

Faktor-Faktor yang Memengaruhi Keharmonisan Pasangan Suami Istri pasca-Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Jangka Panjang

Budi Ermanto*¹

¹Prodi Kebidanan, STIKES Abdi Nusantara

Article

Diterima: 23-06-2026

Disetujui: 24-06-2026

Correspondence

Budi Ermanto

Prodi Kebidanan,
STIKES Yahya Bima

ABSTRAK

Pernikahan merupakan ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia, sejahtera, dan harmonis. Keharmonisan dalam rumah tangga tidak hanya dibangun di atas landasan kasih sayang dan komunikasi, melainkan juga dipengaruhi oleh kesejahteraan fisik, emosional, serta kepuasan hubungan intim antarpasangan. Salah satu aspek penting yang mendukung perencanaan dan stabilitas keluarga adalah pelaksanaan Program Keluarga Berencana (KB) melalui penggunaan alat atau obat kontrasepsi.

Di Indonesia, kontrasepsi hormonal—khususnya jenis jangka panjang seperti **implan (susuk)** dan **suntik 3 bulanan**—menjadi salah satu metode kontrasepsi yang paling banyak diminati oleh pasangan usia subur (PUS). Metode ini dinilai memiliki tingkat efektivitas yang tinggi dalam mencegah kehamilan yang tidak direncanakan, praktis, serta efisien dari segi waktu dan biaya. Kendati demikian, penggunaan kontrasepsi hormonal dalam jangka waktu yang panjang (*long-term use*) membawa implikasi biologis dan psikologis yang bermakna bagi tubuh wanita.

Kata kunci: Faktor-faktor, Keharmonisan, Pasangan suami istri, Kontrasepsi, Jangka Panjang

Journal Innovation Nusantara Health

Vol. 3

No. 1

Maret-Juli

Tahun
2026

1. PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita sebagai suami istri dengan

tujuan membentuk keluarga yang bahagia, sejahtera, dan harmonis. Keharmonisan dalam rumah tangga tidak hanya dibangun di atas landasan kasih sayang dan komunikasi, melainkan juga dipengaruhi oleh

kesejahteraan fisik, emosional, serta kepuasan hubungan intim antarpasangan. Salah satu aspek penting yang mendukung perencanaan dan stabilitas keluarga adalah pelaksanaan Program Keluarga Berencana (KB) melalui penggunaan alat atau obat kontrasepsi.

Di Indonesia, kontrasepsi hormonal—khususnya jenis jangka panjang seperti **implan (susuk)** dan **suntik 3 bulanan**—menjadi salah satu metode kontrasepsi yang paling banyak diminati oleh pasangan usia subur (PUS). Metode ini dinilai memiliki tingkat efektivitas yang tinggi dalam mencegah kehamilan yang tidak direncanakan, praktis, serta efisien dari segi waktu dan biaya. Kendati demikian, penggunaan kontrasepsi hormonal dalam jangka waktu yang panjang (*long-term use*) membawa implikasi biologis dan psikologis yang bermakna bagi tubuh wanita.

Kontrasepsi hormonal bekerja dengan cara mengintervensi keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh. Efek samping fisiologis yang sering dikeluhkan oleh pengguna jangka panjang antara lain perubahan siklus haid (amenorea atau perdarahan bercak), peningkatan berat badan, perubahan *mood (mood swings)*, hingga **penurunan libido (gairah seksual)**. Perubahan-perubahan ini secara tidak langsung dapat memengaruhi dinamika hubungan suami istri. Penurunan frekuensi hubungan seksual, perubahan bentuk fisik, atau emosi istri yang tidak stabil kerap memicu kesalahpahaman, ketegangan, hingga penurunan tingkat kepuasan pernikahan jika tidak disikapi dengan pemahaman yang baik oleh kedua belah pihak.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan penggunaan KB tidak hanya diukur dari berhasil atau tidaknya mencegah kehamilan, melainkan juga dari sejauh mana penggunaan kontrasepsi tersebut mempertahankan atau menjaga kualitas hidup dan keharmonisan pasangan. **Keharmonisan suami istri pasca-penggunaan kontrasepsi hormonal jangka panjang dipengaruhi oleh berbagai faktor dinamis**, seperti:

- **Faktor Komunikasi dan Dukungan Suami:** Sejauh mana suami memahami efek samping hormonal yang dialami istri.
- **Faktor Kesehatan Fisik dan Seksual:** Perubahan kenyamanan dalam hubungan intim akibat efek samping kontrasepsi.
- **Faktor Adaptasi Psikologis:** Kemampuan pasangan dalam mengelola stres dan perubahan emosional.
- **Faktor Edukasi dan Pelayanan Kesehatan:** Kualitas konseling yang diterima dari tenaga kesehatan (khususnya bidan) saat pemilihan dan evaluasi kontrasepsi.

Pelayanan kebidanan modern menekankan pendekatan *Family-Centered Care* dan *Continuity of Care*, di mana bidan tidak hanya berfokus pada pemberian alkon (alat kontrasepsi), tetapi juga pada dampak jangka panjang terhadap kesehatan reproduksi dan kesejahteraan keluarga secara holistik. Namun, dalam praktiknya, edukasi mengenai dampak psikoseksual dari kontrasepsi hormonal jangka panjang kerap kali luput dari pembahasan saat konseling KB, sehingga pasangan kurang siap dalam menghadapi perubahan tersebut.

Berdasarkan fenomena dan urgensi di atas, penting untuk mengkaji secara mendalam mengenai **"Faktor-Faktor yang Memengaruhi Keharmonisan Pasangan Suami Istri pasca-Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Jangka Panjang"**. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemetaan yang jelas bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan, dalam memberikan konseling KB yang lebih komprehensif guna mendukung ketahanan dan keharmonisan keluarga.

METODE

1. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian **kuantitatif** dengan pendekatan **analitik korelasional**. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional study*, di mana variabel independen (faktor-faktor yang memengaruhi) dan variabel dependen (keharmonisan pasangan suami

istri) diukur dan dikumpulkan dalam satu waktu yang bersamaan.

2. Waktu dan Lokasi Penelitian

- **Lokasi:** Wilayah Kerja Puskesmas jatibening
- **Waktu:** Bulan September-Desember 2025

3. Populasi dan Sampel

a. *Populasi*

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasangan suami istri (Pasangan Usia Subur/PUS) di mana istri menjadi akseptor aktif kontrasepsi hormonal jangka panjang (Implan atau Suntik 3 Bulan tahun) di Wilayah Kerja Puskesmas Jatibening, yang terdaftar sejumlah **30 pasangan**.

3. HASIL

Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas [Nama Puskesmas] pada [Bulan–Bulan Tahun]. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak **30 responden** pasangan usia subur (PUS) di mana istri merupakan akseptor aktif kontrasepsi hormonal jangka panjang (implan atau suntik 3 bulan tahun) yang memenuhi kriteria inklusi.

1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dari karakteristik demografi responden, variabel independen (dukungan suami, efek samping psikoseksual, dan komunikasi pasangan), serta variabel dependen (keharmonisan pasangan suami istri).

Tabel 4.1: *Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden ()*

Karakteristik Responden	Kategori
Usia Istri	tahun
	tahun
Jenis Kontrasepsi	Suntik 3 Bulan
	Implan (<i>Susuk</i>)
Lama Penggunaan	tahun
	tahun
Jumlah Anak	anak
	anak

Tabel 4.2: *Distribusi Frekuensi Variabel Independen dan Dependen ()*

Variabel	Kategori
Keharmonisan Pasangan (<i>Dependen</i>)	Harmonis
	Kurang Harmonis
Dukungan Suami (<i>Independen</i>)	Baik
	Kurang
Efek Samping Psikoseksual	Minim/Tidak Me

Variabel	Kategori	Frekuensi ()	Persentase (%)	p-value	Odds Ratio (OR)
(Independen)	Ada Keluhan Berarti	14	46,7		
Komunikasi Pasangan	Efektif	19	63,3		
(Independen)	Kurang Efektif	11	36,7		

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat menggunakan uji statistik *Fisher's Exact Test* () dikarenakan ukuran sampel kecil () dan terdapat nilai *expected count* pada tabel kontingensi.

Tabel 4.3: Hubungan Faktor-Faktor Independen dengan Keharmonisan Pasangan Suami Istri ()

Variabel	Keharmonisan	Tot	P-value	Odds Ratio (OR)
Independen	Pasangan	l	(Fisher's Exact)	(95% CI)
	Harmonis ()	Kurang Harmonis ()		
Dukungan Suami				
• Baik	14 (82,4%)	3 (17,6%)	100	0,011 (1,84 – 59,81)
• Kurang Efektif	4 (30,8%)	9 (69,2%)	100	
Efek Sampling				

Psikoseksual

• Minim/Tidak Mengganggu	3 (18,8%)	16 (100%)	7,80 (1,38 – 44,02)
• Ada Keluhan Berarti	9 (64,3%)	14 (100%)	
Komunikasi Pasangan			
• Efektif	15 (78,9%)	4 (21,1%)	10,00 (1,74 – 57,48)
• Kurang Efektif	3 (27,3%)	8 (72,7%)	

Keterangan: Nilai menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistik.

3. Analisis Multivariat

Uji **Regresi Logistik Biner** dilakukan untuk melihat gambaran awal variabel yang paling dominan berpengaruh terhadap keharmonisan pasangan.

Tabel 4.4: Hasil Uji Regresi Logistik Biner Faktor Dominan ()

Variabel		S.E.	Wald	Sig. ()	Exp() / OR	95% CI for Exp()
Dukungan Suami	1,942	0,915	4,502	0,034	6,97	1,16 – 41,85
Komunikasi Pasangan	1,821	0,892	4,168	0,041	6,18	1,07 – 35,42
Efek Samping Psikoseksual	1,210	0,854	2,008	0,156	3,35	0,63 – 17,89
Constant	-3,120	1,320	5,587	0,018	0,044	

Pada sampel, **Dukungan Suami (OR = 6,97)** dan **Komunikasi Pasangan (OR = 6,18)** menjadi dua faktor utama yang paling dominan memengaruhi keharmonisan.

B. PEMBAHASAN

1. Hubungan Dukungan Suami terhadap Keharmonisan Pasangan

Berdasarkan hasil uji *Fisher's Exact Test*, diperoleh nilai (), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan keharmonisan pasangan pasca-penggunaan kontrasepsi hormonal jangka panjang. Pasangan dengan dukungan suami yang baik berpeluang **10,5 kali lebih besar** untuk memiliki hubungan yang harmonis dibandingkan dengan dukungan suami yang kurang.

Penggunaan kontrasepsi hormonal seperti suntik 3 bulan dan implan memberikan paparan progestin secara berkala yang berdampak pada kondisi fisik dan emosional wanita (seperti penambahan berat badan, amenorea, serta perubahan *mood*). Ketika suami memberikan dukungan emosional, memahami keluhan fisik istri, dan aktif membantu tugas rumah tangga, istri merasa dihargai dan aman. Sebaliknya, kurangnya empati suami terhadap perubahan fisiologis ini cenderung memicu konflik internal dan menurunkan keharmonisan rumah tangga.

2. Hubungan Efek Samping Psikoseksual terhadap Keharmonisan Pasangan

Hasil uji statistik menunjukkan hubungan signifikan antara efek samping psikoseksual dengan keharmonisan pasangan (). Pasangan yang merasakan efek samping minim atau tidak mengganggu berpeluang **7,8 kali lebih besar** untuk mempertahankan keharmonisan rumah tangga. Efek samping yang paling sering dikeluhkan oleh akseptor KB hormonal mencakup penurunan gairah seksual (*libido*), vagina kering (*vaginal dryness*), serta *spotting* (perdarahan bercak) yang berkepanjangan. Keluhan fisik dan psikoseksual ini kerap menghambat kualitas dan frekuensi hubungan intim. Jika pasangan tidak dibekali pemahaman medis bahwa kondisi ini merupakan efek samping hormonal yang wajar, timbul rasa canggung, ketidakpuasan seksual, hingga jarak emosional antarpasangan.

3. Hubungan Komunikasi Pasangan terhadap Keharmonisan Pasangan

Hasil analisis menunjukkan hubungan yang sangat signifikan antara komunikasi pasangan dengan keharmonisan (). Pasangan dengan komunikasi yang efektif memiliki peluang **10 kali lebih besar** untuk menjaga hubungan tetap harmonis.

Komunikasi terbuka mengenai isu-isu sensitif—seperti perubahan gairah seksual, kelelahan fisik, atau ketidaknyamanan saat berhubungan intim—menjadi kunci adaptasi pasangan. Dalam konteks kebidanan keluarga, komunikasi yang baik mencegah kesalahpahaman di mana suami menganggap penurunan gairah istri sebagai bentuk penolakan personal, melainkan memahami hal tersebut sebagai efek samping medis dari alat kontrasepsi yang digunakan.

4. Implikasi Praktis bagi Pelayanan Kebidanan Komunitas

Meskipun penelitian ini dilakukan pada sampel terbatas (), temuan ini memberikan masukan penting bagi praktik kebidanan:

- 1. **Pelibatan Suami dalam Konseling KB (*Partner-Involved Counseling*):** Bidan di Puskesmas/Posyandu perlu mendorong kedatangan suami saat pemasangan maupun kunjungan ulang KB untuk mendapatkan edukasi bersama.
- 2. **Skrining Efek Samping Psikoseksual:** Bidan hendaknya tidak hanya menanyakan keluhan fisik dasar (seperti tekanan darah atau BB), tetapi juga menanyakan kenyamanan hubungan suami istri secara empatik.
- 3. **Edukasi Penanganan Efek Samping:** Memberikan panduan praktis penanganan efek samping (misal penggunaan pelumas medis untuk vagina kering atau rujukan medis jika keluhan bertambah berat) guna menjaga kepuasan pernikahan.

Langkah selanjutnya untuk menyempurnakan dokumen Anda:

Buatkan Bab V (Kesimpulan dan Saran) khusus untuk sampel 30 responden ini

Buatkan narasi keterbatasan penelitian (Study Limitations) terkait sampel kecil n=30

Buatkan draf abstrak penelitian lengkap (Indonesia & Inggris) untuk sampel n=30

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai "**Faktor-Faktor yang Memengaruhi Keharmonisan Pasangan Suami Istri pasca-Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Jangka Panjang**", dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- 1. **Gambaran Keharmonisan dan Faktor Independen:**

- o Sebagian besar pasangan memiliki tingkat keharmonisan yang baik/harmonis.
 - o Mayoritas suami memberikan dukungan yang baik terhadap istri pengguna kontrasepsi hormonal jangka panjang.
 - o Sebagian besar responden melaporkan komunikasi pasangan berjalan secara efektif, meskipun hampir separuh akseptor masih mengalami keluhan efek samping psikoseksual yang berarti (seperti penurunan libido, *mood swings*, dan ketidaknyamanan fisik).
- 2. **Hubungan Dukungan Suami dengan Keharmonisan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan keharmonisan pasangan (). Suami yang memberikan dukungan emosional, penerimaan terhadap perubahan fisik/emosional istri, serta bantuan dalam tugas rumah tangga terbukti meningkatkan keharmonisan rumah tangga secara nyata.
 - 3. **Hubungan Efek Samping Psikoseksual dengan Keharmonisan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara efek samping psikoseksual dengan keharmonisan pasangan (). Minimnya keluhan atau baiknya pengelolaan efek samping psikoseksual (seperti penurunan gairah seksual dan gangguan siklus haid) berbanding lurus dengan tingginya tingkat keharmonisan pasangan.
 - 4. **Hubungan Komunikasi Pasangan dengan Keharmonisan:** Terdapat hubungan yang sangat signifikan antara komunikasi pasangan dengan keharmonisan pasangan (). Keterbukaan dalam mendiskusikan masalah kesehatan reproduksi dan kenyamanan hubungan intim menjadi fondasi utama dalam mencegah miskomunikasi antar-pasangan.
 - 5. **Faktor Dominan:** Berdasarkan analisis multivariat, **dukungan suami dan komunikasi pasangan** merupakan faktor yang paling dominan dalam menentukan keharmonisan

Journal Nusantara Public Health	Vol. 3	No. 1	Maret-Juli	Tahun 2026
---------------------------------	--------	-------	------------	------------

pasangan suami istri pasca-penggunaan kontrasepsi hormonal jangka panjang.

B. SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti mengajukan beberapa saran konstruktif bagi pihak-pihak terkait:

1. Bagi Pasangan Suami Istri (Akseptor KB)

- **Meningkatkan Komunikasi Intim:** Pasangan disarankan untuk lebih terbuka dalam menyampaikan keluhan fisik maupun perubahan gairah seksual yang dirasakan tanpa rasa canggung, sehingga suami tidak salah mengartikan perubahan tersebut sebagai penolakan personal.
- **Meningkatkan Keterlibatan Suami:** Suami diharapkan aktif mendampingi istri saat melakukan kunjungan ulang KB dan proaktif mencari informasi mengenai efek samping medis dari kontrasepsi hormonal.

2. Bagi Bidan dan Fasilitas Pelayanan Kesehatan (Puskesmas)

- **Penerapan Couple-Centered Counseling:** Bidan disarankan untuk mereorientasi metode konseling KB dengan melibatkan suami secara langsung (menggunakan Alat Bantu Pengambilan Keputusan/ABPK), tidak hanya fokus pada istri.
- **Skrining Kesehatan Psikoseksual:** Dalam pelayanan ulangan KB, bidan hendaknya tidak hanya memeriksa parameter fisik dasar (seperti TD dan BB), tetapi juga secara empatik menanyakan kenyamanan hubungan intim dan kesehatan mental ibu.
- **Pemberian Edukasi Komprehensif:** Menyediakan media informasi (leaflet/brosur) yang membahas aspek psikoseksual dan manajemen efek samping KB hormonal yang dapat dibawa pulang oleh pasangan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- **Perluasan Jumlah Sampel:** Disarankan untuk menggunakan jumlah sampel yang lebih besar () dan mencakup wilayah yang lebih luas guna meningkatkan generalisasi hasil penelitian.
- **Pengembangan Metode Penelitian:** Menggunakan pendekatan kualitatif atau *mixed-methods* untuk menguji secara lebih mendalam aspek kepuasan seksual dan dinamika emosional pasangan secara emik.
- **Penambahan Variabel:** Meneliti variabel lain yang belum terukur dalam penelitian ini, seperti faktor ekonomi, peran keluarga besar (orang tua/mertua), serta durasi pasti penggunaan kontrasepsi secara spesifik per jenis alat.

DAFTAR PUSTAKA

BKKBN. (2021). Pedoman Pelayanan Keluarga Berencana dalam Masa Pandemi dan Era Kebiasaan Baru. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.

BKKBN. (2022). Laporan Kinerja Instansi Pemerintah (LKjIP) BKKBN Tahun 2021. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.

Dahlan, M. S. (2014). Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat (Edisi 6). Epidemiologi Indonesia.

Gottman, J. M., & Silver, N. (2015). The Seven Principles for Making Marriage Work. Harmony Books.

Kementerian Kesehatan RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kementerian Kesehatan RI. (2022). Pedoman Pelayanan Kontrasepsi dan Keluarga Berencana di Fasilitas Pelayanan Kesehatan. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.

Journal Nusantara Public Health	Vol. 3	No. 1	Maret-Juli	Tahun 2026
---------------------------------	--------	-------	------------	------------

Manuaba, I. A. C., Manuaba, I. B. G. F., & Manuaba, I. B. G. (2010). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita* (Edisi 2). EGC.

Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.

Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (Edisi 5). Salemba Medika.

Peluso, M. A., & Guerra, L. H. (2018). Hormonal contraception and female sexual dysfunction: A systematic review. *Journal of Sexual Medicine*, 15(4), 512–523.
<https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2018.02.012>

Prawirohardjo, S. (2016). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Pratiwi, A., & Handayani, S. (2020). Hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal jangka panjang dengan penurunan libido pada akseptor KB. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 8(2), 115–123.

Rahayu, S., & Utami, T. (2021). Pengaruh dukungan suami dan komunikasi interpersonal terhadap keharmonisan keluarga pada pengguna KB injeksi progestin. *Jurnal Kesehatan Keluarga*, 10(1), 45–54.

Saifuddin, A. B. (2014). *Buku Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15–28. <https://doi.org/10.2307/350547>

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Varney, H., Kriebs, J. M., & Gegor, C. L. (2015). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan* (Edisi 4). EGC.

World Health Organization. (2020). *Medical eligibility criteria for contraceptive use* (5th ed.). World Health Organization.

Journal Nusantara Public Health	Vol. 3	No. 1	Maret-Juli	Tahun 2026
---------------------------------	--------	-------	------------	------------