



Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik Tiga Bulan Di PMB Veronika Kota Kediri

Mariana E. Junita^{1*}, Mulazimah², Dhewi Nurahmawati³

¹Program Studi D-III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri

*Email korespondensi: MarianaJunita@gmail.com

Diterima:

7 Agustus 2024

Dipresentasikan:

10 Agustus 2024

Disetujui Terbit:

08 Oktober 2024

ABSTRAK

Kontrasepsi suntik 3 bulan, atau Depo-Provera, adalah metode kontrasepsi hormonal yang diberikan melalui injeksi oleh tenaga medis. Salah satu efek samping dari penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan adalah kenaikan berat badan. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan lama pemakaian kontrasepsi terhadap kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di PMB Veronika Kota Kediri. Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilakukan di PMB Veronika Kota Kediri pada bulan Maret-April 2024 dengan sampel berjumlah 147 responden. Penelitian menggunakan sumber data sekunder dengan instrumen penelitian yaitu data rekam medik pasien. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan uji spearman-rank. Hasil penelitian didapatkan data usia <20 tahun sebanyak 5 orang (3.4%), 20-35 tahun sebanyak 89 orang (60.5%), >35 tahun sebanyak 53 orang (36.1%). Lama pemakaian kontrasepsi <1 tahun sebanyak 9 orang (6.1%), 1-3 tahun sebanyak 116 orang (78.9), dan >3 tahun sebanyak 22 (15.0%). Kenaikan berat badan rendah (0-1 kg) sebanyak 50 orang (34.0%), sedang (2-5 kg) 62 orang (42.2%), tinggi (>5 kg) sebanyak 35 orang (23.8%). Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan lama pemakaian kontrasepsi terhadap kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di PMB Veronika Kota Kediri (pvalue 0,05; r 0.399).

Kata Kunci : Lama Pemakaian Kontrasepsi, Kenaikan Berat Badan, Akseptor KB Suntik 3 Bulan.

PENDAHULUAN

Program Keluarga Berencana Nasional Indonesia memiliki visi dan misi terbaru. Visinya adalah mencapai pertumbuhan penduduk yang seimbang, sementara misinya adalah mewujudkan pembangunan yang berwawasan kependudukan dan menghasilkan keluarga kecil yang bahagia dan sejahtera. Keluarga kecil ini diartikan sebagai keluarga yang sehat, maju, dan mandiri dengan tingkat ketahanan keluarga yang tinggi (Handayani et al., 2019).

Kontrasepsi adalah cara untuk mencegah dan mengatur kehamilan dengan tujuan meningkatkan kesejahteraan keluarga, sehingga dapat memberikan perhatian dan pendidikan yang maksimal kepada anak-anak. Setiap jenis kontrasepsi memiliki kelebihan dan kekurangan. Kontrasepsi suntik adalah metode kontrasepsi yang sangat efektif dan dapat dibalikkan untuk mencegah



kehamilan. Penggunaan kontrasepsi suntik dapat menyebabkan efek samping seperti perubahan pola menstruasi, kenaikan berat badan, mual, hipertensi, sakit kepala, payudara terasa penuh, dan keputihan. Pemilihan metode kontrasepsi tergantung pada berbagai faktor termasuk karakteristik dari metode itu sendiri, demografi, dan faktor sosial-ekonomi dari populasi pengguna kontrasepsi. Kontrasepsi suntik menggunakan bahan baku preparat estrogen dan progesteron untuk mencegah kehamilan. Terdapat dua jenis kontrasepsi suntik, yaitu *Combined Injectable Contraceptives* (CICs) dan *Progestin-only Injectable Contraceptives* (PICs). Salah satu jenis PICs adalah *Depo-Medroxyprogesterone Acetate* (DMPA), diberikan setiap tiga bulan sekali. Sementara itu, CICs mengandung kombinasi DMPA dan estradiol valerate yang diberikan sebulan sekali (Sari, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO), penggunaan kontrasepsi hormonal mengalami peningkatan yang signifikan. Hampir 380 juta pasangan usia subur menerapkan program Keluarga Berencana, dan sekitar 65-75 juta di antaranya, terutama di Negara Berkembang, memilih kontrasepsi hormonal seperti pil, suntik, dan implant. Penggunaan kontrasepsi hormonal dapat memberikan dampak positif dan negatif pada kesehatan wanita. Jenis kontrasepsi hormonal yang paling banyak digunakan adalah kontrasepsi suntik, mencapai 38,3%, diikuti oleh pil dengan persentase 27,7% (Arsesiana et al., 2022). Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019, dari total 37.338.265 Pasangan Usia Subur (PUS) di Indonesia, sebanyak 23.606.718 telah menjadi akseptor Keluarga Berencana (KB) aktif. Jenis kontrasepsi jangka panjang seperti IUD digunakan oleh 7,15% akseptor, implant 6,99%, MOW (Metode Operasi Wanita) 2,70%, MOP (Metode Operasi Pria) 0,53%, kondom 1,22%, pil 17,24%, dan jumlah akseptor KB terbanyak adalah suntik dengan persentase 62,77% (Kemenkes RI, 2019). Pada tahun 2022 di Provinsi Jawa Timur terdapat 5.967.082 pasangan usia subur (PUS) dengan peserta KB aktif menggunakan metode IUD sebanyak 340.045, metode operasi wanita (MOW) sebanyak 185.657, dan metode operasi pria (MOP) sebanyak 8.318. Sementara itu, di Kota Kediri terdapat 35.552 pasangan usia subur dengan peserta KB aktif menggunakan metode IUD sebanyak 2.505, MOW sebanyak 2.183, dan MOP sebanyak 115 (BPS Jatim, 2023).

Dari data ini dapat disimpulkan bahwa di Provinsi Jawa Timur, IUD adalah metode kontrasepsi yang paling banyak digunakan, diikuti oleh MOW dan MOP. Tren yang sama juga terlihat di Kota Kediri, meskipun jumlah pasangan usia subur di Kota Kediri relatif kecil dibandingkan dengan keseluruhan provinsi. Di Kota Kediri, proporsi peserta KB aktif yang menggunakan IUD adalah sekitar 7.06%, MOW sekitar 6.14%, dan MOP sekitar 0.32% (BPS Jatim, 2023). Hasil survei peneliti di PMB Veronika Kota Kediri didapatkan data akseptor KB suntik 3 bulan pada tahun 2021 sebanyak 303 orang, tahun 2022 sebanyak 201 orang dan pada tahun 2023 sebanyak 230 orang.

Faktor utama yang mempengaruhi perubahan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik adalah hormon progesteron yang memiliki pengaruh kuat



terhadap hormon nafsu makan di hipotalamus. Akibatnya, terjadi peningkatan nafsu makan yang mengakibatkan tubuh mengonsumsi lebih banyak zat gizi dari biasanya. Kelebihan zat gizi ini kemudian diubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit, menyebabkan peningkatan berat badan (Sari, 2021). Selain itu, salah satu efek samping lain dari penggunaan kontrasepsi suntik tiga bulan adalah retensi cairan. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium dari tubuh, yang dapat menyebabkan peningkatan berat badan. Kenaikan berat badan ini dipicu oleh peningkatan nafsu makan dan efek metabolik dari hormon progesteron (Susilowati, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh (Fenniokha et al., 2022) menunjukkan bahwa peningkatan berat badan pada pengguna alat kontrasepsi suntik 3 bulan disebabkan oleh pengaruh dari jenis alat kontrasepsi yang digunakan. Mereka yang menggunakan kontrasepsi suntik cenderung mengalami peningkatan berat badan lebih banyak. Hal ini disebabkan oleh DMPA dalam kontrasepsi suntik yang merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus, menyebabkan pengguna makan lebih banyak dari biasanya. Peningkatan berat badan bervariasi antara 1 hingga 5 kg dalam tahun pertama penggunaan. Terjadinya peningkatan berat badan akibat penggunaan kontrasepsi suntik yang mengandung hormon progesteron disebabkan oleh rangsangan pada pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus lateral. Hal ini menyebabkan peningkatan nafsu makan dan perubahan karbohidrat serta gula menjadi lemak. Akibatnya, lemak dalam tubuh bertambah banyak sehingga berat badan meningkat. Peningkatan berat badan ini dapat mengakibatkan keterbatasan dalam aktivitas dan menyebabkan penimbunan lemak dalam tubuh (Fenniokha et al., 2022).

Hasil dari penelitian (Prawita & Gulo, 2019) menunjukkan bahwa dari 90 responden, 56 orang (62,2%) menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan, dan dari mereka, 40 orang (44,4%) mengalami kenaikan berat badan. Penelitian yang sama dilakukan (Handayani et al., 2019a) menunjukkan bahwa sebagian besar responden (76,5%) menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan secara teratur, dan lebih dari separuh dari mereka (70,6%) mengalami kenaikan berat badan. Hasil penelitian (Unti & Novitasari, 2016) juga didapatkan hasil bahwa ada hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai Tahun 2016.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di PMB Veronika Kota Kediri”.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di PMB Veronika Kota Kediri pada bulan Maret-April 2024 dengan sampel berjumlah 147 responden. Teknik pengambilan sampel *non-probability Sampling* lebih tepatnya metode *sampling purposive*. Pengambilan sampel harus memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, sebagai



berikut, Kriteria Inklusi meliputi data rekam medik pasien akseptor KB suntik 3 bulan, pasien akseptor KB suntik 3 bulan usia 17-60 tahun, data rekam medik bisa dibaca atau belum rusak. Kriteria eksklusi meliputi pasien akseptor KB suntik 1 bulan yang mendapatkan kontrasepsi dan data rekam medik yang tidak bisa dibaca atau sudah rusak. Penelitian menggunakan sumber data sekunder dengan instrumen penelitian yaitu data rekam medik pasien. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan uji spearman-rank.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
<20 tahun	5	3.4%
20-35 tahun	89	60.5%
>35 tahun	53	36.1%
Total	147	100%

Sumber: Data Sekunder, 2023

Berdasarkan tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden berjumlah 89 orang atau 60.5% berusia 20-35 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Pemakaian Kontrasepsi

Lama Pemakaian Kontrasepsi	Frekuensi	Persentase
<1 tahun	9	6.1%
1-3 tahun	116	78.9%
>3 tahun	22	15.0%
Total	147	100%

Sumber: Data Sekunder, 2023

Berdasarkan tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa hampir seluruh responden berjumlah 116 orang atau 78.9% menggunakan kontrasepsi selama 1-3 tahun.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kenaikan Berat Badan

Kenaikan Berat Badan	Frekuensi	Persentase
Rendah (0-1 Kg)	50	34.0%
Sedang (2-5 Kg)	62	42.2%
Tinggi (>5 Kg)	35	23.8%
Total	147	100%

Sumber: Data Sekunder, 2023

Berdasarkan tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengah dari responden berjumlah 62 orang atau 42.2% mengalami kenaikan berat badan sedang (2-5 Kg).



Tabel 4 Analisis Tabulasi Silang Lama Pemakaian Kontrasepsi Terhadap Kenaikan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan

Lama Pemakaian Kontrasepsi	Kenaikan Berat Badan			Total	Sig.
	Rendah (0-1 Kg)	Sedang (2-5 Kg)	Tinggi (>5 Kg)		
<1 tahun	9	0	0	9	Sig. 0.000; r 0.399
	6.1%	0.0%	0.0%	6.1%	
1-3 tahun	37	58	21	116	
	25.2%	39.5%	14.3%	78.9%	
>3 tahun	4	4	14	22	
	2.7%	2.7%	9.5%	15.0%	
Total	50	62	35	147	
	34.0%	42.2%	23.8%	100.0%	

Sumber: Data Sekunder, 2023

Hasil analisis tabulasi silang lama pemakaian kontrasepsi terhadap kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di PMB Veronika Kota Kediri pada tahun 2023 dapat dilihat pada tabel 4. Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil hampir setengah dari responden dengan lama pemakaian kontrasepsi 1-3 tahun mengalami kenaikan berat badan sedang (2-5 Kg) sebanyak 58 orang (39.5%).

Hasil uji statistik menggunakan analisis *Spearman rank* pada tabel 4. didapatkan nilai signifikansi sebesar 0.000 atau $p_{value} < 0,05$. Hasil ini menunjukkan H1 diterima dan H0 ditolak sehingga dapat diinterpretasikan bahwa ada hubungan lama pemakaian kontrasepsi terhadap kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di PMB Veronika Kota Kediri. Pada tabel 4.7 didapatkan koefisien korelasi 0.399 maka dapat diinterpretasikan bahwa koefisien korelasi rendah dengan arah hubungan positif yaitu semakin lama pemakain kontrasepsi maka semakin tinggi kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di PMB Veronika Kota Kediri.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini didapatkan hasil mayoritas responden berjumlah 89 orang (60.5%) berusia 20-35 tahun. Menurut Handayani et al. (2019), pada rentang usia tersebut, yang disebut sebagai usia dewasa awal, pasangan suami istri cenderung memperhatikan pembangunan karir dan kebutuhan rumah tangga yang baru dimulai. Kesadaran untuk menjaga jarak kehamilan menjadi lebih penting, dan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan secara teratur dapat diinterpretasikan sebagai salah satu cara untuk mencapai tujuan untuk mencegah terjadinya kehamilan.

Usia di atas 20 tahun dianggap sebagai usia yang optimal untuk kemampuan memahami dan mengambil keputusan. Pada usia tersebut, individu



cenderung memiliki kematangan mental dan pemahaman yang lebih baik dalam memproses informasi dan membuat keputusan yang tepat. Di sisi lain individu yang berusia di bawah 20 tahun sering kali mengalami kesulitan dalam memahami situasi dan mengambil keputusan. Hal ini mungkin disebabkan oleh keterbatasan pengalaman hidup dan kematangan mental yang belum sepenuhnya terbentuk pada usia tersebut. Sebagai hasilnya, keputusan yang diambil oleh individu di bawah usia 20 tahun sering kali dipengaruhi oleh ketidakpastian, kebingungan, atau kurangnya pemahaman terhadap konsekuensi dari keputusan yang diambil (Hasna et al., 2022). Usia reproduktif dapat kontrasepsi suntik 3 bulan, hal ini dikarenakan kontrasepsi suntik 3 bulan dianggap memiliki efektivitas dan kemudahan penggunaan, hasil penelitian pada usia 20-34 tahun lebih banyak responden menggunakan suntik 3 bulan dibandingkan dengan metode kontrasepsi yang lain (Asmariyah, 2021).

Faktor utama yang mempengaruhi perubahan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik adalah hormon progesteron yang memiliki pengaruh kuat terhadap hormon nafsu makan di hipotalamus. Akibatnya, terjadi peningkatan nafsu makan yang mengakibatkan tubuh mengonsumsi lebih banyak zat gizi dari biasanya. Kelebihan zat gizi ini kemudian diubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit, menyebabkan peningkatan berat badan (Sari, 2021).

Responden yang mengalami peningkatan berat badan dikarenakan menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan, jarang melakukan olahraga dan tidak membatasi mengonsumsi makanan. Bertambahnya berat badan terjadi karena bertambahnya lemak tubuh. Faktor penyebab peningkatan berat badan berhubungan dengan faktor lingkungan dan faktor rendahnya melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga. Kenaikan berat badan dapat disebabkan 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 menurun aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah (Handayani et al., 2019b). Peningkatan berat badan juga terjadi akibat konsumsi makanan dalam porsi besar yang tinggi energi, lemak, karbohidrat, dan rendah serat seperti roti, tepung, kacang-kacangan, kentang. Selain itu, perilaku makan yang salah, seperti mengonsumsi makanan dalam jumlah berlebihan tanpa diimbangi dengan aktivitas fisik yang memadai, juga berkontribusi pada peningkatan berat badan (Wahyuni & Chatarina, 2016).

Hasil uji statistik menggunakan analisis *Spearman rank* menunjukkan ada hubungan lama pemakaian kontrasepsi terhadap kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di PMB Veronika Kota Kediri ($p_{\text{value}} 0.000 < 0,05$). Pada penelitian ini didapatkan koefisien korelasi 0.399 sehingga dapat diinterpretasikan bahwa koefisien korelasi rendah dengan arah hubungan positif yaitu semakin lama pemakaian kontrasepsi maka semakin tinggi kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di PMB Veronika Kota Kediri.



Hasil ini didukung oleh penelitian Prawita & Gulo (2019) yang mendapatkan hasil ada hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ibu di Klinik Linez Kota Gunungsitoli Tahun 2018 ($p_{\text{value}} 0,001 < 0,05$). Penelitian lain oleh Sumantri (2019) juga mendapatkan hasil ada hubungan kenaikan berat badan dengan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan di Kelurahan Tanjung Agung Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung Kecamatan Baturaja Barat tahun 2018 ($p_{\text{value}} 0,02 < 0,05$).

Hasil penelitian lain oleh Prawita & Gulo (2019) juga menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi hormonal suntik 3 bulan berhubungan dengan peningkatan berat badan, dengan rata-rata peningkatan berat badan sekitar 1 kg setelah penggunaan selama satu tahun. Sementara menurut penelitian dari Unti & Novitasari (2016), terjadi peningkatan berat badan lebih dari 2,3 kg pada tahun pertama dan terus meningkat secara bertahap hingga mencapai 7,5 kg selama 6 tahun. Lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan mempengaruhi peningkatan berat badan karena penggunaan hormonal yang berkepanjangan dapat mengganggu keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh, mengakibatkan perubahan sel normal menjadi tidak normal.

Hasil penelitian di atas juga didukung oleh penelitian Handayani et al. (2019) yang menjelaskan bahwa penggunaan jangka panjang DMPA lebih 1 tahun dapat mengacaukan keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal. Progesterone dalam alat kontrasepsi tersebut berfungsi untuk mengentalkan lendir serviks dan mengurangi kemampuan rahim untuk menerima sel yang telah dibuahi. Namun hormon ini juga mempermudah perubahan karbohidrat menjadi lemak, sehingga sering kali efek sampingnya adalah penumpukan lemak yang menyebabkan berat badan bertambah.

Menurut Fitriah et al. (2021), penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dapat mempengaruhi kenaikan berat badan karena beberapa alasan. Pertama, kontrasepsi suntik dapat merangsang pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus, yang dapat membuat pengguna makan lebih banyak dari biasanya, sehingga berpotensi mengalami peningkatan berat badan. Hormon progesteron yang terkandung dalam suntikan juga mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, menyebabkan penambahan lemak di bawah kulit. Selain itu, hormon progesteron juga dapat meningkatkan nafsu makan dan menurunkan aktivitas fisik, yang dapat menyebabkan peningkatan berat badan. Selain kenaikan berat badan, keluhan lain yang mungkin dialami oleh para pengguna kontrasepsi suntik adalah sakit kepala yang parah pada satu sisi atau seluruh bagian kepala, disertai dengan rasa mual yang sangat kuat.

Responden yang mengalami peningkatan berat badan disebabkan nafsu makan dari responden tersebut meningkat sehingga tidak terkontrol porsi makannya. Faktor yang memengaruhi massa tubuh dapat dibagi menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal tidak dapat dikendalikan secara sadar oleh individu, seperti faktor genetik, regulasi termis, dan metabolisme. Di sisi lain,



faktor eksternal seperti aktivitas fisik dan asupan nutrisi dapat dikendalikan oleh individu dan memainkan peran penting dalam mengatur massa tubuh. Seseorang yang ingin menurunkan berat badan dapat membatasi asupan nutrisi dan meningkatkan aktivitas fisik, sedangkan seseorang yang ingin menambah berat badan dapat meningkatkan asupan nutrisi dan mengurangi aktivitas fisik (Fatmawati et al., 2023).

Peningkatan berat badan dapat disebabkan asupan energi yang melebihi kebutuhan tubuh yang biasanya dialami oleh orang yang kurang olahraga atau kurang aktivitas fisik. Hal ini menyebabkan energi yang masuk kedalam tubuh tidak dibakar atau digunakan yang kemudian disimpan dalam bentuk lemak. Faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik salah satunya yaitu pola makan. Kandungan dari makanan yang berlemak juga banyak mempengaruhi tubuh untuk melakukan aktivitas sehari-hari ataupun berolahraga, sebaiknya makanan yang akan dikonsumsi dipertimbangkan kandungan gizinya agar tubuh tidak mengalami kelebihan energi namun tidak dapat dikeluarkan secara maksimal. Obesitas juga menjadikan kesulitan dalam melakukan aktivitas fisik (Muayah, 2022).

Penambahan berat badan tidak terjadi pada semua pengguna KB suntik, hal ini tergantung pada reaksi bagaimana masing-masing tubuh wanita memetabolisasi progesterone. Peningkatan berat badan pada akseptor suntik tidak hanya dipengaruhi oleh perubahan hormon sebagai akibat penggunaan kontrasepsi suntik. Ada faktor lain yang dapat mempengaruhi peningkatan berat badan pada seseorang termasuk akseptor suntik. Faktor-faktor tersebut misalnya adalah adanya kebiasaan makan banyak pada akseptor, ataupun karena banyak makan tetapi kurang olah raga atau kurangnya aktifitas fisik, keturunan obesitas, faktor fisiologis tubuh, penambahan usia, gangguan hormone (Mutika et al., 2021). Selain itu, salah satu efek samping lain dari penggunaan kontrasepsi suntik tiga bulan adalah retensi cairan. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium dari tubuh, yang dapat menyebabkan peningkatan berat badan. Kenaikan berat badan ini dipicu oleh peningkatan nafsu makan dan efek metabolik dari hormon progesteron (Susilowati, 2023).

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan di PMB Veronika Kota Kediri didapatkan hasil <1 tahun 9 orang (6.1%), 1-3 tahun 116 orang (78.9%) dan >3 tahun 22 orang (15.0%). Kenaikan berat badan, rendah (0-1 Kg) 50 orang (34.0%), sedang (2-5 Kg) 62 orang (42.2%) dan tinggi (>5 Kg) 35 orang (23.8%). Hasil analisis menunjukkan ada hubungan lama pemakaian kontrasepsi terhadap kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di PMB Veronika Kota Kediri (P_{value} 0.000; r 0.339).

**DAFTAR RUJUKAN**

- Asmariyah, A. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemilihan Alat Kontrasepsi Suntik KB Depo Provera Pada Akseptor KB Di Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 9(2), 24–29. <https://doi.org/10.37676/JM.V9I2.1828>
- BPS Jatim. (2023). Pasangan Usia Subur dan Peserta KB Aktif IUD, MOW, MOP. Badan Pusat Statistik Jawa Timur.
- Fatmawati, N. M., Wahyuni, S., & Uswatun, K. (2023). Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Perubahan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Terawan. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(3), 244–259. <https://doi.org/10.59680/MEDIKA.V1I3.450>
- Fitriah, F., Ahmaniyah, A., & Ningsih, H. A. (2021). Hubungan Antara Lama Menjadi Akseptor Kb Suntik 3 Bulan dengan Kejadian Peningkatan Berat Badan. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 82–88. <https://doi.org/10.35874/JIB.V11I2.901>
- Handayani, P., Perwiraningtyas, P., & Susmini, S. (2019a). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 4(1), 171–180. <https://doi.org/10.33366/NN.V4I1.1500>
- Hasna, F. N., Susiloningtyas, I., & Realita, F. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik 3 Bulan. *Jurnal Health Sains*, 3(12), 1794–1807. <https://doi.org/10.46799/JHS.V3I12.704>
- Muayah, M. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Penggunaan KB Suntik 1 Bulan Dan 3 Bulan. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 6(1), 14–22. <https://doi.org/10.61720/JIB.V6I1.345>
- Mutika, W. T., Nursolihat, D., Damayanti, R., Ambariani, A., & Doria, M. (2021). Hubungan Antara Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Peningkatan Berat Badan di PMB I. *Jurnal Kesmas Untika Luwuk : Public Health Journal*, 12(1), 17–22. <https://doi.org/10.51888/PHJ.V12I1.55>
- Prawita, A. A., & Gulo, A. S. (2019). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Kenaikan Berat Badan Ibu di Klinik Linez Kota Gunungsitoli. *Jurnal Bidan Komunitas*, 2(3), 153–159. <https://doi.org/10.33085/GBK.V2I3.4469>
- Sari, D. P. (2021). Efek Samping Pemakaian Kb Suntik 3 Bulan Pada Akseptor Di Bidan Praktik Swasta (Bps) Hj. Norhidayati Banjarmasin. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 6(2), 127–131. <https://doi.org/10.51143/JKSI.V6I2.297>
- Susilowati, E. (2023). KB Suntik 3 (Tiga) Bulan Dengan Efek Samping Gangguan Haid Dan Penanganannya. *Majalah Ilmiah Sultan Agung*, 50(126), 32–42.
- Unti, W. O. S. M., & Novitasari, A. (2016). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Kenaikan Berat Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai Tahun 2016. *Jurnal Gizi Ilmiah : Jurnal Ilmiah Ilmu Gizi Klinik, Kesehatan Masyarakat Dan Pangan*, 3(1), 59–66.
- Wahyuni, & Chatarina. (2016). *Kontrasepsi Dan Kesehatan Seksual Reproduksi*. Jakarta: EGC.