

## HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN DI BPM SITI FADJARRIYAH, AMD.KEB

Tita Puji Apriyanti<sup>1</sup>, Luluk Khusnul Dwihestie<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

e-mail: <sup>1</sup> titapujiapriyanti@gmail.com, <sup>2</sup> lulukkhusnul3@gmail.com

### Abstrak

Kenaikan berat badan merupakan efek samping yang paling sering dikeluhkan oleh para akseptor KB suntik. Penyebab kenaikan berat badan disebabkan hormon progesteron yang mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak serta merangsang nafsu makan dan menurunkan aktifitas fisik, hal ini terjadi pada akseptor KB suntik 3 bulan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan. Jenis penelitian ini adalah *observasional analitik* dengan desain pendekatan *cross sectional*. Populasi dari penelitian ini yaitu pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan sebanyak 40 responden. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 40 responden. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dari hasil pengumpulan data dengan kuesioner di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *Chi-Square* menunjukkan terdapat hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb. Dengan nilai P-Value-0,039 <0,05 dan nilai tingkat keeratan 0,368 dengan kategori korelasi moderat. Berdasarkan hasil tersebut diharapkan wanita usia subur dapat memilih alat kontrasepsi yang tepat sesuai kebutuhan, selalu memantau perubahan efek samping sehingga apabila ada kelainan dapat segera diatasi dan lebih aktif bertanya pada petugas kesehatan mengenai cara mencegah dan menangani efek samping yang terjadi selama menggunakan KB suntik 3 bulan sehingga efek samping dapat teratasi.

**Keyword:** KB; Suntik; Berat Badan

### Abstract

Weight gain is one of the side effects of injectable birth control which is the most frequent complaint for acceptors. The increase in the progesterone hormone from birthcontrol injections makes it easier to convert carbohydrates and sugar into fat, stimulates appetite, and reduces physical activities. Therefore, having birth control injections once every 3 months can cause a significant increase in the acceptor's weight. This study aimed to determine the relationship between the use of 3-month injection contraception and weight gain. This research is an analytical observational type with a cross-sectional approach design. The population of this study was 40 respondents who used 3-month injectable contraception, which then took samples using the total sampling technique; the number of samples is 40 respondents. The data used in this research is primary data from the results of data collection using a questionnaire at BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb. Data analysis was then carried out using univariate and bivariate analysis with the Chi-Square test. The statistical tests showed that there was a relationship between the use of 3-month injectable contraception and weight gain in BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb. with p-value = 0.039 (< 0.05) and the level of closeness is 0.368 with a moderate correlation category. Based on these results, hopefully, the acceptors of 3-month injectable birth control can choose the right contraceptive and always monitor changes in side effects so that if there are abnormalities they can be resolved immediately. Furthermore, acceptors need to be more active in asking health workers about how to prevent and deal with side effects that occur while using injectable birthcontrol, so that if there is a problem the acceptor can handle it properly.

**Keyword:** Birth Control; Injectable Birth Control; Body Weight

### PENDAHULUAN

Kenaikan berat badan merupakan efek samping yang paling sering dikeluhkan oleh para akseptor KB suntik. Penyebab kenaikan berat badan karena hormon

progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak serta merangsang nafsu makan dan menurunkan aktifitas fisik, sehingga pada wanita yang menjadi akseptor KB suntik 3 bulan ini berakibat pada kenaikan berat badan (Varney, 2014). Kontrasepsi adalah usaha untuk mencegah kehamilan yang bertujuan untuk menjarangkan kehamilan, merencanakan jumlah anak dan meningkatkan kesejahteraan keluarga agar dapat memberikan perhatian dan pendidikan yang maksimal pada anak (Hartanto, 2013).

Efek samping penggunaan alat kontrasepsi KB suntik pada umumnya adalah penambahan berat badan. Pertambahan berat badan bervariasi antara 1 kg sampai 5kg dalam tahun pertama dan penyebabnya tidak jelas, tetapi tampaknya terjadi penambahan lemak tubuh dan bukan karena retensi cairan tubuh. Oleh karena hormon Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) yang merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus sehingga menyebabkan akseptor mengalami peningkatan nafsu makan dari biasanya (Susila I, 2018). Adapun faktor yang mempengaruhi terjadinya kenaikan berat badan pada penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan yaitu faktor lingkungan, usia, faktor psikis, menurunnya aktivitas fisik dan kebiasaan pola makan (Hardiansyah, 2017).

*World Health Organization* (WHO) tahun 2017 melaporkan data pengguna kontrasepsi injeksi di seluruh dunia sekitar 45%. Tahun 2017 data BKKBN menunjukkan bahwa pemakaian kontrasepsi di Indonesia sebesar 63,6% yang terdiri dari KB suntik (29,0%), pil (12,2%), implant (4,7%), IUD (4,7%) dan lain lain. Cakupan pengguna KB di *Association Of Southeast Asian Nation* (ASEAN) rata-rata berkisar 58,1% sehingga Indonesia termasuk negara yang telah melebihi rata-rata penggunaan kontrasepsi di negara ASEAN. Indonesia memiliki peserta KB aktif sebanyak 35.795.560 akseptor dengan metode suntik mendominasi sebagai alat kontrasepsi yang paling banyak diminati yaitu mencapai 17.104.340 akseptor. Profil Kesehatan Indonesia (2015) dalam (Narulita *et al.*, 2023)

Menurut BKKBN tahun 2020, PUS di Indonesia sejumlah 31.527.492 jiwa dengan peserta KB aktif sejumlah 21.606.450 Jiwa (67,6%) Kondom 228.947 Jiwa (0,1%), Suntik 12.658.586 Jiwa (72,94%), Pil 4.124.439 Jiwa (19,36%), IUD/AKDR 1.814.158 Jiwa (8,51%), MOP 117.606 Jiwa (0,55%), MOW 556.447 Jiwa (2,61%) dan Implan 1.808.093 Jiwa (8,49%). Kontrasepsi paling terbanyak ialah alat kontrasepsi suntik dengan jumlah 12.658.568 Jiwa (72,94%).

Jumlah Pasangan Usia Subur (PUS) di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) tahun 2019 adalah 498.897 jiwa, dengan peserta KB aktif pada PUS adalah 382.349 jiwa (76,6%), PUS yang menggunakan KB masih belum keseluruhan. Disebutkan bahwa kontrasepsi yang paling banyak dipilih PUS adalah suntik pada kategori non-MKJP (43,7%) dan diikuti AKDR/IUD kategori MKJP (24,4%). Kabupaten Sleman merupakan salah satu kabupaten yang ada di DIY dengan jumlah Pasangan Usia Subur serta Akseptor KB terbanyak dibanding Kabupaten lainnya pada tahun 2019, PUS sebesar 142.886, dengan jumlah peserta KB Aktif 115.107 (80,6%). Namun jumlah tersebut mengalami penurunan pada tahun 2020 dengan PUS 144.184 dan peserta KB aktif 114.982 (79,7%).

Pemerintah Indonesia menetapkan kebijakan KB untuk mewujudkan penduduk tumbuh seimbang dan keluarga berkualitas melalui penyelenggaraan program Keluarga Berencana seperti tercantum dalam Pasal 20 Undang-Undang Nomor 52 tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, dimana tujuan KB yaitu mengatur kelahiran anak dan meningkatkan kesejahteraan ibu. *Target Total Fertility Rate* (TFR), *UnMet Need* (UMN) dan *DO* (*Drop Out*) KB di

beberapa wilayah Indonesia belum tercapai sehingga diperlukan pengoptimalisasian upaya-upaya advokasi guna meningkatkan komitmen *stakeholders* atau pemangku kepentingan, meningkatkan peran serta mitra kerja, serta promosi dan KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) KB.

Pelaksanaan peran bidan dalam program KB termasuk tugas mandiri dan tugas pemerintahan yaitu melaksanakan pelayanan kesehatan yang merupakan program pemerintah. Kaitan kewenangan bidan dalam pelaksanaan program KB tertuang dalam pasal 9, 12, 13, dan 15. Pandangan masyarakat sebagai upaya kenaikan kepedulian serta kedudukan dan warga lewat pedesaan umur pernikahan (PUP), pengaturan kelahiran, pembinaan ketahanan keluarga, kenaikan kesehatan keluarga kecil, senang serta sejahtera maka diperlukanlah keluarga berencana (Febriyanti, 2015).

Hipotesa para ahli DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus, yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya (Hartanto, 2013). Adanya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh hormon progesteron ini dirubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak. Wanita yang menggunakan kontrasepsi Depo *Medroxy Progesterone Acetate* (DMPA) atau dikenal dengan KB suntik tiga bulan, rata-rata akan mengalami peningkatan berat badan sebanyak 5,5 kilogram, dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu tiga tahun pemakaian, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh *University of Texas Medical Branch* (UTMB) (Mansjoer, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian dari Ade (2018) yaitu analisis uji Chi-Square pada  $\alpha = 0,05$  maka dapat diketahui nilai  $P = 0,001 < 0,05$  yang artinya  $H_a$  diterima jika probabilitas (Asymp Sig < 0,05). Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan penggunaan KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan, dan setelah dikaji lebih dalam, didapatkan rata-rata kenaikan berat badan setelah menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan antara 1 sampai 3 Kg.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb pada bulan Agustus-Desember tahun 2022 terdapat 84 pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan. Hasil survei penelitian pada bulan Maret tahun 2023, dari 10 pengguna akseptor KB suntik 3 bulan, terdapat 7 akseptor yang mengalami kenaikan berat badan, sehingga banyak ibu yang mengeluh terjadinya kenaikan berat badan pada saat menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan.

Berdasarkan latar belakang, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *observasional analitik* dengan desain *cross sectional*. Pada penelitian ini melakukan pengukuran terhadap penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan. Lokasi penelitian dilakukan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb. Populasi penelitian yaitu akseptor KB suntik 3 bulan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb pada bulan Juli 2023. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, sehingga didapatkan sampel sejumlah 40 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner penelitian untuk mengetahui data berapa lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dan kenaikan berat badan responden, sejumlah 5 pertanyaan. Penelitian ini

telah mendapatkan keterangan layak etik dengan nomer 1759/KEP-UNISA/VII/2023. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi-square*.

**HASIL PENELITIAN**  
**ANALISIS UNIVARIAT**

Berikut hasil penelitian distribusi frekuensi penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan pada akseptor KB, sebagai berikut :

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb**

Penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan	Frekuensi	(%)
≥ 1 tahun	29	72.5
< 1 tahun	11	27.5
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Data primer 2023

Berdasarkan tabel 1 distribusi frekuensi penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb didapatkan bahwa dari 40 total responden diperoleh sebanyak 29 responden (72.5%) pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan ≥ 1 tahun dan sebanyak 11 responden (27.5%) pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan < 1 tahun. Maka dapat disimpulkan bahwa responden yang paling banyak dalam penelitian ini adalah pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan ≥ 1 tahun.

Berikut hasil penelitian distribusi frekuensi kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan, sebagai berikut :

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kenaikan Berat Badan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb**

Kenaikan berat badan	Frekuensi	(%)
Naik	34	85.0
Tidak naik	6	15.0
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Data primer 2023

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi kenaikan berat badan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb didapatkan bahwa dari 40 total responden diperoleh sebanyak 34 responden (85.0 %) ada kenaikan berat badan dan sebanyak 6 responden (15.0 %) tidak ada kenaikan berat badan. Maka dapat disimpulkan bahwa responden yang paling banyak dalam penelitian ini adalah ada kenaikan berat badan.

**ANALISIS BIVARIAT**

Berikut hasil uji analisis *chi-square* penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan, yaitu sebagai berikut :

**Tabel 3 Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Kenaikan Berat Badan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb**

Penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan	Naik	Tidak naik	Total	P	R	
	N	N	N	%		
≥ 1 tahun	27	2	29	72.5	0.039	0.368
< 1 tahun	7	4	11	27.5		
Total	34	6	40	100		

Sumber : Data primer 2023

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan yang paling banyak terdapat pada penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan  $\geq 1$  tahun dan mengalami kenaikan berat badan yaitu 27 responden (72.5 %), diikuti dengan 7 responden (27.5 %) pada penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan < 1 tahun dengan tidak mengalami kenaikan berat badan. Berdasarkan hasil uji *chi-square* pada tabel 3 didapatkan nilai P = 0.039 hal tersebut berarti nilai  $p < 0.05$  sehingga hasil tersebut dapat dikatakan signifikan bahwa ada hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dan kenaikan berat badan.

## DISKUSI

### Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Kenaikan Berat Badan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb

Berdasarkan hasil analisis dengan Uji *Chi-square* diketahui bahwa penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan yang paling banyak terdapat pada akseptor KB suntik 3 bulan  $\geq 1$  tahun dan mengalami peningkatan berat badan yaitu 27 responden (72.5 %), diikuti dengan 7 responden (27.5 %) akseptor KB suntik 3 bulan < 1 tahun dengan tidak mengalami kenaikan berat badan. Berdasarkan hasil uji *chi-square* pada tabel 3 didapatkan nilai P = 0.039 hal tersebut berarti nilai  $p < 0.05$  atau  $p < 0.01$  sehingga hasil tersebut dapat dikatakan signifikan bahwa ada hubungan antara penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dan kenaikan berat badan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yusuf *et al.*, (2018) bahwa lebih dari separuh (73,3%) responden mengalami kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik di Puskesmas Dinoyo Malang. Responden mengalami peningkatan berat badan diketahui dari adanya peningkatan berat badan setelah menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan setelah 1 tahun menggunakannya. Namun demikian, didapatkan data sebanyak 6 (20,0%) responden tidak mengalami kenaikan berat badan, hal ini dikarenakan responden cocok menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan dan sebanyak 2 (6,7%) responden mengalami penurunan berat badan, hal ini berhubungan dengan gaya hidup dan teratur melakukan olahraga. Seseorang yang mengalami penurunan berat badan setelah menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan karena menyusui, melakukan olahraga dan mengurangi konsumsi makanan yang banyak karbohidrat atau berlemak. Responden yang mengalami peningkatan berat badan dikarenakan menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan, jarang melakukan olahraga dan tidak membatasi mengkonsumsi makanan. Akseptor KB suntik yang mengalami peningkatan berat badan didasarkan oleh penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan selama satu tahun. Bertambahnya berat badan terjadi karena bertambahnya lemak tubuh. Faktor penyebab peningkatan berat badan berhubungan dengan faktor lingkungan dimana didapatkan responden berada di perkotaan yang mudah mendapatkan makanan instan dan faktor rendahnya melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga.

Menurut penelitian Purba (2023) diketahui bahwa akseptor yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan sebanyak 52 orang mengalami kenaikan berat badan dengan pemakaian lebih dari satu tahun sebanyak 25 orang (50%), lebih dari satu tahun tetapi tidak mengalami kenaikan berat badan sebanyak 4 orang (8%), kurang dari satu tahun mengalami kenaikan berat badan sebanyak 11 orang (20%), dan yang tidak mengalami kenaikan berat badan dengan lama pemakaian kurang dari satu tahun sebanyak 11 orang (22%). Dengan demikian maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Hal ini menunjukkan adanya hubungan lama penggunaan kontrasepsi dengan kenaikan berat badan pada wanita aseptor KB.

Sejalan dengan penelitian Putri & Mutiah (2022) didapatkan hasil bahwa banyak ibu yang telah lama menggunakan KB DMPA maka semakin meningkat pula berat badan ibu. Ini terjadi karena efek samping dari suntik 3 bulan salah satunya yaitu kenaikan berat badan karena KB 3 bulan ini mengandung hormon progesterone yang dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus, yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Menggambarkan jumlah dari protein, lemak air dan mineral pada tulang. Efek samping utama pemakaian Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) adalah kenaikan berat badan. Hasil ini menunjukan bahwa ada hubungan pemakaian kontrasepsi suntik depomedroxy progesterone acetate (DMPA) dengan peningkatan berat badan pada ibu di Puskesmas Langsa Baro. Faktor yang mempengaruhi berat badan aseptor KB suntik adalah adanya hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada dihipotalamus.

Teori yang dikemukakan oleh Ludviah dalam Putri & Mutiah (2022) berat badan merupakan ukuran antropometri yang terpenting yang digunakan sebagai laju pertumbuhan fisik, disamping itu berat badan digunakan sebagai ukuran perhitungan dosis obat dan makanan. Hal ini sesuai dengan disampaikan Muryanta (2010) bahwa penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan yang mampu meningkatkan berat badan dikarenakan kandungan pada DMPA yaitu hormon progesteron dapat merangsang pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus sehingga menyebabkan terjadinya peningkatan nafsu makan. Hormon progesteron merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih dari pada biasanya. Hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak yang bisa meningkatkan penumpukan lemak dalam kulit yang menyebabkan akseptor KB suntik mengalami peningkatan berat badan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap responden yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb, maka peneliti dapat disimpulkan bahwa Penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb responden diperoleh sebanyak 29 responden (72.5 %) pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan  $\geq 1$  tahun dan sebanyak 11 responden (27.5 %) pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan  $< 1$  tahun. Kenaikan berat badan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb responden diperoleh sebanyak 34 responden (85.0%) yang mengalami kenaikan berat badan dan sebanyak 6 responden (15.0 %) yang tidak mengalami kenaikan berat badan. Ada hubungan yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di BPM Siti Fadjarriyah, Amd.Keb dengan nilai  $p$  value = 0.039. Keeratan hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan dengan nilai  $r = 0.368$  yang mana keeratan antar kedua variabel cukup moderat.

## SARAN

Berdasarkan simpulan diatas, selanjutnya dapat diusulkan saran Bagi Responden diharapkan akseptor KB suntik 3 bulan dapat memilih alat kontrasepsi yang tepat dan sesuai kebutuhan, menanyakan kepada bidan atau tenaga kesehatan tentang macam-macam alat kontrasepsi sebelum memilih alat kontrasepsi tertentu, selalu memantau perubahan efek samping sehingga apabila ada kelainan dapat segera diatasi dan lebih aktif bertanya pada petugas kesehatan mengenai cara mencegah dan menangani efek samping yang terjadi selama menggunakan KB suntik sehingga akseptor dapat mengatasinya dengan baik. Bagi Tempat Penelitian diharapkan memberikan edukasi kepada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan sehingga nantinya akseptor KB suntik 3 bulan dapat mengontrol berat badannya dengan cara melakukan diet rendah kalori dan melakukan olah raga secara teratur serta memberikan KIE terhadap pengambilan keputusan dalam upaya pemilihan alat kontrasepsi dengan tepat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta yang telah memberi dukungan terhadap penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Febriyanti, S. N. U. (2015). Peran Bidan Dalam Pelaksanaan Program Keluarga Berencana Berdasarkan Permenkes 1464/Menkes/Per/X/2010 Tentang Izin Dan Penyelenggaraan Praktik Bidan (Studi Kasus Di Kota Semarang). *Soepra*, 1(1), 91-105. <http://journal.unika.ac.id/index.php/shk/article/view/1289>
- Hardiansyah. (2017). *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC.
- Hartanto. (2013). *Keluarga Berencana Dan Kontrasepsi*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.
- Irianto, K. Pelayanan Keluarga Berencana. Yogyakarta: Pustaka Rihama; 2014.
- Narulita, L., Herdiana, H., & Jayatmi, I. (2023). Hubungan Persepsi Suami, Media Informasi Dan Peran Tenaga Kesehatan Dalam Pemilihan Alat Kontrasepsi Kb Suntik 3 Bulan Di Pmb Y Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2022. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(3), 754-772. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i3.627>
- Purba, D. (2023). Hubungan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Wanita Usia Subur di Puskesmas Maga Kabupaten Mandaling 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>
- Putri, I., & Mutiah, C. (2022). Hubungan Pemakaian Kontrasepsi Suntik Depomedroxy Progesterone Acetate (DMPA) Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Ibu. *Malahayati Nursing Journal*, 4(4), 853-860. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i4.6095>
- Yusuf, R. N., Sandara, R., Annita, & Fransisca, D. (2018). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB. *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, 1(August), 79-88. <http://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/view/244>