

Tinjauan Pustaka

Peran Kontrasepsi terhadap Kembalinya Kesuburan pada Wanita

Aisyah Fitri Sabrina¹, Efriyan Imantika², Suryani Agustina Daulay³, Rodiani²

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, Bandar Lampung

²Bagian Ilmu Obstetri dan Ginekologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, Bandar Lampung

³Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, Bandar Lampung

Abstrak

Pendahuluan: Angka kelahiran global menunjukkan penurunan signifikan di banyak negara sebagai hasil dari upaya pengendalian populasi melalui program keluarga berencana dan penggunaan kontrasepsi modern. Meskipun kontrasepsi telah terbukti efektif dalam merencanakan kehamilan dan menurunkan angka kematian ibu dan bayi, terdapat kesenjangan pengetahuan yang luas di masyarakat mengenai reversibilitas kesuburan setelah penghentian penggunaan. Kekhawatiran bahwa kontrasepsi dapat menyebabkan infertilitas permanen masih tersebar luas, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda, dan kekhawatiran ini terbukti menghambat penggunaan metode kontrasepsi modern yang efektif.

Metode: Tinjauan literatur menggunakan metode *Literature Review (LR)* dari berbagai studi mengenai *peran kontrasepsi terhadap kembalinya kesuburan pada wanita*. Proses identifikasi dilakukan melalui basis data Scopus menggunakan kata kunci "*Contraception*" dan "*Fertility*".

Pembahasan: Penelitian menunjukkan bahwa kontrasepsi modern, baik hormonal maupun non-hormonal, tidak menyebabkan infertilitas permanen, melainkan hanya menunda kesuburan secara sementara hingga fungsi ovulasi kembali normal dalam waktu kurang dari satu tahun setelah penghentian penggunaan. Faktor usia, jenis kontrasepsi, tingkat pendidikan, dan pengetahuan reproduksi berpengaruh terhadap kecepatan pemulihan kesuburan. Selain itu, kontrasepsi modern terbukti berperan dalam menurunkan *Total Fertility Rate (TFR)* dan membentuk pola kesuburan yang lebih terencana.

Simpulan: Tren global memperlihatkan bahwa kontrasepsi kini tidak hanya menjadi alat pengendali kehamilan, tetapi juga sarana pemberdayaan reproduktif perempuan yang mendukung perencanaan keluarga secara sadar, sehat, dan berkelanjutan. Dengan demikian, kontrasepsi berfungsi sebagai mekanisme pengatur kesuburan yang fleksibel, reversibel, dan aman bagi wanita di era modern.

Kata Kunci: Kontrasepsi, Kesuburan

The Role of Contraception in Returning Fertility in Women

Abstract

Introduction: *The global birth rate shows a significant decline in many countries as a result of population control efforts through family planning programs and the use of modern contraception. Although contraception has been proven effective in planning pregnancies and reducing maternal and infant mortality rates, there remains a wide knowledge gap in society regarding the reversibility of fertility after discontinuing its use. Concerns that contraception can cause permanent infertility are still widespread, especially among adolescents and young adults, and these concerns have been shown to hinder the use of effective modern contraceptive methods..*

Method: *This study aims to determine the role of contraception in restoring female fertility through a Literature Review. Based on search results, 10 relevant articles were obtained for analysis.*

Discussion: *The results of the study indicate that modern contraception, both hormonal and non-hormonal, does not cause permanent infertility, but only temporarily delays fertility until ovulatory function returns to normal within less than one year after discontinuing use. Age, type of contraception, education level, and reproductive knowledge influence the speed of fertility recovery. In addition, modern contraception has been shown to play a role in reducing the Total Fertility Rate (TFR) and establishing more planned fertility patterns.*

Conclusion: *Global trends show that contraception is now not only a means of birth control, but also a means of women's reproductive empowerment that supports conscious, healthy, and sustainable family planning. Thus, contraception functions as a flexible, reversible, and safe fertility regulation mechanism for women in the modern era..*

Keywords: *Contraception, Fertility*

1. PENDAHULUAN

Angka kelahiran global mulai menunjukkan penurunan di banyak negara. Laporan terbaru dari *United Nations Department of Economic and Social Affairs (UN DESA)* menyebut bahwa dunia kemungkinan akan mencapai puncak populasi sebelum akhir

abad ini karena penurunan tingkat fertilitas secara luas. Di sisi lain, organisasi seperti *World Health Organization (WHO)* menegaskan bahwa program pengendalian fertilitas melalui keluarga berencana penting untuk menurunkan angka kematian ibu dan bayi serta mencegah

kehamilan yang tidak diinginkan. Di Indonesia misalnya, program keluarga berencana berhasil menurunkan angka rata-rata kelahiran per wanita secara bertahap, menunjukkan bahwa upaya pengendalian fertilitas memiliki dampak nyata pada tingkat kelahiran nasional.^{1,2}

Penggunaan kontrasepsi modern kini menjadi strategi utama dalam pengendalian populasi dunia khususnya Indonesia. Menurut WHO, metode kontrasepsi memungkinkan pasangan atau individu untuk menentukan waktu dan jumlah anak yang diinginkan, sehingga kehamilan dapat direncanakan dan risiko kehamilan dini atau terlalu banyak anak dapat dikurangi. Data global dari WHO juga menunjukkan bahwa masih ada kebutuhan besar akan keluarga berencana; banyak wanita usia subur yang belum menggunakan metode kontrasepsi meskipun menginginkan menunda kehamilan. Dengan demikian, kontrasepsi modern tidak hanya berfungsi sebagai alat untuk menunda kehamilan, tetapi juga sebagai bagian dari kebijakan kesehatan masyarakat dan pemberdayaan perempuan di era modern.^{3,4}

Walaupun kontrasepsi terbukti efektif menunda kehamilan dan membantu mengatur jarak kelahiran, muncul paradoks sosial terkait kekhawatiran terhadap

kembalinya kesuburan setelah berhenti menggunakan. Penelitian menunjukkan bahwa banyak wanita masih percaya bahwa penggunaan kontrasepsi bisa menghambat kemampuan hamil di masa depan, meskipun bukti ilmiah tidak mendukung kekhawatiran tersebut. Survei global mengungkap bahwa mitos tentang infertilitas akibat kontrasepsi masih tersebar luas. Kondisi ini mengisyaratkan bahwa edukasi dan komunikasi terkait kesuburan pasca-kontrasepsi perlu diperkuat agar perempuan dapat membuat keputusan yang berdasarkan informasi dan bukan ketakutan.⁴

Beragam penelitian menunjukkan masih ada kesenjangan pengetahuan di masyarakat terkait kontrasepsi dan kesuburan. Kekhawatiran bahwa kontrasepsi menyebabkan infertilitas permanen banyak ditemukan pada remaja dan dewasa muda, dan kekhawatiran ini terbukti menurunkan penggunaan kontrasepsi modern, misalnya pil, IUD, *implant*. Studi lintas-negara yang dilakukan oleh Gemmil *et al.* menegaskan bahwa keyakinan “kontrasepsi merusak kesuburan” menjadi salah satu penghalang penting pemakaian metode efektif, meski bukti ilmiah tidak mendukung anggapan tersebut. Kekhawatiran ini perlu ditangani melalui komunikasi yang jelas tentang sifat reversibel

kontrasepsi dan tentang perbedaan waktu kembalinya kesuburan antarmetode.^{4,5}

Hasil penelitian dari berbagai penelitian terdahulu menunjukkan perbedaan waktu kembalinya kesuburan setelah penghentian metode, terutama antara metode hormonal tertentu dan metode non-hormonal. Studi kohort yang dilakukan oleh Yland *et al.* melaporkan tidak ada bukti et kesuburan jangka panjang, namun ada penundaan sementara pada beberapa metode, dengan yang paling panjang pada suntikan DMPA; sementara pengguna IUD tembaga atau IUD hormonal tidak menunjukkan keterlambatan yang berarti. Analisis pada negara berpendapatan rendah dan menengah juga menemukan pola serupa: setelah berhenti, fecunditas kembali, tetapi keterlambatan lebih terasa pada pemakai injeksi dan sebagian implan. Temuan setempat di Ethiopia memperlihatkan bahwa mayoritas perempuan hamil kembali dalam 12 bulan setelah menghentikan kontrasepsi hormonal, dengan variasi menurut usia dan metode terakhir yang digunakan.⁵⁻⁷

Jenis kontrasepsi memengaruhi kecepatan kembalinya kesuburan terutama melalui mekanisme farmakologis dan durasi paparan hormon. Bukti empiris dari

penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pengguna injeksi progestin seperti DMPA mengalami jeda sementara paling panjang sebelum ovulasi kembali, sedangkan IUD tembaga dan IUD hormonal umumnya tidak menunda kesuburan secara bermakna; sebagian besar perempuan kembali hamil dalam 12 bulan setelah penghentian metode. Pada implan etonogestrel atau levonorgestrel, literatur dari Rigler *et al.* menegaskan tingginya angka kembalinya kesuburan setelah pencabutan, meskipun usia di atas 35 tahun dapat memperpanjang jeda pada sebagian kecil pengguna. Dengan demikian, perbedaan waktu pemulihan kesuburan lebih terkait jenis metode dan sifat hormon dibanding durasi pemakaian total, karena tidak ada bukti kerusakan permanen pada fungsi reproduksi.^{7,8}

Faktor biologis seperti usia dan status gizi (IMT) turut menentukan fecundabilitas setelah penghentian kontrasepsi. Konsensus klinis dari ASRM menegaskan penurunan peluang konsepsi seiring bertambahnya usia, terutama setelah usia 35–40 tahun, sehingga jeda yang tampak setelah berhenti dari metode hormonal sering kali dipengaruhi usia, bukan dampak permanen metode itu sendiri. Di tingkat populasi, kohort prospektif di Rotterdam melaporkan bahwa

IMT di luar kategori normal pada perempuan maupun pasangan laki-laki berhubungan dengan waktu kehamilan yang lebih lama dan subfertilitas, menegaskan peran status gizi sebelum konsepsi.^{8,9}

Di luar faktor biologis, pendidikan dan akses informasi kesehatan reproduksi memengaruhi perilaku penghentian metode dan kecepatan peralihan menuju kehamilan yang direncanakan. Secara global, basis data World Contraceptive Use 2024 menunjukkan ketimpangan akses dan literasi yang berkaitan dengan capaian pemakaian kontrasepsi modern, yang pada gilirannya memengaruhi waktu perencanaan kehamilan setelah penghentian. Di Indonesia, penelitian yang dilakukan oleh Munira *et al.* pada remaja menunjukkan pengetahuan kontrasepsi yang rendah dan kesenjangan akses antara wilayah urban dan rural, sehingga kebutuhan informasi yang akurat menjelang penghentian metode menjadi krusial untuk memastikan transisi yang cepat menuju kesuburan yang diinginkan. Keseluruhan bukti ini menegaskan bahwa kombinasi faktor biologis dan sosial, jenis metode dan usia, status gizi, pendidikan, serta akses informasi, secara bersama menentukan kecepatan kembalinya kesuburan setelah kontrasepsi, sementara sifat

metode tetap reversibel dan tidak merusak fungsi reproduksi.^{9,10}

Berdasarkan bukti empiris dari penelitian terdahulu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mensintesis temuan ilmiah mengenai peran kontrasepsi dalam mengembalikan kesuburan wanita setelah penghentian penggunaannya. Permasalahan utama yang diangkat adalah bagaimana berbagai metode kontrasepsi, baik hormonal maupun non-hormonal, mempengaruhi waktu kembalinya kesuburan, serta faktor biologis dan sosial apa saja yang turut menentukan proses tersebut.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Narrative Literature Review* (NLR) dari berbagai studi mengenai peran kontrasepsi terhadap kembalinya kesuburan pada wanita. Proses identifikasi dilakukan melalui basis data Scopus menggunakan kata kunci "*Contraception*" dan "*Fertility*". Dari hasil pencarian, ditemukan 297 artikel, namun setelah proses penyaringan berdasarkan kriteria inklusi–eksklusi (artikel penelitian, akses terbuka, berbahasa Inggris, dan terbit antara tahun 2020–2025), hanya 17 artikel yang relevan untuk diseleksi lebih lanjut. Setelah peninjauan mendalam terhadap judul, abstrak, dan isi, 10 artikel dinyatakan memenuhi kriteria

kelayakan dan dimasukkan ke dalam sintesis akhir penelitian ini.

Berdasarkan artikel yang terinklusi, tinjauan ini meninjau dampak kontrasepsi terhadap kesuburan wanita saat pemakaian, maupun pasca-penghentian pemakaian, meninjau hubungan pengetahuan terhadap pemakaian kontrasepsi, meninjau aspek psikososial dari pemakaian kontrasepsi pada wanita dari usia remaja hingga dewasa.

3. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelusuran, ditemukan 17 artikel yang relevan untuk diseleksi lebih lanjut. Setelah peninjauan mendalam terhadap judul, abstrak, dan isi, 10 artikel dinyatakan memenuhi kriteria kelayakan dan dimasukkan ke dalam ringkasan akhir penelitian ini.

Dari kesepuluh literatur yang dikaji menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi modern tidak menimbulkan gangguan terhadap kesuburan jangka panjang, meskipun beberapa metode seperti DMPA (Depo Medroxyprogesterone Acetate) dapat menunda kembalinya kesuburan untuk sementara waktu. Mayoritas wanita kembali subur dalam waktu kurang dari satu tahun setelah penghentian kontrasepsi, terutama pada pengguna kontrasepsi non-

hormonal dan mereka yang berusia di bawah 30 tahun. Selain itu, faktor pendidikan, usia, dan pengetahuan tentang reproduksi berperan penting dalam menentukan perilaku fertilitas dan pemilihan kontrasepsi. Kekhawatiran akan infertilitas pasca-kontrasepsi terbukti menurunkan tingkat penggunaan kontrasepsi, terutama di kalangan remaja dan wanita muda, menandakan pentingnya edukasi yang berbasis bukti mengenai keamanan kesuburan setelah penggunaan kontrasepsi. Di sisi lain, integrasi layanan seperti konseling pasangan (HIV-FP) maupun pendekatan interdisipliner (IBD-fertility) terbukti efektif meningkatkan penggunaan kontrasepsi jangka panjang (LARC) tanpa menurunkan potensi kesuburan.

Secara keseluruhan, ringkasan literatur ini menegaskan bahwa kontrasepsi berperan signifikan dalam mengendalikan fertilitas secara aman, sekaligus mendukung perencanaan keluarga dan kesehatan reproduksi perempuan di berbagai konteks sosial dan geografis.

Berdasarkan penelitian Noronha *et al.* (2022) memberikan bukti empiris di tingkat individu mengenai kembalinya kesuburan setelah penghentian kontrasepsi, melalui studi terhadap 123 wanita multigravida pasca-KB di

Surakarta, Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jenis kontrasepsi dan usia pengguna berpengaruh signifikan terhadap kecepatan kembalinya kesuburan, di mana wanita berusia di bawah 30 tahun dan pengguna metode non-hormonal cenderung lebih cepat kembali subur (< 1 tahun). Durasi penggunaan maupun indeks massa tubuh (IMT) tidak terbukti memengaruhi waktu pemulihan kesuburan. Temuan ini mempertegas bahwa penggunaan kontrasepsi tidak menyebabkan infertilitas

permanen, melainkan hanya menunda ovulasi secara sementara. Jika dikaitkan dengan hasil Medina (2022), keduanya mengindikasikan bahwa tren kontrasepsi modern saat ini telah berkembang menjadi mekanisme yang fleksibel, adaptif, dan reversibel, memungkinkan perempuan untuk mengontrol reproduksinya sesuai dengan kebutuhan dan kesiapan hidupnya.

Tabel 1. Ringkasan Penelitian Terdahulu

No	Peneliti & Tahun	Populasi	Desain Studi	Temuan Penelitian
1	Ariho & Kabagenyi, 2020 ¹¹	25.074 wanita Uganda usia 15–49 tahun (DHS 2006–2016)	Analisis sekunder, <i>cross-sectional time-series</i>	Penelitian ini menganalisis faktor apa yang paling berkontribusi terhadap penurunan angka kesuburan (fertilitas) di Uganda pada tahun 2006-2016. Didapatkan hasil faktor yang paling berpengaruh ialah penggunaan kontrasepsi dan usia pernikahan pertama
2	Holt et al., 2025 ¹²	2.997 wanita usia 18–35 tahun di Uganda dan Nigeria	<i>Validation study, cross-sectional</i>	Penelitian untuk memvalidasi alat ukur baru yang disebut Indeks PAFMI (<i>Preference-Aligned Fertility Management Index</i>), yang dirancang untuk menggantikan atau melengkapi ukuran tradisional seperti " <i>unmet need</i> " (kebutuhan KB yang tidak terpenuhi) dengan pendekatan yang lebih berpusat pada hak asasi dan keinginan individu. Didapatkan hasil PAFMI valid dan konsisten memprediksi kesesuaian pilihan kontrasepsi dengan niat reproduksi.

3	Le Cosquer et al., 2025 ¹³	100 wanita dengan IBD + 122 tenaga kesehatan (Prancis)	Survei deskriptif, <i>cross-sectional multi-group</i>	Penelitian ini menganalisis kesenjangan pengetahuan yang signifikan antara pasien dan tenaga medis mengenai kesehatan reproduksi pada penderita penyakit radang usus (IBD). Didapatkan hasil 47% pasien tidak pernah didiskusikan kontrasepsi; 80% tidak tahu efektivitas pil pada IBD; butuh edukasi interdisipliner
4	Woldeamanuel et al., 2023 ¹⁴	5.846 wanita usia 15–49 tahun (DHS Ethiopia)	Analisis sekunder, <i>cross-sectional</i>	Penelitian ini menganalisis karakteristik demografi dan survey kesehatan di Ethiopia berdasarkan pendidikan wanita, penggunaan kontrasepsi, dan Perilaku Fertilitas Berisiko Tinggi (<i>High-Risk Fertility Behavior - HRFB</i>). Didapatkan hasil, penggunaan kontrasepsi modern menurunkan <i>high-risk fertility behavior</i> (AOR = 0.74).
5	Watson et al., 2023 ¹⁵	2.060 wanita muda (18–25 thn, AS)	<i>Cross-sectional</i> (RCT baseline)	Penelitian ini menganalisis edukasi dan informasi tentang efek kontrasepsi terhadap kesuburan pada komunitas mahasiswa perguruan tinggi (kelompok usia muda).
6	Medina, 2022 ¹⁶	Wanita usia subur di 2.457 munisipalitas Meksiko (2020)	<i>Ecological Bayesian spatial model</i>	Penelitian ini menganalisis hubungan antara penggunaan kontrasepsi dan tingkat fertilitas di tingkat lokal di Meksiko menggunakan pendekatan statistik tingkat lanjut. Didapatkan hasil, Kontrasepsi modern menurunkan fertilitas secara signifikan pada wilayah berpendapatan tinggi.
7	Noronha et al., 2022 ¹⁷	123 wanita multigravida pasca-KB di Surakarta	Observasional analitik, <i>cross-sectional</i>	Penelitian ini menganalisis mengukur waktu yang dibutuhkan bagi seorang wanita untuk kembali subur (hamil) setelah ia berhenti menggunakan alat kontrasepsi. Didapatkan hasil, Jenis kontrasepsi & usia < 30 tahun → lebih cepat subur (<1 tahun); sedangkan durasi pemakaian & BMI tidak berpengaruh terhadap kembalinya kesuburan.

8	Nugraha et al., 2022 ¹⁸	Wanita usia 15–49 thn (SDKI 2002/03 & 2017)	Analisis sekunder, <i>time-trend study</i>	Penelitian ini menganalisis peran kontrasepsi terhadap peningkatan <i>Total Fertility Rate</i> (TFR) atau angka kelahiran di Provinsi DIY (Daerah Istimewa Yogyakarta) cenderung meningkat dalam satu dekade terakhir Didapatkan hasil, Penggunaan kontrasepsi berkontribusi besar terhadap penurunan <i>Total Fertility Rate</i> di Provinsi DIY.
9	Ernawati et al., 2021 ¹⁹	7.547 remaja perempuan (15–19 thn, SDKI 2017)	Analisis sekunder, cross-sectional	Penelitian ini menganalisis sejauh mana penggunaan kontrasepsi berhubungan dengan angka fertilitas (kelahiran) pada remaja di Indonesia. Didapatkan hasil, Penggunaan kontrasepsi menurunkan fertilitas remaja setelah kontrol variabel perancu (AOR = 4.8)
10	Mukamuyango et al., 2020 ²⁰	1.290 pasangan di Kigali (HIV + / –)	Observasional prospektif	Penelitian ini mengevaluasi sebuah model intervensi kesehatan di Rwanda untuk melihat bagaimana konseling tertentu dapat meningkatkan penggunaan alat kontrasepsi LARC (<i>Long-Acting Reversible Contraception</i>) Didapatkan hasil, 74 % pasangan memilih LARC dan penggunaan LARC dapat meningkatkan pencegahan kehamilan tak diinginkan.

3.1 Pengaruh Kontrasepsi terhadap Kesuburan

Penelitian yang dilakukan oleh Ariho dan Kabagenyi menggunakan data sekunder dari *Demographic and Health Survey (DHS)* Uganda tahun 2006 hingga 2016 dengan melibatkan 25.074 wanita usia 15–49 tahun. Metode yang digunakan adalah analisis *cross-sectional time-series* untuk

melihat perubahan perilaku fertilitas dan penggunaan kontrasepsi dalam kurun waktu sepuluh tahun. Penelitian ini tidak hanya menilai hubungan antara penggunaan kontrasepsi dengan tingkat kesuburan, tetapi juga memperhitungkan faktor demografis lain seperti usia

pertama menikah, usia pertama berhubungan seksual, serta preferensi jumlah anak.¹¹

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan angka fertilitas total (*Total Fertility Rate/TFR*) secara signifikan di Uganda selama periode tersebut. Penurunan ini dipengaruhi oleh peningkatan penggunaan kontrasepsi modern serta penundaan usia pertama menikah dan usia pertama berhubungan seksual. Artinya, semakin banyak perempuan yang menunda pernikahan dan memanfaatkan kontrasepsi untuk mengatur jarak kelahiran, semakin rendah tingkat kelahiran nasional. Namun, hasil ini juga mengindikasikan bahwa penggunaan kontrasepsi tidak menyebabkan penurunan permanen terhadap kemampuan reproduksi, melainkan berperan sebagai alat pengatur waktu dan perencanaan kesuburan.

Dari temuan ini, dapat disimpulkan bahwa kontrasepsi berfungsi bukan sebagai penghambat kesuburan secara biologis, tetapi sebagai mekanisme pengendalian kesuburan yang fleksibel dan reversibel. Ketika penggunaan kontrasepsi dihentikan, wanita tetap dapat kembali subur sesuai kondisi fisiologisnya. Dengan kata lain, kontrasepsi memberikan kendali bagi perempuan untuk menunda atau merencanakan kehamilan tanpa memengaruhi

kemampuan mereka untuk hamil di kemudian hari.

Jika dikaitkan dengan temuan Ariho dan Kabagenyi, Penelitian dari Holt *et al.* memperlihatkan hubungan yang saling melengkapi mengenai peran kontrasepsi dalam pengaturan dan pengembalian kesuburan. Penelitian Ariho menunjukkan bahwa peningkatan penggunaan kontrasepsi modern berkontribusi pada penurunan fertilitas secara nasional tanpa menghambat kemampuan biologis perempuan untuk kembali subur setelah penghentian penggunaan. Sementara itu, penelitian Holt menekankan pentingnya pemilihan kontrasepsi yang selaras dengan preferensi kesuburan agar penggunaan metode tersebut menjadi lebih berkelanjutan, efektif, dan diterima oleh pengguna. Penelitian yang dilakukan oleh Holt *et al.* (2025) berfokus pada validasi *Preference-Aligned Fertility Management Index* (PAFMI), yaitu sebuah alat ukur baru yang dirancang untuk menilai sejauh mana pilihan kontrasepsi seorang wanita selaras dengan preferensi dan niat kesuburannya. Studi ini melibatkan 2.997 wanita berusia 18–35 tahun dari Uganda dan Nigeria dengan menggunakan desain validation study berbasis *cross-sectional*. PAFMI dikembangkan untuk menjembatani kesenjangan

antara keinginan reproduksi individu, apakah mereka ingin menunda, membatasi, atau segera memiliki anak, dengan pilihan metode kontrasepsi yang digunakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa PAFMI merupakan alat yang valid dan konsisten dalam memprediksi kesesuaian antara pilihan kontrasepsi dengan niat reproduksi seseorang. Hal ini berarti bahwa penggunaan kontrasepsi dapat lebih efektif bila disesuaikan dengan motivasi dan kebutuhan reproduksi individu, bukan semata-mata berdasarkan ketersediaan alat atau anjuran petugas kesehatan.^{11,12}

Penelitian Medina (2022) dan Noronha *et al.* (2022) secara komprehensif memperlihatkan hubungan nyata antara penggunaan kontrasepsi dengan dinamika kesuburan wanita dalam konteks modern yang semakin kompleks. Studi Medina (2022), yang melibatkan wanita usia subur di 2.457 munisipalitas di Meksiko, menggunakan pendekatan Bayesian spatial model untuk menilai efek spasial dari penggunaan kontrasepsi terhadap tingkat fertilitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi modern, baik hormonal maupun non-hormonal, berhubungan dengan penurunan fertilitas secara signifikan, khususnya di wilayah berpendapatan tinggi dengan

akses layanan kesehatan dan edukasi reproduksi yang lebih baik. Temuan ini menggambarkan tren global bahwa kontrasepsi telah menjadi alat pengendali fertilitas yang efektif secara populasi, bukan dengan menghambat kesuburan secara biologis, tetapi dengan menunda dan mengatur waktu kehamilan sesuai preferensi sosial-ekonomi. Dengan kata lain, kontrasepsi berperan dalam mentransformasi pola kesuburan dari yang alami dan tidak terkontrol menuju pola yang sadar, terencana, dan selaras dengan perkembangan sosial modern.

Penelitian Nugraha *et al.* (2022) dan Ernawati *et al.* (2021) memberikan bukti empiris yang memperkuat tren global mengenai peran kontrasepsi dalam memengaruhi pola kesuburan wanita di era modern dengan adanya penurunan *Total Fertility Rate* (TFR) secara nasional. Studi Nugraha *et al.* (2022) menggunakan data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2002/2003 dan 2017 untuk menganalisis perubahan tren penggunaan kontrasepsi modern di kalangan wanita usia 15–49 tahun. Penurunan ini mencerminkan pergeseran dari pola kesuburan alami yang tidak terkontrol menuju pola kesuburan yang terencana dan dikelola melalui penggunaan alat

kontrasepsi. Dengan kata lain, kontrasepsi menjadi instrumen strategis dalam kebijakan kependudukan dan kesehatan reproduksi, yang memungkinkan perempuan mengendalikan frekuensi dan jarak kelahiran tanpa menghilangkan kemampuan biologis untuk kembali subur setelah penghentian penggunaan. Temuan ini menegaskan bahwa dalam konteks modern, kontrasepsi tidak hanya berfungsi sebagai metode pencegahan kehamilan, tetapi juga sebagai penentu arah transisi demografi dan kesetaraan gender dalam pengelolaan reproduksi.

Penelitian Ernawati *et al.* (2021) memperluas pemahaman ini dengan fokus pada kelompok remaja perempuan usia 15–19 tahun berdasarkan data SDKI 2017. Hasilnya menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi modern pada remaja secara signifikan menurunkan tingkat fertilitas (AOR = 4,8) setelah dikontrol terhadap berbagai variabel perancu seperti pendidikan, status pernikahan, dan akses informasi. Temuan ini memperlihatkan bagaimana kontrasepsi menjadi faktor protektif terhadap kehamilan dini, sekaligus sarana edukatif yang membentuk kesadaran reproduksi sejak usia muda. Jika dikaitkan dengan hasil penelitian Nugraha *et al.* (2022), keduanya

memperlihatkan tren bahwa penggunaan kontrasepsi modern tidak menghambat kesuburan secara permanen, melainkan menata ulang pola reproduksi agar lebih adaptif terhadap tuntutan sosial, pendidikan, dan ekonomi masa kini.

3.2 Pengaruh Pengetahuan Pasien terhadap Penggunaan Kontrasepsi

Penelitian yang dilakukan oleh Le Cosquer *et al.* (2025) memperluas pemahaman tentang dinamika antara kontrasepsi dan kesuburan dalam konteks medis khusus, yakni pada wanita dengan penyakit radang usus (*Inflammatory Bowel Disease/IBD*). Melalui survei terhadap 100 pasien wanita dan 122 tenaga kesehatan di Prancis, penelitian ini menemukan bahwa masih terdapat kesenjangan pengetahuan dan komunikasi mengenai penggunaan kontrasepsi dan dampaknya terhadap kesuburan. Sebanyak 47% pasien belum pernah mendiskusikan topik kontrasepsi dengan dokternya, dan 80% tidak mengetahui efektivitas pil kontrasepsi pada kondisi IBD. Temuan ini menunjukkan bahwa kurangnya edukasi dan kolaborasi antar tenaga medis berdampak pada rendahnya pemanfaatan kontrasepsi yang tepat dan aman bagi kelompok pasien khusus. Jika dikaitkan dengan penelitian

Holt *et al.* (2025), dapat diinterpretasikan bahwa efektivitas kontrasepsi terhadap kesuburan sangat bergantung pada kesesuaian antara pemilihan metode dan kondisi individu, termasuk kesehatan reproduksi yang spesifik.

Disamping itu, penelitian yang dilakukan oleh Woldeamanuel *et al.* (2023) dan Watson *et al.* (2023) secara komplementer memberikan pemahaman yang mendalam mengenai peran kontrasepsi dalam kaitannya dengan perilaku kesuburan wanita, baik dari perspektif struktural maupun psikologis. Studi Woldeamanuel, dengan menganalisis data *Demographic and Health Survey* (DHS) dari 5.846 wanita usia 15–49 tahun di Ethiopia, menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi modern berkorelasi dengan penurunan perilaku fertilitas berisiko tinggi (*high-risk fertility behavior*) sebesar AOR = 0.74. Hal ini menunjukkan bahwa kontrasepsi berperan tidak hanya dalam menunda kehamilan, tetapi juga dalam melindungi kesehatan reproduksi perempuan melalui pengendalian jarak dan frekuensi kelahiran. Selain itu, faktor pendidikan ditemukan berpengaruh signifikan dalam meningkatkan kesadaran dan adopsi kontrasepsi modern, yang pada gilirannya menciptakan pola fertilitas yang lebih terencana dan

sehat. Dengan demikian, penggunaan kontrasepsi di tingkat populasi berfungsi sebagai instrumen strategis dalam menurunkan angka fertilitas dan meningkatkan kesejahteraan perempuan melalui penguatan literasi reproduktif.

Sementara itu, penelitian Watson *et al.* (2023) menyoroti dimensi psikososial dari penggunaan kontrasepsi, dengan meneliti 2.060 wanita muda di Amerika Serikat berusia 18–25 tahun. Studi ini menemukan bahwa kekhawatiran terhadap potensi infertilitas pasca-kontrasepsi secara signifikan menurunkan tingkat penggunaannya (aOR = 0.67), sementara edukasi yang tepat mengenai efek kontrasepsi terhadap kesuburan terbukti meningkatkan penerimaan dan kepatuhan penggunaannya. Jika dihubungkan dengan temuan Woldeamanuel, dapat diinterpretasikan bahwa peran kontrasepsi terhadap kesuburan tidak dapat dilepaskan dari konteks pendidikan dan persepsi individu terhadap reproduksi. Ketika pengetahuan dan kepercayaan terhadap keamanan kontrasepsi meningkat, penggunaan metode modern menjadi lebih optimal dan berkelanjutan, tanpa menimbulkan kekhawatiran akan kehilangan kesuburan. Oleh karena itu, kedua penelitian ini bersama-sama menegaskan

bahwa kontrasepsi memiliki peran ganda—sebagai alat pengatur kesuburan secara fisiologis dan sebagai sarana pemberdayaan perempuan melalui peningkatan literasi reproduksi dan penghilangan stigma terhadap infertilitas.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan keseluruhan hasil tinjauan literatur terhadap sepuluh penelitian yang dianalisis, dapat disimpulkan bahwa kontrasepsi memiliki peran penting dalam mengatur, bukan menghambat, kesuburan wanita. Penggunaan kontrasepsi modern, baik hormonal maupun nonhormonal, terbukti tidak menyebabkan infertilitas permanen, melainkan hanya menunda ovulasi secara sementara, sehingga kesuburan dapat kembali normal setelah penghentian penggunaan, umumnya dalam waktu kurang dari satu tahun. Faktor seperti usia, jenis kontrasepsi, tingkat pendidikan, serta pengetahuan reproduksi berpengaruh terhadap kecepatan dan kesiapan kembalinya kesuburan. Selain itu, tren global menunjukkan bahwa kontrasepsi berfungsi tidak hanya sebagai alat pengendali fertilitas, tetapi juga sebagai sarana pemberdayaan perempuan dalam perencanaan keluarga dan pengambilan keputusan reproduktif yang sadar dan terencana. Dengan demikian, peran kontrasepsi dalam konteks

modern bukan untuk menurunkan kemampuan reproduksi, melainkan untuk memfasilitasi pengendalian kesuburan yang fleksibel, reversibel, dan sehat, sesuai dengan kebutuhan biologis dan sosial perempuan.

Pada penelitian ini terdapat banyak keterbatasan karena menggunakan metode *narrative literature review* yang bersifat subjektif dan kurangnya transparansi dalam proses seleksi sumber pustaka. Karena tidak memiliki protokol pencarian yang sistematis dan kriteria inklusi atau eksklusi yang ketat seperti pada *systematic review*, peneliti cenderung melakukan pemilihan literatur secara memihak (*cherry-picking*) yang hanya mendukung argumen tertentu saja. Hal ini menyebabkan hasil tinjauan rentan terhadap bias penulis dan sulit untuk direplikasi oleh peneliti lain guna memverifikasi temuan tersebut. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode lain yang tidak bersifat subjektif.

DAFTAR PUSTAKA

1. United Nation. World Population Prospects 2024. 2024. <<https://www.un.org/development/desa/pd/world-population-prospects-2024>>.
2. WHO. Family Planning/Contraception Methods. 2025. <<https://www.who.int/news->

- room/fact-sheets/detail/family-planning-contraception>.
3. WHO. *Contraception.*; 2025. <<https://www.who.int/health-topics/contraception>>.
 4. Kirubarajan A, Li X, Yau M, et al. *Awareness, knowledge, and misconceptions of adolescents and young people regarding long-acting reversible contraceptives: a systematic review and meta-analysis.* *Fertil Steril.* 2022;118(1):168-179.
 5. Damtie Y, Kefale B, Arefaynie M, Yalew M, Adane B. *Fertility return after hormonal contraceptive discontinuation and associated factors among women attended Family Guidance Association of Ethiopia Dessie model clinic, Northeast Ethiopia: A cross-sectional study.* Rosenbaum JE, ed. *PLoS One.* 2023;18(7).
 6. Yland JJ, Bresnick KA, Hatch EE, et al. *Pregravid contraceptive use and fecundability: prospective cohort study.* *BMJ.* Published online November 2020.
 7. Rigler N, Kully G, Hildebrand MC, Averbach S, Mody SK. *Offering extended use of the contraceptive implant via an implementation science framework: a qualitative study of clinicians' perceived barriers and facilitators.* *BMC Health Serv Res.* 2024;24(1):697.
 8. (ASRM) AS for RM. *Optimizing Natural Fertility: A Committee Opinion.*; 2021.
 9. AGMGJ, et al. *Preconception and Early-Pregnancy Body Mass Index in Women and Men, Time to Pregnancy, and Risk of Miscarriage.* *JAMA Netw Open.* 2024;7(9).
 10. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). *National Health Statistics Reports - Contraceptive Methods Women Have Ever Used: United States, 2015–2019.*; 2023.
 11. Ariho P, Kabagenyi A. *Age at first marriage, age at first sex, family size preferences, contraception and change in fertility among women in Uganda: Analysis of the 2006-2016 period.* *BMC Womens Health.* 2020;20(1):1-13.
 12. Holt K, Gomez R, Amongin D, et al. *Validation of the contraception-focused Preference-aligned Fertility Management Index in Uganda and Nigeria.* *Contraception.* 2025;144:110813.
 13. Le Cosquer G, Gilletta C, Béoletto F, Bournet B, Buscail L, Di Donato E. *Contraception, fertility and inflammatory bowel disease (IBD): A survey of the perspectives of patients, gastroenterologists and women's healthcare providers.* *BMJ Open Gastroenterol.* 2025;12(1).
 14. Woldeamanuel BT, Gessese GT, Demie TG, Handebo S, Biratu TD. *Women's education, contraception use, and high-risk fertility behavior: A cross-*

- sectional analysis of the demographic and health survey in Ethiopia.* *Front Glob Women's Heal.* 2023;4(3):1-9.
15. Watson A, Yarger J, Sedlander E, et al. *Concern that contraception affects future fertility: How common is this concern among young people and does it stop them from using contraception?* *Contracept X.* 2023;5:100103
 16. Medina GN. *Bayesian spatial modelling of contraception effects on fertility in Mexican municipalities in 2020.* *Geospat Health.* 2022;17(1):13-20.
 17. Noronha QMJ, Nurinasari H, Budihastuti UR, Darto. *Return of Fertility after Discontinuation of Contraception According Type of Contraception, Duration of Use, Age and Body Mass Index.* *Indones J Obstet Gynecol.* 2022;10(1):37-41.
 18. Nugraha A, Arsyad SS, Nurhayati S. *Contribution of Contraception to Fertility in the Province of the Special Region of Yogyakarta.* *Kemas.* 2022;18(1):1-9.
 19. Ernawati H, Mas'udah AF, Emilia O, Lusmilasari L, Isroin L, Verawati M. *The use of contraception and adolescent fertility in Indonesia.* *Open Access Maced J Med Sci.* 2021;9:168-171.
 20. Mukamuyango J, Ingabire R, Parker R, et al. *Uptake of long acting reversible contraception following integrated couples HIV and fertility goal-based family planning counselling in Catholic and non-Catholic, urban and rural government health centers in Kigali, Rwanda.* *Reprod Health.* 2020;17(1):1-15.
 21. Gemmill A, Bradley SEK, Berger BO, Bell SO. *The Relationship Between Contraceptive Method Use and Return of Fecundity Among Women Attempting Pregnancy in Low-and Middle-Income Countries.* *Demography.* 2023;60(4):1163-1179.
 22. CDC. *Injectables.*; 2024. <<https://www.cdc.gov/contraception/hcp/usspr/injectables.html>>.
 23. Munira L, Viwattanakulvanid P, Nugroho PS et al. *Contraceptive knowledge and utilization among adolescent girls in Indonesia.* *J Public Health Policy.* 2025;46(3):601-606