehamilan yang tidak direncanakan, serta mendukung pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs). Di antara berbagai metode kontrasepsi, Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) seperti alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR/IUD), implan, metode operasi wanita (MOW), dan metode operasi pria (MOP) merupakan metode yang direkomendasikan karena memiliki efektivitas sangat tinggi, aman, dan lebih efisien dalam penggunaan jangka panjang.

Meskipun demikian, pemanfaatan MKJP di Indonesia masih lebih rendah dibandingkan metode kontrasepsi jangka pendek, terutama suntik dan pil. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar pasangan usia subur masih memilih metode yang memerlukan kepatuhan penggunaan secara berkala. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa keputusan menggunakan MKJP dipengaruhi oleh karakteristik individu, tingkat pendidikan, akses terhadap informasi, kualitas konseling, dukungan pasangan, serta faktor sosial budaya yang berkembang di masyarakat. Penelitian di Indonesia juga menunjukkan bahwa faktor individu dan faktor komunitas berkontribusi terhadap penggunaan MKJP sehingga peningkatan cakupan MKJP memerlukan pendekatan edukatif yang komprehensif.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi pemilihan metode kontrasepsi. Pengetahuan yang baik mengenai manfaat, efektivitas, cara kerja, indikasi, dan efek samping MKJP akan membantu wanita usia subur mengambil keputusan secara rasional. Sebaliknya, rendahnya pengetahuan menyebabkan munculnya berbagai persepsi yang keliru mengenai MKJP, seperti anggapan bahwa pemasangan alat kontrasepsi menimbulkan rasa sakit, menyebabkan kemandulan, atau berbahaya bagi kesehatan reproduksi. Persepsi yang tidak tepat tersebut pada akhirnya dapat menurunkan minat serta meningkatkan kecemasan calon akseptor dalam memilih MKJP (Notoatmodjo, 2021). Di sisi lain, WHO menegaskan bahwa informasi dan konseling kontrasepsi yang berkualitas merupakan bagian penting dalam menjamin setiap individu memperoleh pilihan kontrasepsi yang aman dan sesuai kebutuhannya.

Selain pengetahuan, minat dan kecemasan merupakan aspek psikologis yang turut memengaruhi keputusan penggunaan kontrasepsi. Minat terhadap MKJP dipengaruhi oleh persepsi manfaat, pengalaman sebelumnya, dukungan pasangan, serta kepercayaan terhadap tenaga kesehatan. Sebaliknya, kecemasan umumnya muncul akibat ketakutan terhadap prosedur pemasangan, kekhawatiran akan efek samping, serta informasi yang diperoleh dari sumber yang tidak dapat dipertanggungjawabkan. WHO menyebutkan bahwa ketakutan terhadap efek samping, keterbatasan informasi, serta hambatan sosial dan budaya masih menjadi penyebab rendahnya penggunaan kontrasepsi modern di berbagai negara.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah melalui edukasi kesehatan menggunakan media. Penggunaan media edukasi seperti leaflet, booklet, flipchart, video edukasi, maupun Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK) dapat

meningkatkan efektivitas penyampaian informasi karena membantu sasaran memahami materi secara lebih jelas dan sistematis. WHO juga merekomendasikan penggunaan media pendukung dan alat bantu konseling untuk meningkatkan kualitas pelayanan keluarga berencana sehingga calon akseptor mampu mengambil keputusan berdasarkan informasi yang benar.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di TPMB Dhonal Handayani pada bulan Mei 2026, masih ditemukan bahwa sebagian besar calon akseptor lebih memilih kontrasepsi suntik dibandingkan MKJP. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian responden belum memahami manfaat dan efektivitas MKJP serta masih mempercayai berbagai mitos mengenai prosedur pemasangan, risiko kemandulan, dan efek samping kontrasepsi. Selain itu, sebagian besar informasi mengenai kontrasepsi diperoleh dari media sosial, keluarga, maupun pengalaman orang lain sehingga belum sepenuhnya berdasarkan bukti ilmiah. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya upaya edukasi menggunakan media yang mampu meningkatkan pengetahuan dan minat serta menurunkan kecemasan akseptor terhadap MKJP.

Penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada hubungan faktor-faktor yang memengaruhi penggunaan MKJP atau efektivitas konseling terhadap peningkatan pengetahuan. Penelitian yang mengkaji upaya edukasi menggunakan media terhadap peningkatan pengetahuan dan minat sekaligus penurunan kecemasan akseptor KB pada pelayanan praktik mandiri bidan masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya edukasi menggunakan media untuk meningkatkan pengetahuan dan minat serta menurunkan kecemasan akseptor KB terhadap Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) di TPMB Dhonal Handayani Tahun 2026.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental* melalui *one group pretest-posttest design* untuk mengetahui upaya edukasi menggunakan media dalam meningkatkan pengetahuan dan minat serta menurunkan kecemasan akseptor KB terhadap Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP). Penelitian dilaksanakan di TPMB Dhonal Handayani pada bulan Juni 2026 dengan melibatkan 20 akseptor KB yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner *pretest* sebelum pemberian edukasi dan *posttest* setelah intervensi menggunakan media leaflet dan Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK) Keluarga Berencana. Instrumen penelitian meliputi kuesioner pengetahuan, kuesioner minat, dan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A) untuk mengukur tingkat kecemasan responden. Penelitian dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian melalui pemberian *informed consent*, menjaga kerahasiaan identitas responden (*anonymity*), serta menjamin kerahasiaan data (*confidentiality*). Data dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics versi 26 dengan uji *Paired Sample t-test* untuk mengetahui perbedaan skor

pengetahuan dan minat sebelum dan sesudah edukasi, sedangkan perubahan tingkat kecemasan dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* pada tingkat signifikansi $p < 0,05$. Keberhasilan penelitian ditunjukkan oleh meningkatnya pengetahuan dan minat serta menurunnya tingkat kecemasan akseptor KB setelah diberikan edukasi menggunakan media.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan edukasi mengenai Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) dilaksanakan kepada 20 akseptor KB di TPMB Dhonal Handayani yang beralamat di Perum Permata Cikarang Timur Blok G7 No. 12, Jatireja, Kecamatan Cikarang Timur, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat menggunakan media leaflet dan Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK). Penyuluhan dilakukan menggunakan metode ceramah, diskusi, tanya jawab, dan konsultasi individual dengan bantuan media leaflet dan Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK) Keluarga Berencana. Materi yang diberikan meliputi pengertian MKJP, jenis-jenis MKJP, manfaat dan efektivitas penggunaan, keuntungan, efek samping, serta prosedur pemasangan dan pelepasan kontrasepsi jangka panjang. Evaluasi dilakukan melalui *pretest* dan *posttest* untuk mengukur perubahan pengetahuan, minat, dan kecemasan responden.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Data Perubahan Skor Sebelum dan Sesudah Edukasi

Variabel	Uji Normalitas	Nilai p	Distribusi	Uji Statistik
Pengetahuan	Shapiro-Wilk	0,087	Normal	<i>Paired Sample t-test</i>
Minat	Shapiro-Wilk	0,116	Normal	<i>Paired Sample t-test</i>
Kecemasan	Shapiro-Wilk	0,021	Tidak normal	<i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>

Berdasarkan Tabel 1, hasil uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk* menunjukkan bahwa data perubahan skor pengetahuan memiliki nilai $p = 0,087$ dan perubahan skor minat memiliki nilai $p = 0,116$. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga data perubahan skor pengetahuan dan minat dinyatakan berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis perbedaan skor sebelum dan sesudah edukasi dilakukan menggunakan *Paired Sample t-test*. Sementara itu, data perubahan skor kecemasan memiliki nilai $p = 0,021$, yaitu lebih kecil dari 0,05, sehingga dinyatakan tidak berdistribusi normal dan dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Tabel 2. Perbedaan Skor Pengetahuan Akseptor KB Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi

Kategori	Pretest n (%)	Posttest n (%)	Pretest Mean $\pm$ SD	Posttest Mean $\pm$ SD	p
Baik	3 (15,0)	15 (75,0)			
Cukup	6 (30,0)	5 (25,0)			
Kurang	11 (55,0)	0 (0,0)			
Total/Skor	20 (100,0)	20 (100,0)	58,60 $\pm$ 14,14	79,90 $\pm$ 6,54	< 0,001

Berdasarkan tabel 2, sebelum diberikan edukasi sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kurang, yaitu sebanyak 11 responden (55,0%), sedangkan setelah diberikan edukasi mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik, yaitu sebanyak 15 responden (75,0%). Secara analitik, rata-rata skor pengetahuan meningkat dari $58,60 \pm 14,14$ pada saat *pretest* menjadi $79,90 \pm 6,54$ pada saat *posttest*. Hasil *Paired Sample t-test* menunjukkan nilai $p < 0,001$. Dengan demikian, terdapat perbedaan skor pengetahuan yang bermakna secara statistik antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi.

Tabel 3. Perbedaan Skor Minat Akseptor KB Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi

Kategori	Pretest n (%)	Posttest n (%)	Pretest Mean $\pm$ SD	Posttest Mean $\pm$ SD	<i>p</i>
Tinggi	4 (20,0)	16 (80,0)			
Sedang	8 (40,0)	4 (20,0)			
Rendah	8 (40,0)	0 (0,0)			
Total/Skor	20 (100,0)	20 (100,0)	$61,80 \pm 13,12$	$78,60 \pm 7,71$	$< 0,001$

Berdasarkan tabel 3, sebelum diberikan edukasi responden dengan kategori minat tinggi sebanyak 4 responden (20,0%), sedangkan setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 16 responden (80,0%). Sebaliknya, kategori minat rendah yang sebelumnya sebanyak 8 responden (40,0%) tidak ditemukan lagi setelah edukasi. Rata-rata skor minat meningkat dari $61,80 \pm 13,12$ pada saat *pretest* menjadi $78,60 \pm 7,71$ pada saat *posttest*. Hasil *Paired Sample t-test* menunjukkan nilai $p < 0,001$. Dengan demikian, terdapat perbedaan skor minat yang bermakna secara statistik antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi.

Tabel 4. Perbedaan Skor Kecemasan Akseptor KB Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi

Kategori	Pretest n (%)	Posttest n (%)	Pretest Median (IQR)	Posttest Median (IQR)	<i>p</i>
Ringan	4 (20,0)	16 (80,0)			
Sedang	9 (45,0)	4 (20,0)			
Berat	7 (35,0)	0 (0,0)			
Total/Skor	20 (100,0)	20 (100,0)	23,50 (18,75–28,25)	14,50 (12,00–17,00)	$< 0,001$

Berdasarkan tabel 4, sebelum diberikan edukasi terdapat 7 responden (35,0%) dengan kategori kecemasan berat, sedangkan setelah diberikan edukasi tidak terdapat lagi responden dengan kategori kecemasan berat. Setelah edukasi, sebagian besar responden berada pada kategori kecemasan ringan, yaitu sebanyak 16 responden (80,0%). Median skor kecemasan menurun dari 23,50 dengan IQR 18,75–28,25 pada saat *pretest* menjadi 14,50 dengan IQR 12,00–17,00 pada saat *posttest*. Hasil *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $p < 0,001$. Dengan demikian, terdapat perbedaan skor kecemasan yang bermakna secara statistik antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan dan minat serta penurunan kecemasan akseptor KB antara sebelum dan sesudah pelaksanaan edukasi mengenai

MKJP. Perubahan tersebut terlihat dari peningkatan proporsi responden dengan kategori pengetahuan baik dan minat tinggi, serta penurunan proporsi responden dengan tingkat kecemasan berat setelah pelaksanaan edukasi. Hasil analisis statistik juga menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara pengukuran sebelum dan sesudah intervensi.

Meskipun demikian, perubahan yang terjadi setelah intervensi tidak dapat secara langsung diartikan bahwa media edukasi menjadi satu-satunya penyebab perubahan tersebut. Rangkaian intervensi dalam penelitian ini terdiri atas penggunaan leaflet dan ABPK KB yang disertai ceramah, diskusi, tanya jawab, serta konsultasi individual. Setiap komponen tersebut berpotensi berkontribusi terhadap proses penerimaan informasi dan perubahan kondisi responden setelah edukasi. Ceramah memungkinkan penyampaian informasi secara langsung, diskusi dan tanya jawab memberikan kesempatan kepada responden untuk memperoleh klarifikasi terhadap informasi yang belum dipahami, sedangkan konsultasi individual memungkinkan pembahasan disesuaikan dengan kebutuhan dan kekhawatiran responden.

Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan, peningkatan minat, dan penurunan kecemasan dalam penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai perubahan yang terjadi setelah pelaksanaan rangkaian edukasi secara keseluruhan. Karena seluruh komponen intervensi diberikan secara bersamaan, penelitian ini belum dapat menentukan apakah leaflet, ABPK KB, ceramah, diskusi, tanya jawab, atau konsultasi individual merupakan komponen yang memberikan pengaruh paling besar terhadap perubahan yang ditemukan. Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan desain yang membandingkan komponen intervensi secara terpisah untuk mengevaluasi kontribusi masing-masing metode edukasi.

Pada variabel minat, hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan ketertarikan responden terhadap MKJP setelah pelaksanaan edukasi. Namun, peningkatan minat tidak sama dengan penggunaan MKJP secara aktual. Penelitian ini tidak mengukur keputusan responden untuk menggunakan MKJP maupun jumlah responden yang benar-benar menjadi akseptor MKJP setelah intervensi. Oleh karena itu, hasil penelitian tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan bahwa peningkatan minat telah diikuti oleh peningkatan penggunaan atau penerimaan MKJP secara aktual. Temuan penelitian hanya menunjukkan adanya peningkatan minat responden terhadap MKJP setelah pelaksanaan rangkaian edukasi.

Selain itu, desain *one-group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol memiliki keterbatasan dalam menetapkan hubungan sebab-akibat. Perubahan yang diamati antara pengukuran sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan adanya perubahan setelah pelaksanaan edukasi, tetapi tidak dapat memastikan bahwa seluruh perubahan tersebut hanya disebabkan oleh intervensi penelitian. Oleh karena itu, hasil penelitian perlu diinterpretasikan sebagai adanya peningkatan pengetahuan dan minat serta penurunan kecemasan setelah

rangkaian edukasi, bukan sebagai bukti bahwa satu media tertentu secara pasti menyebabkan perubahan tersebut.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat peningkatan pengetahuan dan minat serta penurunan kecemasan akseptor KB antara sebelum dan sesudah pelaksanaan rangkaian edukasi mengenai Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP). Edukasi dalam penelitian ini dilakukan melalui kombinasi penggunaan leaflet, Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK) KB, ceramah, diskusi, tanya jawab, dan konsultasi individual. Oleh karena seluruh komponen intervensi diberikan secara bersamaan, penelitian ini belum dapat menentukan komponen atau media edukasi yang memberikan kontribusi paling besar terhadap perubahan yang ditemukan. Selain itu, peningkatan minat yang diperoleh tidak dapat diartikan sebagai peningkatan penggunaan atau akseptasi MKJP secara aktual karena penggunaan MKJP tidak diukur dalam penelitian ini.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Medika Suherman atas dukungan akademik yang diberikan selama pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing atas arahan dan bimbingannya, kepada tempat penelitian atas izin dan fasilitas yang diberikan selama proses penelitian, kepada seluruh ibu akseptor KB yang telah berpartisipasi sebagai responden, serta kepada seluruh anggota kelompok atas kerja sama dan dukungannya sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

Referensi

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2023). *Laporan Kinerja BKKBN Tahun 2023*. Jakarta: BKKBN.
- Hamilton, M. (1959). The assessment of anxiety states by rating. *British Journal of Medical Psychology*, 32(1), 50–55. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1959.tb00467.x>
- Hubacher, D., & Trussell, J. (2021). A definition of modern contraceptive methods. *Contraception*, 103(3), 142–143. <https://doi.org/10.1016/j.contraception.2020.08.008>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kincaid, D., Storey, J. D., Figueroa, M. E., & Underwood, C. (2012). Communication, ideation, and contraceptive use: The relationships observed in five countries. *Reproductive Health*, 9(26). <https://doi.org/10.1186/1742-4755-9-26>
- Kusumaningrum, W., Damayanti, R., Storey, J. D., & Yelda, F. (2020). Improving a long-acting reversible contraception usage by understanding client perspectives. *Medical Journal of Indonesia*, 29(2), 204–212. <https://doi.org/10.13181/mji.oa.203149>
- Mavranetzouli, I. (2008). The cost-effectiveness of long-acting reversible contraceptive methods in the UK: Analysis based on a decision-analytic model. *Human Reproduction*, 23(6), 1338–1345. <https://doi.org/10.1093/humrep/den091>
- Melka, A. S., Tekelab, T., & Wirtu, D. (2015). Determinants of long acting and permanent contraceptive methods utilization among married women of reproductive age groups in Ethiopia. *Pan African Medical Journal*, 21, 246. <https://doi.org/10.11604/pamj.2015.21.246.5835>
- Notoatmodjo, S. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Phiri, M., King, R., & Newell, J. N. (2015). Behaviour change techniques and contraceptive use in low- and middle-income countries: A review. *Reproductive Health*, 12, 100.

- <https://doi.org/10.1186/s12978-015-0091-y>
- Ruwayda, & Defirson. (2022). Efektivitas pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan akseptor keluarga berencana mengenai metode kontrasepsi jangka panjang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(3).
- United Nations. (2022). *World Family Planning 2022: Meeting the Changing Needs for Family Planning*. New York: United Nations.
- Weisberg, E. (2014). Promoting the use of long-acting reversible contraceptives. *Austin Journal of Obstetrics and Gynecology*, 1(6), 1–6.
- World Health Organization. (2022). *Family Planning: A Global Handbook for Providers* (4th ed.). Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. (2023). *Contraception*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. (2024). *Family Planning and Contraception*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization, & Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health/Center for Communication Programs. (2005). *Decision-making tool for family planning clients and providers: A resource for high-quality counselling*. World Health Organization.