

### **HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK DMPA DENGAN PENINGKATAN BERAT BADAN PADA AKSEPTOR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMBANG ULANG**

**Heny Mustika<sup>1</sup>, Isnaniah<sup>2</sup>, Efi Kristiana<sup>3</sup>, Hapisah<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>Midwifery Program, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

<sup>2,3,4</sup>Midwifery Departement, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

<sup>1</sup>[henymustika5@gmail.com](mailto:henymustika5@gmail.com)

#### ***Abstract***

*Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) injectable contraception is the most widely used method, with the highest number of acceptors in Tambang Ulang District in 2023 reaching 1,329 individuals (40.27%). One of the most frequently reported side effects is weight gain, which can impact women's health. This study employs a quantitative approach with a cross-sectional design to analyze the relationship between the duration of DMPA injectable contraception use and weight gain. Secondary data from family planning registers and primary data from measurements were used, with a population of 180 DMPA injectable contraception acceptors from January 2021 to December 2023 and a sample of 64 respondents determined using the Slovin formula. Univariate analysis revealed that 62.5% of respondents had used DMPA injectable contraception for  $\geq 2$  years, and 76.56% experienced weight gain. The chi-square test yielded a p-value of 0.008 ( $p < 0.05$ ), indicating a significant relationship between the duration of DMPA use and weight gain. These findings confirm that using DMPA injectable contraception for  $\geq 2$  years poses a risk of weight gain, highlighting the need for education and communication regarding its effectiveness and side effects to help acceptors make informed decisions*

**Keywords:** DMPA Injection, Duration of Use, Weight Gain

Received: January 2025

Reviewed: January 2025

Published: January 2025

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

**Copyright :** Author

**Publish by :** Nutricia



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

### **Abstrak**

Kontrasepsi suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA) merupakan metode yang paling banyak digunakan, dengan jumlah akseptor terbanyak di Kecamatan Tambang Ulang pada tahun 2023 mencapai 1.329 orang (40,27%). Salah satu efek samping yang sering dikeluhkan adalah peningkatan berat badan, yang berpotensi mempengaruhi kesehatan wanita. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional, menganalisis hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan. Data sekunder dari register KB dan data primer hasil pengukuran digunakan dalam penelitian ini, dengan populasi sebanyak 180 akseptor suntik DMPA periode Januari 2021–Desember 2023, serta sampel sebanyak 64 responden yang ditentukan melalui rumus Slovin. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa 62,5% responden telah menggunakan kontrasepsi suntik DMPA selama  $\geq 2$  tahun, dan 76,56% mengalami peningkatan berat badan. Uji chi-square menghasilkan nilai  $p = 0,008$  ( $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara lama penggunaan DMPA dan peningkatan berat badan. Temuan ini menegaskan bahwa penggunaan kontrasepsi suntik DMPA selama  $\geq 2$  tahun berisiko menyebabkan peningkatan berat badan, sehingga diperlukan edukasi dan komunikasi informasi efektivitas serta efek samping kontrasepsi agar akseptor dapat mengambil keputusan yang lebih tepat

**Kata kunci:** Suntik DMPA, Lama Pemakaian, Peningkatan Berat Badan

### **PENDAHULUAN**

Penambahan atau penurunan jumlah penduduk yang disebabkan oleh kelahiran, kematian, dan perpindahan disebut pertumbuhan penduduk. Menurut data terbaru, jumlah penduduk Indonesia adalah sekitar 281,6 juta jiwa pada tahun 2024. Ini menempatkan Indonesia posisi keempat penduduk terbanyak di dunia.(Kedaton, 2024)

Kebijakan pemerintah memainkan peran penting dalam mengendalikan laju pertumbuhan penduduk. Salah satu kebijakan pemerintah yaitu dengan program Keluarga Berencana, program ini telah ada di Indonesia sejak tahun 1970 dan berfokus pada penggunaan alat kontrasepsi untuk mencegah atau menunda kehamilan(kelurahan oebufu, 2019)

Keluarga berencana merupakan upaya pasangan suami istri untuk menghitung jumlah dan penyebaran anak yang mereka butuhkan. Usaha yang dimaksud meliputi kontrasepsi atau pencegahan kehamilan dan pengaturan keluarga (Fauziah, 2020)

Banyak jenis alat kontrasepsi, salah satu yang paling diminati adalah KB suntik 3 bulan, yang diberikan melalui suntikan intramuskular setiap 3 bulan berisi 150 mg Depo Medroksi Progesteron (Damayanti et al., 2023)

Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa metode kontrasepsi suntikan adalah yang paling banyak digunakan oleh pemuda yang menikah pada tahun 2023, dengan persentase sebesar 62,42%. Metode lain seperti pil, susuk KB, dan IUD juga digunakan, tetapi dengan persentase yang lebih rendah (Santika, 2024)

Menurut data jumlah pemakaian kontrasepsi dari dinas kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan tahun 2022, persentase penggunaan kontrasepsi suntik tertinggi di Kalimantan Selatan sebesar 57,07%, diikuti oleh penggunaan pil sebesar 33,8%. Penggunaan kontrasepsi suntik di Kota Banjarmasin sebesar 62,1%, dan pil sebesar 33,6%. (A. Rahmah et al., 2024)

Sedangkan data yang didapat dari Tanah Laut tahun 2023, dari 61.166 PUS di kabupaten Tanah Laut sebanyak 49.848 PUS merupakan peserta KB aktif dengan jenis KB yang paling banyak digunakan adalah KB suntikan sebanyak 56,40%. (Riskesdas, 2024). Untuk di kecamatan Tambang Ulang untuk tahun 2023 dari 3300 PUS, yang paling banyak digunakan adalah suntikan sebanyak 1329 PUS (40,27%) (PKBRS, 2023)

Setiap kontrasepsi mempunyai keuntungan dan efek samping yang berbeda-beda. Namun tidak semua pasien pengguna alat kontrasepsi mengalami efek samping. Penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor KB suntik DMPA mengalami efek samping seperti pusing, mual, dan muntah. Namun, tidak semua responden mengalami efek samping ini. Misalnya, dalam penelitian yang dilakukan oleh Rusminah (2018), sekitar 41,2% akseptor KB suntik mengalami mual dan muntah, sedangkan 58,8% tidak mengalami efek samping tersebut (Hariati et al., 2020)

Dampak lain yang tak kalah signifikan adalah bertambahnya berat badan antara 1-5 kg. Alasan kenaikan berat badan belum jelas. Kenaikan berat badan mungkin disebabkan oleh progesteron sehingga memudahkan perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak di bawah kulit, selain itu bahan progesteron juga menyebabkan peningkatan nafsu makan dan mengurangi aktifitas fisik (Purba, 2023)

Menurut Widiastuty, kualitas hidup wanita mempengaruhi derajat kesehatan karena wanita dengan kualitas hidup yang lebih baik cenderung memiliki usia harapan hidup yang lebih panjang. Kelebihan berat badan, atau obesitas, adalah salah satu faktor yang dapat memengaruhi kesehatan perempuan, terutama bagi wanita yang menggunakan alat kontrasepsi seperti pil atau suntik. (Isnandar et al., 2024).

Berlebihan berat badan dapat menyebabkan masalah kesehatan, efek psikologis, dan penurunan kepercayaan diri terhadap lingkungan sekitar. Kelebihan berat badan, atau obesitas, dapat menyebabkan perubahan dalam metabolisme, seperti peningkatan trigliserida, penurunan kadar kolesterol HDL, dan peningkatan tekanan darah, yang merupakan bagian dari sindrom metabolik. Kemudian obesitas juga dapat membuat kondisi tubuh mengalami penurunan seperti asma, osteoarthritis pada lutut dan pinggul, pembentukan batu empedu, sleep apnea, dan nyeri

pinggang. Obesitas juga dapat berdampak pada metabolisme (Kementerian Kesehatan RI, 2021 dalam (Isnandar et al., 2024)

Faktor-faktor yang menyebabkan peningkatan berat badan bukan saja dari faktor hormonal ada juga faktor psikologis, genetik, lingkungan, diet dan kurangnya aktivitas fisik. Mengatasinya dengan memberi KIE, atau penjelasan penyebab perubahan berat badan, sehingga akseptor atau ibu tidak merasa khawatir keadaan. Tambahan berat badan ini adalah secara sementara dan secara individual (tidak terjadi) Untuk setiap pemakai suntikan, tergantung pada bagaimana tubuh wanita itu menanggapi terhadap penyerapan progesteron) (Dwi Ariesthi & Niyati Fitri, 2019)

Studi yang dilakukan oleh UNICEF pada tahun 2021-2022 menunjukkan bahwa kelebihan berat badan dan obesitas di Indonesia telah meningkat secara signifikan. Data survei Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) menunjukkan bahwa 1 dari 5 anak usia sekolah, 1 dari 7 remaja, dan 1 dari 3 orang dewasa di Indonesia hidup dengan kelebihan berat badan atau obesitas (Unicef, 2023)

Dalam jurnal yang dilakukan di BPM Wiwik Indriani di kota Banjarbaru Utara tahun 2021, menunjukkan ada hubungan signifikan pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan akseptor KB suntik (Zubaidah, 2021)

Ada pula kajian literatur yang dilakukan Rima terhadap 10 jurnal didapatkan kesimpulan sebagian besar bahwa ada hubungan antara pemakaian suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan akseptor yang dipicu oleh hormon Progesteron (Rima Eka Pratiwi et al., 2023)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Tambang Ulang pada tgl 8- 15 Juli tahun 2024 dengan melihat data beberapa akseptor KB, dari 6 akseptor KB suntik 3 bulan terdapat 5 orang mengalami kenaikan berat badan 2-4 kg setelah pemakaian > 1 tahun, dan 1 akseptor KB mengatakan tidak mengalami kenaikan berat badan walaupun setelah pemakaian > 1 tahun.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang "Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor di Wilayah Kerja Puskesmas Tambang Ulang"

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif yang berlandaskan pada filsafat positivisme, yang digunakan untuk meneliti suatu populasi atau sampel tertentu. Data dikumpulkan melalui instrumen penelitian, kemudian dianalisis secara kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. (Sugiono, 2010 dalam (Adiputra et al., 2021)

Penelitian ini menggunakan rancangan cross-sectional yaitu jenis penelitian di mana kedua variabel independen (faktor penyebab atau faktor risiko) dan dependen (faktor akibat atau faktor efek) dikumpulkan bersamaan. Dengan kata lain, peneliti melakukan observasi atau pengukuran variabel setiap subjek hanya sekali selama pemeriksaan (Adiputra et al., 2021)

Penelitian ini untuk mengetahui hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor di Wilayah Kerja Puskesmas Tambang Ulangpada periode Juli hingga November 2024.

### **Populasi dan Sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Akseptor Kb Suntik DMPA pada dari Januari 2021 sampai Desember 2023 di wilayah kerja Puskesmas Tambang Ulang yaitu sebanyak 180 orang. Sampel didalam penelitian ini di hitung berdasarkan Rumus Besar Sampel atau Rumus Slovin yaitu sebanyak 64 sampel

### **Variabel Penelitian**

Penelitian ini menganalisis dua jenis variabel utama (Sahir, 2022):

1. Variabel Independen: Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA
2. Variabel Dependen: Peningkatan Berat Badan

### **Definisi Operasional Variabel**

Berikut adalah definisi operasional variabel yang digunakan dalam penelitian:

**Tabel 1.** Definisi Operasional Variabel Penelitian

| Variabel                                | Definisi Operasional                                                                                               | Alat Ukur                  | Nilai Kriteria                                                                                                                    | Skala Pengukuran |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Variabel Independen                     |                                                                                                                    |                            |                                                                                                                                   |                  |
| Lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA | Waktu yang digunakan oleh akseptor dari pertama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA sampai dengan kunjungan terakhir | Register KB                | Lama penggunaan kontrasepsi<br>Tidak Lama jika pemakaian kontrasespsi < 2 tahun<br>Lama jika pemakaian kontrasepsi $\geq 2$ tahun | Ordinal          |
| Variabel Dependen                       |                                                                                                                    |                            |                                                                                                                                   |                  |
| Peningkatan Berat badan                 | Nilai peningkatan berat badan pada akseptor berdasarkan IMT (BB/TB <sup>2</sup> )                                  | Register KB dan microtoise | Kenaikan BB Normal jika IMT sesuai dengan IMT Naik jika IMT kunjungan terakhir mengalami peningkatan dari IMT awal                | Ordinal          |

### **Pengumpulan Data**

Instrumen penelitian menggunakan Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Register KB di wilayah kerja Puskesmas Tambang Ulang dari Januari 2021 sampai Desember 2023 dan alat ukur tinggi badan (*microtoice*)

#### **Cara Pengumpulan Data**

##### **1. Data Primer**

Data yang diperoleh langsung dari objek data disebut data primer(Ph.D. Ummul Aiman et al., 2022). Data primer dalam penelitian ini di peroleh dari pengukuran tinggi badan responden yang dilakukan secara langsung oleh peneliti sendiri.

##### **2. Data Sekunder**

Data sekunder adalah data tertulis yang dikumpulkan secara tidak langsung dari buku, dokumen, jurnal, atau artikel yang berkaitan dengan subjek penelitian(Ph.D. Ummul Aiman et al., 2022).

Data sekunder pada penelitian ini diperoleh dari Register KB wilayah kerja Puskesmas Tambang Ulang dari Januari 2021 sampai Desember 2023.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Karakteristik responden disajikan dari data yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada 64 sampel. Pengumpulan data diperoleh dari buku register KB di wilayah kerja Puskesmas Tambang Ulang dan melakukan pengukuran Tinggi Badan pada responden. Karakteristik responden ini meliputi umur, dan pendidikan, paritas, dan pekerjaan yang disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

**Tabel 2. Karakteristik Akseptor Suntik DMPA di Wilayah Kerja Puskesmas Tambang Ulang**

| No | Karakteristik            | Frekuensi | Presentase |
|----|--------------------------|-----------|------------|
| 1  | Umur                     |           |            |
|    | <20 tahun dan > 35 tahun | 30        | 46,9       |
|    | 20-35 tahun              | 34        | 53,1       |
|    | Total                    | 64        | 100        |
| 2  | Pendidikan               |           |            |
|    | Dasar                    | 44        | 68,8       |
|    | Menengah                 | 19        | 29,7       |
|    | Tinggi                   | 1         | 1,5        |
|    | Total                    | 64        | 100        |
| 3  | Paritas                  |           |            |
|    | 1 dan $\geq$ 4           | 20        | 31,2       |
|    | 2 dan 3                  | 44        | 68,8       |
|    | Total                    | 64        | 100        |
| 4  | Pekerjaan                |           |            |
|    | Pegawai ASN              | 0         | 0          |
|    | Wiraswata                | 1         | 1,6        |
|    | Karyawan swasta          | 1         | 1,6        |
|    | IRT                      | 62        | 96,8       |
|    | Total                    | 156       | 100        |

Sumber: Data Sekunder Tahun 2023

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 64 sampel, akseptor KB Suntik DMPA dengan umur terbanyak adalah pada 20 - 35 tahun sebanyak 34 responden ( 53,1%), tingkat pendidikan terbanyak adalah pendidikan dasar sebanyak 44 responden (68,8%), jumlah paritas terbanyak adalah paritas 2-4 sebanyak 44 responden (68,8%), dan pekerjaan terbanyak adalah sebagai IRT sebanyak 62 responden (96,8%).

### **Data Khusus Penelitian**

#### **Analisis Univariat**

Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan setiap variabel penelitian, yaitu :

#### **1. Lama penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA**

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA di Puskesmas Tambang Ulang

| No    | Lama Penggunaan        | Jumlah (Orang) | Persentase (%) |
|-------|------------------------|----------------|----------------|
| 1     | Tidak lama (< 2 tahun) | 24             | 37,5           |
| 2     | Lama ( $\geq$ 2 tahun) | 40             | 62,5           |
| Total |                        | 64             | 100            |

Sumber: Data Sekunder Tahun 2023

Tabel 3 menunjukan bahwa dari 64 sampel, akseptor yang menggunakan KB Suntik DMPA dengan lama  $\geq$ 2 tahun sebanyak 40 responden (62,5 %)

#### **2. Peningkatan Berat Badan Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA**

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Berat Badan dalam IMT pada Akseptor KB Suntik DMPA

| No    | Peningkatan BB (IMT)                      | Jumlah (Orang) | Persentase (%) |
|-------|-------------------------------------------|----------------|----------------|
| 1     | Normal (IMT sesuai IMT awal)              | 15             | 23,4           |
| 2     | Naik (IMT terakhir mengalami peningkatan) | 49             | 76,6           |
| Total |                                           | 64             | 100            |

Sumber: Data Sekunder Tahun 2023 dan data sekunder 2024

Tabel 4 menunjukan bahwa dari 64 sampel, akseptor KB yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 49 responden (76,56 %).

Tabel 5. Frekuensi Klasifikasi IMT akseptor suntik DMPA dengan Lama Penggunaan

| No                             | Klasifikasi (IMT) | Jumlah (Orang) | Persentase (%) |
|--------------------------------|-------------------|----------------|----------------|
| Lama Penggunaan < 2 tahun      |                   |                |                |
| 1                              | Underweight       | 4              | 6,2            |
| 2                              | Normal            | 7              | 10,9           |
| 3                              | Overweight        | 3              | 4,7            |
| 4                              | Obesitas          | 10             | 15,6           |
| Lama Penggunaan $\geq$ 2 tahun |                   |                |                |
| 1                              | Underweight       | 0              | 0              |
| 2                              | Normal            | 8              | 12,5           |
| 3                              | Overweight        | 4              | 6,3            |
| 4                              | Obesitas          | 28             | 43,8           |
| Total                          |                   | 64             | 100            |

Sumber: Data Sekunder Tahun 2023 dan data sekunder 2024

Tabel 5 menunjukkan bahwa dari 64 sampel, klasifikasi IMT paling banyak pada klasifikasi yang mengalami peningkatan berat badan obesitas dengan pemakaian  $\geq$  2 tahun dengan jumlah 28 akseptor (43,8%).

#### 4.1.1.1 Analisis Bivariat

Analisa bivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen, yaitu : Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor di Wilayah Puskesmas Tambang Ulang.

Tabel 6. Distribusi Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Tambang Ulang

| No | Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA | Normal tidak ada peningkatan IMT |      | Meningkat BB dalam IMT |      | Total |     | P Value |
|----|-----------------------------------------|----------------------------------|------|------------------------|------|-------|-----|---------|
|    |                                         | f                                | %    | f                      | %    | f     | %   |         |
| 1  | < 2 Tahun                               | 10                               | 41,7 | 14                     | 58,3 | 24    | 100 | 0,008   |
| 2  | $\geq$ 2 Tahun                          | 5                                | 12,5 | 35                     | 87,5 | 40    | 100 |         |

Sumber : Data Sekunder 2023

Tabel 6 menunjukkan bahwa dari 24 akseptor dengan lama penggunaan < 2 tahun yang tidak mengalami peningkatan berat badan sebanyak 10 (41,7%) akseptor dan yang meningkat sebanyak 14 (58,3%) akseptor, sedangkan dari total 40 akseptor dengan lama penggunaan  $\geq$  2 tahun sebanyak 5 (12,5%) yang tidak meningkat dan yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 35 (87,5%), Hasil analisa statistik dengan Uji Chi-square, didapatkan nilai  $p = 0,008$  ( $p$



$< 0,05$ ) yang menunjukkan ada hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA  $\geq 2$  tahun dengan terjadinya peningkatan berat badan pada akseptor.

### **Pembahasan**

#### **Analisa Univariat**

##### **1. Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa di wilayah kerja Puskesmas Tambang Ulang, lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA  $\geq 2$  tahun lebih banyak yaitu sebanyak 40 responden (62,5%) dibanding penggunaan  $< 2$  tahun sebanyak 24 responden (37,5%) dari 64 sampel.

Menurut teori, lama penggunaan yaitu jangka waktu atau rentang waktu yang digunakan untuk mengonsumsi atau menggunakan kontrasepsi tersebut mulai awal penggunaan hingga akhir penggunaan kontrasepsi (Indonesia (KBBI), n.d.).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Esnaini (2021) sejalan dengan penelitian ini yaitu penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan mayoritas  $> 2$  tahun lebih banyak dengan hasil 25 orang (55,6%) dibanding memakai KB suntik selama 1-2 tahun sebanyak 20 orang (44,4%). Akseptor percaya bahwa kontrasepsi suntik bisa membantu menunda, menjarangkan, dan menghentikan kehamilan. Beberapa faktor lain dalam pemilihan alat kontrasepsi sehingga mempengaruhi lama pemakaian kontrasepsi seperti usia, paritas, dan jenis pekerjaan.

Pada penelitian ini, responden dengan paritas 2-3 merupakan jumlah terbanyak yaitu 44 responden (68,75%) dari 64 responden. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Innas bahwa akseptor yang memiliki  $\geq 2$  anak banyak yang menggunakan jenis kontrasepsi suntik DMPA karena lebih praktis dan nyaman dalam mencegah kehamilan atau membatasi jumlah kelahiran. Begitu pula menurut penelitian yang dilakukan Zubaidah (2021) mengatakan bahwa alasan akseptor lebih memilih alat kontrasepsi suntik 3 bulan karena efektif dari obat, dapat menunda kesuburan sehingga efektif untuk membatasi jumlah anak, KB suntik 3 bulan relatif lebih aman meskipun ibu dalam masa menyusui, tidak perlu susah untuk selalu mengingat dan praktis karena dilakukan penyuntikan 3 bulan sekali, karena durasi perlindungannya yang bisa mencapai 90 hari.

Pada penelitian ini, mayoritas usia 20- 35 tahun lebih banyak menggunakan alat kontrasepsi yaitu sebanyak 34 responden (53,1%). Menurut BKKBN, usia 20-35 tahun merupakan usia dimana masa mengatur jarak kehamilan, sehingga metode kontrasepsi suntik lebih banyak dipilih selain karena lebih efektif mencegah kehamilan, selain itu dimana dalam 1 tahun pemakaian DMPA kurang dari 1% dari 100 wanita akan mengalami kehamilan (Fatmawati, 2023). Penelitian ini serupa dengan hasil yang di dapat oleh Aningsih (2018) pada penelitiannya, dimana dikatakan bahwa usia dibawah 30 tahun cenderung memilih alat kontrasepsi non MKJP sebab masih memiliki niat untuk menambah anak. Responden pada penelitian ini juga lebih memilih memakai alat kontrasepsi berupa Pil KB, suntik KB, dan kondom yang merupakan non-MKJP. Hal tersebut terkait usia reproduksi ibu yang terbagi dalam tiga masa, yakni masa menunda kehamilan, masa menjarangkan kehamilan dan masa mengakhiri kesuburan.

Dilihat dari jenis pekerjaan, dalam penelitian ini mayoritas responden adalah ibu rumah tangga. Pemilihan kontrasepsi ini dianggap lebih efektif karena memiliki efektivitas yang tinggi dalam mencegah kehamilan, praktis dan mudah digunakan, sehingga tidak perlu khawatir tentang mengkonsumsi pil setiap hari atau mengganti alat kontrasepsi secara rutin, biaya terjangkau dimana menjadi pilihan menarik bagi ibu rumah tangga dengan penghasilan terbatas. Hal ini sejalan menurut Sulistiyawati, banyak ibu yang lebih suka menggunakan KB suntik DMPA dalam waktu yang lama, dan suntik progestin adalah salah satu jenis KB yang paling banyak digunakan oleh akseptor KB. Jenis KB ini terutama diminati oleh masyarakat menengah ke bawah. Alat kontrasepsi suntik ini tidak hanya lebih murah dan efektif tetapi juga menghindari efek samping estrogen. Akibatnya, banyak akseptor yang puas dan terus menggunakannya untuk waktu yang lama dan tidak ingin berganti dengan metode kontrasepsi lain (Harahap, 2021)

Hasil penelitian, dari 64 akseptor suntik DMPA di wilayah kerja puskesmas Tambang Ulang lebih banyak menggunakan kontrasepsi suntik daripada jenis kontrasepsi lainnya dengan jangka waktu yang lama ( $\geq 2$  tahun) sebanyak 40 akseptor (62,5%), karena jenis kontrasepsi ini lebih efektif mencegah kehamilan, murah, tidak perlu susah untuk selalu mengingat dan praktis. Semakin merasa nyaman dengan alat kontrasepsi tersebut, akseptor akan semakin lama untuk menggunakan alat kontrasepsi tersebut.

## **2. Peningkatan Berat Badan Akseptor Suntik DMPA**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa di wilayah kerja Puskesmas Tambang Ulang, dari 64 responden terdapat 49 responden (76,6%) mengalami peningkatan berat badan dan 15 responden (23,4%) tidak mengalami peningkatan berat badan.

Peningkatan berat badan didefinisikan sebagai penambahan massa tubuh yang disebabkan oleh penumpukan lemak atau massa otot, dapat terjadi karena beberapa faktor seperti faktor hormon progesteron yang merangsang konversi karbohidrat dan gula menjadi lemak, peningkatan nafsu makan dan penurunan aktifitas (Rahmawati, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmah (2021), bahwa hormon progesteron dalam kontrasepsi suntik diketahui dapat meningkatkan nafsu makan dengan merangsang hipotalamus yang berpotensi menyebabkan akseptor mengonsumsi lebih banyak kalori dan mengalami penumpukan lemak. Menurut Innas (2019), kandungan hormon progesteron yang dapat meningkatkan nafsu makan yang akhirnya juga mengalami peningkatan IMT.

Sejalan dengan penelitian para ahli, suntikan DMPA merangsang hipotalamus, pusat pengendali nafsu makan, yang menyebabkan individu yang menerima makanan memiliki nafsu makan yang lebih besar daripada biasanya. Nafsu makan seseorang adalah jumlah makanan yang mereka konsumsi setiap hari. Hipotalamus adalah bagian otak yang memiliki sistem kontrol yang mengatur perilaku makanan. Hipotalamus memiliki banyak pembuluh darah, kemudian bertanggung jawab untuk menggerakkan nafsu makan, yang akhirnya menghasilkan kenaikan berat badan (Wahidin, 2021)

Terjadinya peningkatan berat badan pada akseptor KB tidak hanya dipengaruhi oleh perubahan hormon sebagai akibat penggunaan kontrasepsi hormonal yang lama. Tetapi ada faktor lain yang dapat mempengaruhi peningkatan berat badan pada seseorang, faktor-faktor tersebut yaitu faktor usia, pola aktivitas fisik, lingkungan, psikologis dan genetik, pola konsumsi makanan, hormonal dan penggunaan obat-obatan (S. R. A. Rahmah, 2021)

Responden dalam penelitian ini mayoritas berumur 20-35 tahun dimana faktor umur dapat berpengaruh dalam terjadinya peningkatan berat badan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Zubaidah bahwa peningkatan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan, dimana sebagian besar usia akseptor KB termasuk usia produktif 25-35 tahun. Semakin bertambahnya usia maka pengaruh hormonal KB suntik 3 bulan akan semakin terlihat pada tubuh yang ditandai dengan peningkatan berat badan yang lebih signifikan.

Pendidikan akseptor KB Suntik DMPA di Puskesmas Tambang Ulang terbanyak berada pada tingkat pendidikan dasar sebanyak 44 responden (68,7%), Pendidikan dapat memengaruhi pengetahuan seseorang, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah untuk menerima informasi, sehingga pengetahuan seseorang menjadi lebih baik, tetapi seseorang yang kurang pendidikan belum tentu kurang pengetahuan Wawan dan Dewi dalam (Esnaeni, 2021). Tingkat pendidikan memberikan pengaruh terhadap kesehatan dari segi pola pikir dan perilaku sehari-hari – hari seperti pola makan yang tidak sehat dan tidak melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Dengan masih rendahnya tingkat pendidikan menyebabkan ketidaktahuan seseorang tentang pentingnya pola hidup sehat, makanan sehat dan juga tidak mengetahui bagaimana upaya untuk menjaga kesehatan secara tepat, dan mencegah agar tidak menderita suatu penyakit termasuk kelebihan berat badan.

Pada penelitian ini, responden dengan paritas 2-3 merupakan jumlah terbanyak yaitu 44 responden (68,75%) dari 64 responden. Menurut Fritz dan Speroff, paritas ialah jumlah anak yang pernah dilahirkan. Hal memiliki hubungan dengan peningkatan berat badan, yaitu semakin sering melahirkan maka kenaikan IMT semakin besar. Hal ini dikarenakan wanita yang sering melahirkan sering terpapar hormon kehamilan terutama progesteron yang dapat menyebabkan retensi insulin bahkan intoleransi glukosa sehingga glukosa yang tidak dimetabolisme akan cepat diubah menjadi lemak.

Di lihat dari karakteristik jenis pekerjaan, dalam penelitian ini mayoritas adalah ibu rumah tangga dimana hal ini berpengaruh terhadap peningkatan berat badan dimana sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jumrana dkk, bahwa banyaknya responden pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA yang mengalami peningkatan berat badan dikarenakan aktivitas yang dilakukan responden adalah sebagian besar aktivitas ringan sehingga responden kurang olahraga, disamping itu kebanyakan dari responden memiliki status pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sehingga aktivitasnya lebih sedikit dibandingkan dengan ibu-ibu yang rajin berolahraga dan aktivitasnya berat. Meskipun aktivitas seseorang dikatakan berat namun ada beberapa pertimbangan juga misalnya aktivitasnya hanya dilakukan di dalam rumah sebagai ibu rumah tangga.

Di puskesmas Tambang Ulang, peningkatan berat badan terbanyak pada klasifikasi IMT pada tingkat obesitas. Hal ini sejalan dengan teori Rahmah bahwa nafsu makan yang meningkat dapat memicu timbulnya obesitas, dimana pemicu nafsu makan salah satunya karena penggunaan hormon progesteron.

Hasil penelitian didapatkan sebanyak 15 responden (23,43%) tidak mengalami peningkatan berat badan /berat badan tetap selama pemakaian KB suntik. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian yang tidak menemukan hubungan yang signifikan antar lama pemakaian kontrasepsi DMPA dan peningkatan berat badan. Misalnya penelitian oleh Setyorini dan Lieskusumawati (2019) menyatakan bahwa pola hidup sehat, seperti olahraga dan diet seimbang dapat mengurangi risiko peningkatan berat badan meskipun menggunakan kontrasepsi suntik (Berliani et al., 2022).

Hasil penelitian ini, terjadi peningkatan berat badan pada akseptor suntik DMPA di Puskesmas Tambang Ulang dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor adanya hormon progesteron yang terdapat dalam alat kontrasepsi suntik DMPA, selain itu faktor usia, paritas, pendidikan dan pekerjaan turut mempengaruhi terjadinya peningkatan berat badan akseptor suntik DMPA. Dimana akseptor suntik DMPA mayoritas mengalami peningkatan berat badan dan menurut hasil penelitian mayoritas mengalami obesitas.

### **Analisa Bivariat**

Hasil Analisa statistik dengan *Uji Chi-square*, didapatkan nilai  $p = 0,008$  ( $p < 0,05$ ) maka  $H_a$  diterima yang berarti ada hubungan antara lama penggunaan KB Suntik DMPA  $\geq 2$  tahun dengan terjadinya peningkatan berat badan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jumrana dkk, bahwa akseptor dengan jangka waktu  $\geq 2$  tahun lebih banyak mengalami peningkatan berat badan dibandingkan dengan penggunaan kontrasepsi  $< 2$  tahun.

Hasil penelitian yang sama juga pada penelitian yang dilakukan oleh Widayati (2023), bahwa wanita yang menggunakan DMPA selama lebih dari satu tahun memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami peningkatan berat badan dan penumpukan lemak. Pemakaian kontrasepsi suntik jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kenaikan berat badan karena adanya hormon progesteron, yang dapat meningkatkan nafsu makan. Dosis yang tinggi atau berlebihan kontrasepsi ini dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus, yang memicu makan lebih banyak dari biasanya. Dan jika menggunakan dalam jangka panjang dari kontrasepsi hormonal ini, maka berakibat dapat memperburuk efek ini.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahidin (2021) bahwa penggunaan DMPA dalam jangka panjang ( hingga 2 tahun) dapat menyebabkan kenaikan berat badan. Hal ini didukung oleh Innas (2019), bahwa penggunaan DMPA dalam jangka panjang akan mengurangi tingkat estrogen yang akhirnya dapat meningkatkan berat badan karena estrogen berperan penting dalam mengatur metabolisme adiposit atau sel lemak yang akhirnya meningkatkan IMT.

Penelitian oleh Dewi,dkk (2016) menunjukkan bahwa kenaikan berat badan dapat terjadi dalam waktu 1 tahun pertama pemakaian, dengan rata- rata kenaikan berat badan sebesar 2-3 kg, kenaikan berat ini dapat terus bertambah selama tahun kedua(Nursamsiyah & Rohmah, 2021). Begitu pula menurut Winarsih (2012) menemukan bahwa penggunaan kontrasepsi suntik DMPA lebih dari satu tahun menghasilkan perubahan berat badan yang signifikan, setelah 2 tahun rata-rata berat badan akan meningkat.

Hasil penelitian ini, didapatkan bahwa akseptor suntik DMPA di Puskesmas Tambang Ulang mayoritas lama penggunaan  $\geq 2$  tahun memakai suntik DMPA dan mayoritas mengalami peningkatan berat badan karena semakin lama menggunakan kontrasepsi suntik DMPA, akan menambah banyaknya hormon di tubuh , dimana menurut teori hormon progesteron dapat memicu nafsu makan berlebih sehingga menambah peningkatan berat badan apalagi jika tidak dibarengi dengan pola makan dan hidup yang sehat karena pengetahuan yang kurang serta akseptor sudah nyaman dengan alat kontrasepsi ini karena lebih mudah pemakaiannya, murah dan efektif mencegah kehamilan.

### **Keterbatasan Penelitian**

Dalam proses penelitian ini, ada beberapa batasan yang dapat mempengaruhi hasil studi. Salah satunya adalah dalam pengumpulan data yaitu terbatas dalam pengumpulan responden saat pengumpulan data yang memerlukan responden untuk mengunjungi lokasi penelitian.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari penelitian tentang lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Tambang Ulang tahun 2023, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA dengan lama penggunaan  $\geq 2$  tahun sebanyak 40 akseptor (62,5%), dan lama penggunaan  $< 2$  tahun sebanyak 24 akseptor (37,5%).
2. Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 49 akseptor (76,6%)
3. Ada hubungan antara lama penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA  $\geq 2$  tahun dengan terjadinya peningkatan berat badan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., & Munthe, S. A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
2. Azmi, N. (2023). *Mitos atau Fakta, Usia Berpengaruh Ke Berat Badan?* Yellow Fit Kitchen. <https://yellowfitkitchen.com/detailarticle/mitos-atau-fakta-usia-berpengaruh-ke-berat-badan>
3. Berliani, N. I., Ardiyanti, A., & Harjanti, A. I. (2022). Hubungan Lama Penggunaan dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor Kb Suntik 3 Bulan di Kelurahan Karanganyar. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 10(2), 91–99. <https://doi.org/10.47794/jkhws.v10i2.447>
4. Damayanti, E., Azza, A., & Salsabila, Y. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Berat Badan pada Ibu Pengguna KB Suntik 3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Tamanan Bondowoso. *Health & Medical Sciences*, 1(2), 1–7. <https://doi.org/10.47134/phms.v1i2.37>
5. Direktorat Kesehatan Keluarga. (2021). Pedoman Pelayanan Kontrasepsi dan Keluarga Berencana. *Direktorat Kesehatan Keluarga, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 1(November), 1–286.
6. dr. Meva Nareza T. (2022). *KB suntik 3 bulan*. Alodokter.Com. <https://www.alodokter.com/kb-suntik-3-bulan>
7. Dwi Ariesthi, K., & Niyati fitri, H. (2019). Pengaruh penggunaan KB suntik 3 bulan terhadap peningkatan berat badan akseptor. *CHMK Midwefery Scientific Journal*, 2, 1–4.
8. Esnaeni, H. (2021). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan (Progestin) Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Di Desa Salambue Kabupaten Padang Lawas Tahun 2021.
9. Fatmawati, N. M. (2023). *MEDIKA+Vol+1+no+3+Agustus+2023+hal+244-259*. 1(3).
10. Fauziah. (2020). Praktik Asuhan Pelayanan Keluarga Berencana (KB). *Pena Persada*, 1–112. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/D6NC3>
11. Gyandra Fenniokha, N., Kurniasari, D., Evayanti, Y., & Studi IV Kebidanan Universitas Malahayati, P. D. (2022). Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Mempengaruhi Kenaikan Berat Badan Ibu. *MJ (Midwifery Journal)*, 2(3), 103–111.
12. Harahap, lina mariana. (2021). *Hubungan Pemakaian Kontrasepsi Suntik Dengan Kenaikan Berat Badan Akseptor Kb Di Klinik Bidan Rahmatun Azmi Desa Pargarutan Tahun 2021*. 1–71.
13. Hariati, A., Ekawati, N., & Nugrawati, N. (2020). Gambaran Efek Samping Pemberian Kontrasepsi Suntikan Hormonal. *Jmns*, 2(1), 18–25. <http://e-journal.aktabe.ac.id/index.php/jmns/article/view/37>
14. Indonesia(KBBI), kamus besar bahasa. (n.d.). *lama*. Retrieved August 26, 2024, from <https://kbbi.web.id/lama>
15. Innas, S. Q., Nurmainah, & Wahdaningsih, S. (2019). Pengaruh Lama Penggunaan Suntik KB 3 Bulan (DMPA) Terhadap Kenaikan Indeks Masa Tubuh (IMT) Pada Akseptor Di Puskesmas Perumnas II Pontianak. *Universitas Tanjungpura Pontianak*, 001, 1–13.

16. Isnandar, F., Yunus, M., & Hasanah, Z. (2024). Survei Tingkat Aktivitas Fisik Dan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Kb Suntik 3 Bulan. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 14(3), 1225–1232.
17. Jumrana Jumrana, & Asmaul Husnah. (2023). Pengaruh Pemakaian Kontrasepsi Suntik DMPA Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB di Puskesmas Tompobulu-Gowa. *DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(3), 293–305. <https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v1i3.1264>
18. Kedaton, kirana ratu sekar. (2024). *Jumlah Penduduk Indonesia 2024, Populasi Terbesar di Jawa Barat*. DetikEdu. <https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-7406664/jumlah-penduduk-indonesia-2024-populasi-terbesar-di-jawa-barat>
19. kelurahan oebufu. (2019). *Sosialisasi Keluarga Berencana Bagi PUS Kelurahan Oebufu*. <https://kampungkb.bkkbn.go.id/kampung/12940/intervensi/168446/sosialisasi-keluarga-berencana-bagi-pus>
20. Kursih Sulastriningsih, Muninggar, Ratna Utami Wijayanti, & Novy Ernawati. (2023). Pengaruh Kenaikan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik Tiga Bulan di TPMB Bidan K Tahun 2021. *Jurnal Syntax Transformation*, 4(1), 77–85. <https://doi.org/10.46799/jst.v4i1.684>
21. Masrul, M. (2018). Epidemi obesitas dan dampaknya terhadap status kesehatan masyarakat serta sosial ekonomi bangsa. *Majalah Kedokteran Andalas*, 41(3), 152. <https://doi.org/10.25077/mka.v41.i3.p152-162.2018>
22. Notoatmodjo. (2018). *Metode Penelitian Notoatmodjo 2018*. 38–55.
23. Noviantari, D., Sriasih, N., & Mauliku, J. (2019). Hubungan Antara Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik Depo Medroxyprogesterone Acetate Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor Di Praktik Mandiri Bidan Hs Denpasar Barat Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 7(2), 71–78. <http://www.ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIK/article/view/1064>
24. Nursamsiyah, N., & Rohmah, S. (2021). Gambaran Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Kb Suntik 3 Bulan Di Pmb Bidan Ambarwati Cilacap Tahun 2020. *Journal of Midwifery and Public Health*, 3(1), 19. <https://doi.org/10.25157/jmph.v3i1.6789>
25. Ph.D. Ummul Aiman, S. P. D. K. A. S. H. M. A. Ciq. M. J. M. P., Suryadin Hasda, M. P. Z. F., M.Kes. Masita, M. P. I. N. T. S. K., & M.Pd. Meilida Eka Sari, M. P. M. K. N. A. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif. In *Yayasan Penerbit Muhammad Zaini*.
26. PKBRS. (2023). *Laporan KB 2023*.
27. Purba, D. (2023). Hubungan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Wanita Usia Subur di Puskesmas Maga Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2022. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1 No 1(2963–2005), 106–115. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jstrokecerebrovasdis.201.05.038>
28. Putri, Y. (2019). Ketidakteraturan Siklus Haid, Berat Badan Dan Flour Albus Terhadap Akseptor Depoprogesteron Untuk Melanjutkan Suntik. *Journal Of Midwifery*, 7(1), 40–51.

<https://doi.org/10.37676/jm.v7i1.769>

29. Rahmah, A., Chica Heryani, A., & Info, A. (2024). *JURNAL PROMOTIF PREVENTIF Hubungan Komunikasi Informasi Edukasi dengan Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang di Indonesia: Scoping Review The Relationship between Communication of Educational Information and Usage Long-Term Contraceptive Methods in.* 7(1), 160–168. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
30. Rahmah, S. R. A. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Berat Badan pada Remaja Selama Masa Pandemi Covid-19 Kota Bengkulu. *Poltekkes Kemenkes Bengkulu*, 1–44.
31. Rahmawati, A. Y. (2020). *Perubahan Berat badan.* July, 1–23.
32. Rima Eka Pratiwi, Susanti Pratamaningtyas, & Dwi Estuning Rahayu. (2023). Hubungan Pemakaian Kb Suntik 3 Bulan dengan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor%: Studi Literatur. *Indonesian Health Issue*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.47134/inhis.v2i1.39>
33. Riskesdas. (2024). Dalam Angka Dalam Angka. *Kabupaten Tanah Laut Dalam Angka*, 22.
34. Santika, F. erlina. (2024). *Suntikan Jadi Metode KB Terbanyak Pemuda yang Menikah 2023.* <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2024/01/09/suntikan-jadi-metode-kb-terbanyak-pemuda-yang-menikah-2023>
35. Sodikoh, I., & Sutarno, M. (2024). Hubungan Pemakaian Kb Suntik 3 Bulan Dengan Kenaikan Berat Badan Di TpmB Bidan Titin Duratul Kabupaten Tangerang Banten Tahun 2023. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 14(1), 38–43. <https://doi.org/10.61902/involusi.v14i1.949>
36. Unicef. (2023). ANALISIS LANSKAP KELEBIHAN BERAT BADAN DAN OBESITAS DI INDONESIA Ringkasan Untuk Pemangku Kebijakan. *Unicef*, 6. [https://www.unicef.org/indonesia/media/16691/file/Ringkasan untuk Pemangku Kebijakan.pdf](https://www.unicef.org/indonesia/media/16691/file/Ringkasan%20untuk%20Pemangku%20Kebijakan.pdf)
37. Wahidin, D. R. &. (2021). Efek KB Suntik 3 bulan (DMPA) Terhadap Berat Badan. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Issue Mi).
38. Widayati, N., Indrawati, D. N., Nurjanah, S., & Anggraini, N. N. (2023). Hubungan Kenaikan Berta Badan Pada Akseptor Kb Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Kendal 01. *Seminar Nasional Kebidanan UNIMUS*, 333, 370–378. <https://prosiding.unimus.ac.id/index.php/SHPPM/article/view/1525>
39. Wulan Cahyani, F., Dian Afriyani, L., Husna, F., Gus Septri Ulyani, N., Widya Astuti, E., paulina sirait, F., Susan, A., Hambami, S., Resti, N., & Putriaprilisa, S. (2021). Efek Samping Peningkatan Berat Badan dari Penggunaan Metode KB Suntik 3 Bulan: Literatur Review. *Seminar Nasional Kebidanan*, 112–121. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/semnasbidan/article/view/1386>
40. Zubaidah, Z. (2021). Hubungan Pemakaian Kb Suntik 3 Bulan Dengan Berat Badan Di Praktek Mandiri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(2), 138–142. <https://doi.org/10.54004/jikis.v9i2.30>