



Hubungan Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Kenaikan Berat Badan Akseptor KB di Pustu Pohsangit Leres

Nurul Imaniyah^{1#}, Wahida Yuliana², Tutik Hidayati³

¹⁻³Universitas Hafshawati Zainul Hasan, Probolinggo

ARTICLE INFORMATION

Received: December 25th 2025

Revised: January 3th 2026

Accepted: January 18th 2026

KEYWORD

kontrasepsi suntik, berat badan, akseptor

injectable contraceptives, body weight, acceptors

CORRESPONDING AUTHOR

Nama: Nurul Imaniyah

E-mail: nurulsweet87@gmail.com

No. Tlp : 085231452308

DOI : 10.62354/jurnalmedicare.v5i1.364

ABSTRACT

Akseptor KB terbanyak di Indonesia didominasi akseptor KB suntik sebesar 62,77%. Efek samping kontrasepsi suntik paling utama adalah gangguan pola haid, sedangkan efek lainnya adalah peningkatan berat badan antara 1–5 kg. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan pemakaian kontrasepsi suntik dengan kenaikan berat badan akseptor KB di Pustu Pohsangit Leres 2025. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi adalah seluruh akseptor KB suntik yang datang ke Pustu pohsangit Leres berjumlah 33 orang dan keseluruhan dijadikan sebagai sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kontrasepsi suntik dengan kenaikan berat badan akseptor KB dengan nilai $p = 0,001 < \alpha = 0,05$. Tidak terdapat hubungan bermakna antara lama pemakaian dengan kenaikan berat badan akseptor KB dengan nilai $p = 0,687 > \alpha = 0,05$. Disarankan bagi ibu yang ingin menjadi akseptor KB agar lebih bijak dalam menentukan jenis kontrasepsi yang akan digunakan. Perhatikan manfaat, kelebihan dan efek samping kontrasepsi yang akan digunakan. Disarankan kepada petugas kesehatan agar lebih aktif dalam memberikan pendidikan kesehatan kepada masyarakat khususnya kepada ibu yang menjadi calon akseptor KB tentang jenis, manfaat, kelebihan, kekurangan serta efek samping kontrasepsi.

Most family planning acceptors in Indonesia are still dominated by injection family planning acceptors, which reaches 62.77%. The most important side effect of injectable contraceptives is menstrual pattern disturbance, while another effect that is no less important is an increase in body weight between 1-5 kg. The purpose of the study was to determine the relationship between injection contraceptive use and weight gain of family planning acceptors at the midwife sub-health center Pohsangit leres 2025. This study was a quantitative study with a cross sectional approach. The population was all injectable family planning acceptors who come to the Pustu Pohsangit Leres, totaling 33 people and all of them were used as samples. The results showed that there was a significant relationship between the type of injectable contraception and the weight gain of family planning acceptors with p value = $0.001 < \alpha = 0.05$. There was no significant relationship between duration of use and weight gain of family planning acceptors with p value = $0.687 > \alpha = 0.05$. It is recommended for mothers who want to become family planning acceptors to be wiser in determining the type of contraception to be used. It is supposed to Pay attention to the benefits, advantages and side effects of contraception to be used. It is recommended to health workers to be more active in providing health education to the community, especially to mothers who are prospective family planning acceptors about the types, benefits, advantages, disadvantages and side effects of contraception.

A. PENDAHULUAN

Kontrasepsi merupakan cara untuk mencegah dan menjarangkan kehamilan serta merencanakan jumlah anak untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga sehingga dapat memberikan perhatian dan pendidikan yang maksimal pada anak. Setiap jenis kontrasepsi yang digunakan mempunyai kelebihan dan kekurangan. Pemilihan kontrasepsi harus disesuaikan dengan status kesehatan wanita, efek samping, konsekuensi terhadap kehamilan yang tidak diinginkan, kerja sama pasangan dan norma budaya mengenai kemampuan mempunyai anak. Efek samping suatu metode kontrasepsi perlu dipertimbangkan dalam menentukan keputusan terhadap keberlangsungan pemakaian kontrasepsi sehingga perlu diupayakan perlindungan efek samping (Hartanto, 2015).

KB suntik 3 bulan merupakan salah satu alternatif yang digunakan untuk mencegah kehamilan dengan melepaskan hormone progesterin ke dalam pembuluh darah yang bekerja dengan cara menghentikan pelepasan sel telur ke dalam rahim, sehingga mencegah terjadinya proses pembuahan (Sinaga, 2021). KB suntik 3 bulan mengandung Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA) yang diberikan setiap 12 minggu atau 3 bulan (Handayani, 2016).

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2017 penggunaan kontrasepsi telah meningkat di banyak bagian dunia, terutama di Asia dan Amerika Latin dan terendah di Sub Sahara Afrika. 1970. Secara regional, proporsi pasangan usia subur 15-49 tahun melaporkan penggunaan metode kontrasepsi modern telah meningkat. (*World Health Organization, 2017*) Sedangkan di Indonesia dari 61,4 % penduduk sebanyak 31,6% adalah pengguna kontrasepsi suntik. Di Indonesia kontrasepsi yang sering digunakan adalah depomedroksi untuk suntik tiga bulan. Data yang diperoleh pada tahun 2017 menunjukkan hasil dari proporsi penggunaan alat kontrasepsi di Indonesia yaitu KB suntik tiga bulan 42,4%, suntik satu bulan 6,1%, pil 8,5%, *intrauterine device* (IUD) 6,4%, implant 4,7%, metode operasi wanita (MOW) 3,1%, kondom 1,1% dan metode operasi pria (MOP) 0,2%. Metode kontrasepsi yang paling banyak dipilih adalah KB suntik tiga bulan. Berdasarkan data yang diperoleh dari Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019 didapatkan cakupan peserta Keluarga Berencana (KB) aktif di Indonesia yaitu sebanyak 24.196.151 peserta. Peserta KB aktif menurut jenis kontrasepsi di Indonesia yaitu terdapat 301.436 (1,2%) menggunakan kondom, KB suntik sebanyak 15.419.826 (63,7%), pil sebanyak 4.123.424 (17,0%), IUD/AKDR sebanyak 1.790.336 (7,4%), MOP sebanyak 118.060 (0,5%), MOW sebanyak 661.431 (2,7%), Implan sebanyak 1.781.638 (7,4%) (Kemenkes RI, 2020). Menurut Data dan Informasi dari Kemenkes, (2019), PUS 83% peserta KB Aktif dan 84,5% KB Baru. Untuk peserta KB Aktif yang Non MKJP (suntik 46,2%, pil 34,6%) dan MKJP (implan 7,9%, IUD 6,4%, MOP 0,6% dan MOW 2,1%). Sedangkan untuk peserta KB Baru Non MKJP (suntik 56,4%, pil 26,4%) dan MKJP, (implant 7,6%, IUD 8%, MOP 0,4% dan MOW 2,7%).

Jumlah peserta KB baru naik menjadi 1.317.768 orang atau 110,42 %. Dari data BKKBN Jatim, tercatat total jumlah KB aktif hingga Desember 2018 di

Provinsi Jatim sebanyak 6.150.153 peserta atau 126, 46% dengan prevalensi 76,95% terhadap jumlah PUS (Pasangan Usia Subur) sebanyak 7.992.674 peserta. Dan dari 6.150.153 peserta KB aktif itu, terbanyak adalah menggunakan KB suntik (48,2%). Kemudian, Pil (21,01%), IUD/Spiral (14%), Implan (8,5%), medis operatif wanita (5%), medis operatif pria (0,4%), dan kondom (1,5%) . seperti halnya di kabupaten Probolinggo peserta KB suntik 3 bulan relative lebih banyak dari pada metode KB lainnya. Data yang diambil dari profil Kesehatan kabupaten probolinggo tahun 2021.

Dikabupaten probolinggo berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2022 dari 35.011 PUS yang ikut metode kontrasepsi KB suntik 3 bulan dan KB suntik 1 bulan adalah 14.795 pasangan usia subur (PUS). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik dikecamatan sumberasih pada tahun 2017 sebanyak 1 1.950 PUS sebagai peserta KB suntik aktif sebanyak 394.

Efek samping kontrasepsi suntik yang paling utama gangguan pola haid, sedangkan efek yang lain tidak kalah pentingnya adalah adanya peningkatan berat badan antara 1–5 kg. Penyebab peningkatan berat badannya belum jelas. Kenaikan berat badan, kemungkinan disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik (Mudrikati, 2015).

Selain perubahan fisik, kenaikan berat badan yang signifikan dapat berdampak pada aspek psikologis, seperti menurunnya kepercayaan diri dan citra tubuh negatif. Beberapa pengguna mungkin merasa kurang nyaman dengan penampilan mereka, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup dan interaksi sosial. (inhis .pubmedia.id, 2023). Penelitian tentang lama penggunaan kontrasepsi 3 bulan menunjukkan dari 51 akseptor yang menggunakan KB suntik 3 bulan kurang dari 1 tahun dan 36 akseptor yang menggunakan KB suntik 3 bulan lebih dari 1 tahun. Hasil didapatkan 58 responden dengan peningkatan berat badan dan 29 responden tidak mengalami peningkatan berat badan, jadi akseptor yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan lebih dari 1 tahun lebih berisiko mengalami peningkatan berat badan, maka dapat disimpulkan ada hubungan penggunaan kontrasepsi suntik dengan kenaikan berat badan (Dewi Bogor Tahun 2023).

Pemilihan metode kontrasepsi bergantung pada banyak faktor yang mempengaruhi, seperti karakteristik dari metode kontrasepsi, demografi dan faktor sosial ekonomi yang berkaitan dengan populasi akseptor. Salah satu metode kontrasepsi adalah kontrasepsi suntik. Kontrasepsi suntik adalah alat atau obat yang bertujuan untuk mencegah terjadinya kehamilan dengan menggunakan bahan baku preparat estrogen dan progesterone. Terdapat dua jenis kontrasepsi suntik suntik, yaitu *Combined Injectable Contraceptives* (CICs) dan *Progestin only Injectable Contraceptives* (PICs). Jenis PICs diantaranya adalah *Depo- Medroxyprogesterone Acetate* (DMPA), diberikan setiap tiga bulan sekali. Sedangkan CICs mengandung kombinasi dari DMPA dan *estradiol valerate* yang diberikan sebulan sekali (BKKBN, 2015).

Kebijakan pemerintah terkait akseptor KB suntik yang mengalami kenaikan berat badan umumnya berfokus pada edukasi, pemantauan kesehatan, dan pilihan metode kontrasepsi yang lebih sesuai. Beberapa kebijakan dan pendekatan yang diterapkan antara lain: Edukasi dan konseling, Pemantauan dan evaluasi, Pemilihan metode kontrasepsi dan Dukungan program Kesehatan reproduksi.

Pemerintah melalui BKKBN dan dinas kesehatan daerah sering mengadakan program konsultasi gratis mengenai kesehatan reproduksi, termasuk pengelolaan efek samping KB suntik (Safira, I., Zuheri, & Zulkarnaini. 2025).

B. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan metode observasional dan pendekatan retrospektif yang bertujuan mengetahui hubungan pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan akseptor KB di Pustu Pohsangit Leres. Populasi sekaligus sampel dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor KB suntik 3 bulan sebanyak 33 orang, dengan teknik total sampling karena jumlah populasi kurang dari 100. Penelitian dilaksanakan di Pustu Pohsangit Leres pada bulan Maret 2025 dengan menggunakan data sekunder berupa kartu KB dan hasil pengukuran berat badan. Pengumpulan data dilakukan melalui metode dokumentasi, kemudian data diolah melalui tahapan editing, coding, scoring, dan tabulating. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan bantuan software SPSS, dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$, dan hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel serta narasi.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden di Pustu Pohsangit Leres Desa Pohsangit Leres

Umur (Tahun)	F	%
< 20 dan > 35	13	39,4%
20 – 35	20	60,6%
Jumlah	33	100,0%

Hasil tabel 1 ditinjau dari segi umur sebagian besar responden berusia 20-35 tahun sebanyak 20 orang (60,6%), minoritas berumur < 20 dan > 35 tahun sebanyak 13 orang (39,4%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi karakteristik responden di Pustu Pohsangit Leres Desa Pohsangit Leres

Pendidikan	F	%
------------	---	---

Rendah (SD, SMP)	20	60,6%
Menengah (SMA)	13	39,4%
Jumlah	33	100,0%

Hasil

Berdasarkan tabel 2 pendidikan responden mayoritas rendah (SD, SMP) sebanyak 20 orang (60,6%), dan minoritas responden berpendidikan menengah (SMA) sebanyak 13 orang (39,4%)

Tabel 3. Frekuensi Karakteristik Responden di Pustu Pohsangit Leres Desa Pohsangit Leres

Pekerjaan	F	%
Tidak bekerja	23	69,7%
Bekerja	10	30,3%
Jumlah	33	100,0%

Hasil tabel 3 mayoritas responden adalah tidak bekerja sebanyak 23 orang (69,7%) dan minoritas tidak bekerja sebanyak 10 orang (30,3%).

2. Lama Pemakaian KB Suntik

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Lama Pemakaian KB suntik di Pustu Pohsangit Leres Desa Pohsangit Leres

Lama Pemakaian KB Suntik	F	%
≤ 2 tahun	12	36,4 %
> 2 tahun	21	63,6 %
Jumlah	33	100,0 %

Hasil tabel 4 mayoritas lama pemakaian KB suntik adalah ≤ 2 tahun sebanyak 12 orang (36,4%) dan minoritas lama pemakaian KB suntik responden adalah > 2 tahun sebanyak 21 orang (63.6%).

3. Kenaikan Berat Badan

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kenaikan Berat Badan Selama Pemakaian KB Suntik di Pustu Pohsangit Leres Desa Pohsangit Leres

Kenaikan berat badan	F	%
Naik	26	78,8 %
Tidak naik	7	21,2%
Jumlah	33	100,0 %

Hasil tabel 5 dari 33 responden yang menggunakan KB suntik 3 bulan mayoritas responden mengalami kenaikan berat badan sedang yaitu 26 orang (78,8%).

4. Hubungan Pemakaian KB Suntik Dengan Kenaikan Berat Badan

Tabel 6 . Hubungan Lama Pemakaian KB Suntik dengan Kenaikan Berat Badan di Pustu Pohsangit Leres Desa Pohsangit Leres

Lama Pemakain KB Suntik	Kenaikan Berat Badan				Jumlah		<i>p-value</i>
	Tidak		Ya				
	F	%	F	%	F	%	
≤ 2 tahun	3	9%	9	27,3%	12	36,3%	0,687
> 2 tahun	4	12,1%	17	51,6%	21	63,7%	
Jumlah	7	21,1%	26	78,9%	33	100%	

Hasil tabel 6 dari 12 responden dengan lama pemakaian KB suntik ≤ 2 tahun mayoritas responden mengalami kenaikan berat badan sebanyak 9 orang (27,3%) dan minoritas tidak mengalami kenaikan berat badan sebanyak 3 orang (9%). Sedangkan dari 21 responden dengan lama pemakaian KB suntik > 2 tahun mayoritas responden mengalami kenaikan berat badan sebanyak 17 orang (51,5%) dan minoritas tidak mengalami kenaikan berat badan sebanyak 4 orang (12,2%).

Hasil uji nilai $p = 0,687$ ($p > 0,05$) hal ini mengidentifikasi H_0 diterima, artinya tidak ada hubungan lama pemakaian KB suntik dengan kenaikan berat badan di Pustu Pohsangit Leres.

Pembahasan

1. Lama Pemakaian KB Suntik

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden memakai KB suntik selama ≤ 2 tahun yaitu sebanyak 13 orang (39,4%) dan sebanyak 20 responden (60,6%) memakai KB suntik selama > 2 tahun.

Pemakaian kontrasepsi merupakan upaya mencegah terjadinya kehamilan. Upaya ini dapat bersifat sementara, dapat pula bersifat permanen, penggunaan kontrasepsi merupakan salah satu variabel yang mempengaruhi fertilitas. Umumnya pemakai suntikan KB mempunyai persyaratan sama dengan pemakai pil, begitu pula bagi orang yang tidak boleh memakai suntikan KB, termasuk penggunaan cara KB suntik selama maksimal 5 tahun. (Yetti, 2015)

Rata-rata responden menggunakan KB suntik, yaitu selama ≤ 2 tahun, hal ini disebabkan responden lebih suka menggunakan kontrasepsi KB suntik dan tidak ingin menghentikannya dengan alasan tidak merasa kesulitan dalam hal biaya, dimana kontrasepsi suntik ini harganya murah atau terjangkau. Lamanya pemakaian kontrasepsi mempengaruhi kejadian efek samping yang akan timbul pada akseptor. Semakin lama

pemakaian kontrasepsi maka semakin besar kejadian efek samping yang akan timbul pada akseptor KB suntik tersebut (Hartanto, 2015).

Semakin lama penggunaan suntik KB semakin meningkatnya berat badan akseptor yang memakai kontrasepsi suntik dalam jangka waktu yang lama dikarenakan banyak akseptor KB suntik yang mengatakan sudah merasa nyaman dan faham dengan efek samping dari KB tersebut dan tidak ingin memakai KB yang lain. Responden juga menyatakan bahwa dalam penggunaan kontrasepsi suntik itu sangatlah mudah dan terasa nyaman, sehingga mereka tidak merasa kesulitan dalam ber KB. Banyak literatur juga menunjukkan bahwa respon terhadap DMPA bersifat individual. Artinya: Tidak semua wanita mengalami kenaikan berat badan, dan durasi pemakaian tidak selalu berbanding lurus dengan peningkatan berat badan. (Lopez, L. M., et al. (2016)

Asumsi peneliti tentang lama penggunaan kontrasepsi ini sesuai dengan teori yang menyebutkan penggunaan kontrasepsi suntik itu sangatlah mudah dan terasa nyaman sehingga menjadi kontrasepsi populer. kontrasepsi suntik 3 bulan dipilih karena praktik dan efektif dalam mencegah kehamilan dibuktikan dengan banyak yang menggunakan kb suntik lebih dari 2 tahun.

2. Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden mengalami kenaikan berat badan sebanyak 26 orang (78,8%) dan sebanyak 7 responden (21,2%) tidak mengalami kenaikan berat badan.

Peningkatan berat badan yang dialami oleh akseptor KB suntik tersebut dikarenakan peningkatan berat badan memang merupakan salah satu dari efek samping KB suntik. Peningkatan berat badan kemungkinan disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan gula dan karbohidrat menjadi lemak, sehingga lemak banyak yang bertumpuk di bawah kulit dan bukan merupakan karena penimbunan cairan tubuh, selain itu juga DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang dapat menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah (Anggraini dan Martini, 2015).

Risiko kenaikan berat badan kemungkinan disebabkan karena hormone progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu hormone progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah. Umumnya, pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg - 5 kg dalam tahun pertama. mungkin dikarenakan bertambahnya lemak dalam tubuh. Dalam Hartanto disebutkan penyebab pertambahan berat badan tidak jelas. Tampaknya terjadi karena bertambahnya lemak tubuh, dan bukan karena retensi cairan tubuh (Saifuddin, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 8 responden (30,8%) mengalami peningkatan berat badan < 2 kg, sebanyak 7 responden (21,2%) tidak mengalami kenaikan berat badan dan bahkan ada yang berat badannya menurun. Asumsi peneliti responden yang berat badannya tetap disebabkan karena beberapa usaha yang dapat dilakukan untuk mengurangi berat badan antara lain olahraga, mengonsumsi serat makanan, mengurangi konsumsi lemak, lebih banyak mengonsumsi protein dan serat serta adanya perubahan perilaku seperti mengikuti pola hidup sehat, dan lain-lain.

Dapat disimpulkan bahwa efek samping dari KB suntik DMPA mayoritas akseptor akan mengalami kenaikan berat badan. Hal ini bisa terlihat dari beberapa penelitian dan juga dari teori yang menyebutkan bahwa hormon progesteron akan merangsang nafsu makan sehingga bisa menyebabkan kenaikan berat badan.

3. Hubungan Pemakaian KB Suntik dengan Kenaikan Berat Badan

Secara statistik penelitian ini menyatakan bahwa tidak ada hubungan bermakna antara lama pemakaian kontrasepsi suntik dengan kenaikan berat badan akseptor KB di Pustu Pohsangit Leres dengan nilai $p = 0,687 (> \alpha=0.05)$. KB suntik 3 bulan (DMPA) adalah salah satu metode kontrasepsi hormonal yang banyak digunakan di Indonesia. Salah satu kekhawatiran umum pengguna adalah kenaikan berat badan. Namun, sejumlah penelitian menunjukkan tidak semua pengguna mengalami kenaikan berat badan secara signifikan, dan bahkan tidak ada hubungan langsung antara durasi pemakaian dan kenaikan berat badan (Sari, 2020).

Penelitian dengan judul Hubungan Lama Pemakaian Suntik DMPA dengan Kenaikan Berat Badan di Puskesmas X menggunakan 50 responden, tidak ditemukan hubungan yang bermakna secara statistik antara lama pemakaian suntik DMPA dan perubahan berat badan ($p\text{-value} > 0.05$). Kenaikan berat badan bisa terjadi, tetapi tidak secara langsung disebabkan oleh durasi penggunaan suntik KB (Sari, 2020).

Penelitian dengan judul Pengaruh Penggunaan Kontrasepsi Hormonal terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) Wanita Subur dengan hasil Tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi hormonal (termasuk suntik) dan peningkatan IMT. Faktor lain seperti pola makan, aktivitas fisik, dan metabolisme lebih berperan dibandingkan lama pemakaian KB suntik. Faktor Lain yang Berperan dalam Kenaikan Berat Badan diantaranya Genetik, Pola makan tidak seimbang, Kurangnya aktivitas fisik, dan Perubahan hormonal alami (bukan akibat KB). Lama penggunaan suntik KB 3 bulan tidak berhubungan langsung dengan kenaikan berat badan. Penambahan berat badan bersifat individual dan multifaktorial (Muliani, 2020).

Asumsi peneliti adalah kenaikan berat badan pada akseptor Kb suntik 3 bulan bukan karena penggunaan kb suntik yang berisikan hormonal. hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menyebutkan tidak da hubungan langsung. sehingga kemungkinan berat badan naik karena faktor lain yaitu pola makan yang tidak sehat, kurang aktivitas fisik,stres,efek obat obatan lain dan kondisi medis tertentu.akseptor KB nantinya akan peneliti sampaikan bahwa asumsi selama ini tentang kenaikan berat badan pada aseptor KB bukan menjadi faktor utama tetapi dari pola kebiasaan sehari hari.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian, maka dapat diambil kesimpulan

1. Mayoritas responden menggunakan KB suntik selama ≥ 2 tahun sebanyak 63,6%.
2. Mayoritas kenaikan Berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di Pustu Pohsangit Leres mengalami kenaikan berat badan 78,8 %.
3. Tidak terdapat hubungan pemakaian Kb suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan akseptor KB dengan nilai $p = 0,687$.

DAFTAR PUSTAKA

- Affandi, dkk. (2015). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Anggraeni, A.C. (2015). *Asuhan Gizi Nutritional Care Process*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Anggraini Y. dan Martini. (2015). *Pelayanan Keluarga Berencana*.Yogyakarta: Rohima Press.
- Arikunto, S. (2015). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Aryanti, H. (2015). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Penggunaan Kontrasepsi pada Wanita Kawin Usia Dini di Kecamatan Aikmel Kabupaten Lombok Timur. Tesis. Universitas Udayana Denpasar. Bali.
- BKKBN. (2015). *Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional.
- Darmawati dan Farina. (2017). Pemilihan Alat Kontrasepsi pada Wanita Pekerja di Wilayah Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*. Vol. 2, No. 3. Pp. 1-7

- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2016). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2015*. Medan: Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara
- Handayani, S. (2017). *Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Hapsari, dkk. (2015). Hubungan Jenis Keluarga Berencana (KB) Suntik dengan Gangguan Menstruasi pada Akseptor KB Suntik di Bidan Praktek Swasta (BPS) Suhartini Karanganyar Kebumen. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*. Vol.8, No. 1. Pp. 17-24
- Hardinsyah. (2017). *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hartanto, H. (2015). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Herawati, R. (2015). Hubungan Berat Badan Ibu dengan Pemakaian KB Hormonal di Desa Pekan Tebih Wilayah Kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu. Skripsi. Universitas Pasir Pengaraian.
- Hidayat, A. A. A. (2017). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data : Contoh Aplikasi Studi Kasus*. Jakarta : Salemba Medika
- Irianingsih, H. (2015). Hubungan Lama Pemakaian KB Suntik 3 Bulan Depo Progestin dengan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor KB di Puskesmas Klego II Kabupaten Boyolali. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta
- Irianto, K. (2015). *Pelayanan Keluarga Berencana*. Bandung : Alfabeta Istiany, A.R. (2015). *Gizi Terapan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. Kamariyah, dkk. (2017). *Buku Ajar Kehamilan untuk Mahasiswa dan Praktisi Keperawatan serta Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika
- Kemenkes RI. (2015). *Pedoman Manajemen Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Khoiriah, A. (2017). Hubungan Antara Usia dan Paritas Ibu Bersalin dengan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. *Jurnal Kesehatan (JK)*. Vol. 8, No. 2. Pp. 310- 314.
- Kurdanti. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. Vol. 11, No. 4. Pp. 179- 190.
- Manuaba, I. B. G. (2015). *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan. Edisi Kedua*. Jakarta: EGC

- Maritalia, D. (2015). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Notoatmodjo, S. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka
- Cipta. Notoatmodjo, S. (2015). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta:Rineka Cipta.
- Nugroho, T dan Utama I.B. (2015). *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pinem, S. (2015). *Kesehatan Reproduksi dan Kontrasepsi*. Jakarta : CV. Trans Info Media
- Pramasari, N. D. (2017). Hubungan Depo Medroksi Progesteron Acetat (DMPA) dengan Ketidakteraturan Siklus Haid pada Pengguna Akseptor KB Suntik 3 Bulan di BPM Nurhasanah Kota Bandar Lampung. *Jurnal Kebidanan Malahayati*. Vol. 3, No. 4. Pp. 178-183
- Rahmandita, A.P. (2017). Perbedaan Tingkat Konsumsi dan Aktivitas Fisik pada Wanita (20-54 Tahun) Obesitas Sentral dan Non Sentral. Skripsi. Universitas Airlangga. Surabaya
- Rufaridah, et al. (2017). Perbedaan Indeks Masa Tubuh pada Akseptor KB Suntik 1 Bulan dan 3 Bulan. *Jurnal Endurance*. Vol. 2, No. 3. Pp.270-279
- Saifuddin, A.B. (2015). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Septianingrum, dkk. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingginya Akseptor KB Suntik 3 Bulan. *Jurnal Ners dan Kebidanan*. Vol. 5 No. 1. Pp. 15-19
- Setyoningsih, F. Y. (2020). Efek Samping Akseptor KB Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA) di BPM Fitri Hayati. *Jurnal Kebidanan*. Vol. 6, No. 3. Pp. 298-304
- Sulistyawati, A. (2015). *Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta : Salemba Medika
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wawan, A. dan Dewi, M. (2015). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Yetti, A. (2015). *Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta : Yohima Press.
- Sari, M. D. (2020). *Pengaruh Lama Pemakaian KB Suntik terhadap Berat Badan*. Jurnal Kesehatan Reproduksi Indonesia.
- Fitriani, D. (2019). *Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA dengan Kenaikan Berat Badan*. Jurnal Ilmiah Kebidanan, 6(1), 45-51.

WHO (2015). *Family Planning: A Global Handbook for Providers*. World Health Organization.