

# PENELITIAN

## HUBUNGAN PEMAKAIAN ALAT KONTRASEPSI SUNTIK TIGA BULAN DEPO MEDOKRASI PROGESTRONE ASETAT (DMPA) DENGAN PERUBAHAN BERAT BADAN

Ayu Safitri \*, Holiday Ilyas \*\*, Nurhayati \*\*

\*Alumni Jurusan Keperawatan Poltekkes Tanjungkarang

\*\* Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Tanjungkarang

*Depo Medroksiprogesteron Asetat (DMPA)* adalah alat kontrasepsi suntik yang mengandung 150 mg DMPA, diberikan setiap 3 bulan dengan cara disuntik Intra Muskular (di daerah bokong). Salah satu efek samping penggunaan KB ini adalah perubahan berat badan. Perubahan berat badan terjadi karena hormon Progesteron (DMPA) merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan nafsu makan bertambah sehingga akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pemakaian alat kontrasepsi suntik 3 bulan *Depomedroksi Progesteron Asetat (DMPA)* dengan perubahan berat badan. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Accidental Sampling*, dengan populasi ibu-ibu yang menggunakan KB suntik 3 bulan DMPA di rumah bersalin Kartini Bandar Lampung. Jumlah sampel yang diambil sebanyak 55 responden. Design penelitian ini menggunakan teknik deskriptif korelatif. Variabel independen adalah pemakaian KB suntik DMPA, dan variabel dependen adalah perubahan berat badan. Data dikumpulkan dengan mengisi lembar kuesioner. Analisis data dilakukan dengan uji *chi square*. Hasil penelitian menggunakan uji statistik kai kuadrat (*Chi-Square*) dengan tingkat kepercayaan 95% didapatkan hasil bahwa *p-value* = 0,003. Hal ini menunjukkan ada hubungan antara pemakaian alat kontrasepsi suntik 3 bulan DMPA dengan perubahan berat badan. Saran dari peneliti untuk perawat atau petugas kesehatan agar dapat memberikan informasi kepada akseptor KB yang lama pemakaiannya lebih dari 5 tahun agar dapat beralih pada kontrasepsi jangka panjang untuk mengurangi efek samping kenaikan berat badan yang ditimbulkan.

**Kata kunci:** Keluarga berencana, perubahan berat badan

### LATAR BELAKANG

Salah satu masalah terpenting yang dihadapi oleh negara berkembang, seperti di Indonesia yaitu ledakan penduduk. Ledakan penduduk mengakibatkan laju pertumbuhan penduduk yang pesat hal ini karena minimnya pengetahuan serta pola budaya pada masyarakat setempat. Untuk mengatasi permasalahan tersebut pemerintah Indonesia telah menerapkan program keluarga berencana (KB) yang dimulai sejak tahun 1968 dengan mendirikan LKBN (Lembaga Keluarga Berencana Nasional) yang kemudian dalam perkembangannya menjadi BKKBN (Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional). Gerakan Keluarga Berencana Nasional bertujuan untuk mengontrol laju pertumbuhan penduduk dan juga untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia (Hartanto, 2004).

Wanita Indonesia zaman sekarang memiliki anak hanya setengah dari jumlah

anak yang dimiliki wanita pada tahun 1960-an. Perubahan besar-besaran ini dikarenakan sejumlah faktor yang saling berhubungan. Tanggung jawab kuat pemerintah sejak tahun 1960-an untuk mengurangi kelahiran secara nyata dan dampak program Keluarga Berencana yang dinamis dan efektif merupakan unsur-unsur penting dalam kebijakan tersebut (Irianto, 2012).

Secara umum tujuan 5 tahun ke depan yang ingin dicapai dalam rangka mewujudkan visi dan misi program Keluarga Berencana (KB) adalah “membangun kembali dan melestarikan pondasi yang kokoh bagi pelaksana program KB Nasional yang kuat di masa mendatang, sehingga visi untuk mewujudkan keluarga berkualitas 2015 dapat tercapai”(Arum, Sujiyatini, 2009).

Pelayanan keluarga berencana dilakukan dengan penggunaan atau pemakaian alat kontrasepsi. Mulyani, Mega Rinawati (2013) menjelaskan bahwa

“kontrasepsi yaitu pencegahan terjadinya pembuahan sel telur oleh sel sperma (konsepsi) atau pencegahan menempelnya sel telur yang telah dibuahi ke dinding Rahim”.

Persentase wanita berstatus kawin umur 15-49 tahun yang pernah dan sedang menggunakan alat kontrasepsi sudah cukup tinggi di daerah Lampung mencakup hampir 70 persen wanita di tahun 2012. Untuk tren wanita yang pernah memakai alat KB terdapat selisih sekitar 20 persen bila dibandingkan dengan wanita yang sedang memakai alat KB saat survei. Hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa alasan, antara lain keinginan memiliki anak, dalam kondisi hamil, atau alasan-alasan lain yang berakibat pada keputusan berhenti menggunakan alat KB (BKKBN Provinsi Lampung, 2012).

Persentase wanita berumur 15-49 tahun berstatus kawin yang sedang menggunakan alat KB berdasarkan metode kontrasepsi, dimana metode suntikan masih mendominasi pemakaian, yakni digunakan oleh lebih dari 66,12% wanita. Selain metode suntikan, pil merupakan pilihan kedua terpopuler di provinsi ini yaitu sebanyak 21,13%. Untuk persentase pemakaian Metode Kontrasepsi Jangka anjang (MKJP) yakni Medis Operatif Pria (MOW), Medis Operatif Wanita (MOP) dan implan meningkat pada tiga tahun terakhir survey (BKKBN Provinsi Lampung, 2012).

Menurut Hartanto (2004) “Kontrasepsi suntikan sangat populer karena sama efektifnya seperti Pil Oral Kombinasi (POK), dan lebih efektif daripada Intra Uterine Device (IUD). WHO telah melakukan penelitian yang menyatakan bahwa Depo Medroksi Progesterone Asetat (DMPA) dosis standar yang diberikan memiliki angka kegagalan 0,7%”. Namun sampai saat ini belum ada alat kontrasepsi yang 100% ideal, Efek samping suatu metode kontrasepsi merupakan suatu faktor yang perlu dipertimbangkan dalam menentukan keputusan terhadap kelangsungan pemakaian metode kontrasepsi.

Penambahan berat badan merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan oleh akseptor suntik KB Depo Medroksi Progesterone Asetat (DMPA). Efek penambahan berat badan pada suntik DMPA disebabkan karena DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Oleh karena itu pada pemakaian kontrasepsi ini sering dikeluhkan adanya penambahan berat badan (Hartanto, 2004).

Menurut Wiknjastro (2006) dalam Mulyani, Mega Rinawati (2013) “berat badan yang bertambah 2,3 kilogram pada tahun pertama dan meningkat 7,5 kilogram selama enam tahun”.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di RB Kartini Bandar Lampung pada tahun 2014, didapatkan hasil sebanyak 3.384 peserta KB suntik, 20 peserta KB IUD pertahun, 50 peserta KB pil dalam setahun. Dari jumlah 3.384 peserta KB suntik pertahun didapat data 121 akseptor KB suntik DMPA pada bulan April. Dari 10 pemakai akseptor KB suntik DMPA yang diwawancarai terdapat 7 peserta KB suntik DMPA yang mengalami peningkatan BB. Dari uraian tersebut diatas terlihat masih banyak masalah dengan pelayanan program keluarga berencana, diantaranya efek samping dari kontrasepsi. Maka peneliti tertarik untuk mengetahui “Bagaimana hubungan pemakaian alat kontrasepsi suntik tiga bulan, DMPA dengan perubahan berat badan?”

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan pemakaian alat kontrasepsi suntik tiga bulan, DMPA dengan perubahan berat badan di RB Kartini Kampung Sawah, Bandar Lampung tahun 2014. Tujuan Khusus penelitian adalah diketahui karakteristik reponden akseptor alat kontrasepsi suntik tiga bulan, Depo Medroksi Progesteron Asetat di RB Kartini Kampung Sawah, Bandar Lampung tahun 2014, lama pemakaian, perubahan berat badan, pemakaian alat.

**METODE**

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian korelasi yaitu untuk mengetahui hubungan antara dua atau lebih variabel penelitian.

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti tersebut (Notoatmodjo, 2012). Populasi pada penelitian ini adalah semua akseptor KB suntik DMPA yang berkunjung ke RB Kartini Kampung Sawah Bandar Lampung sebanyak 121 orang

Kriteria sampel sebagai berikut: Akseptor KB suntik 3 bulan DMPA di RB Kartini Kampung Sawah Bandar Lampung, Akseptor yang telah menggunakan KB suntik DMPA minimal 1 tahun (4 kali penyuntikan) atau lebih, bersedia menjadi responden, dalam keadaan sehat

Pada penelitian ini, peneliti mengambil sampel dengan menggunakan teknik *Accidental Sampling* yaitu pengambilan kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian (Notoatmodjo, 2012). Penelitian ini dilakukan hingga jumlah sampel yang dibutuhkan terpenuhi.

**HASIL**

**Analisis Univariat**

**Karakteristik responden**

Responden dalam penelitian ini adalah akseptor KB Suntik 3 bulan DMPA yang berada di RB Kartini Kampungsawah Bandar Lampung yang berjumlah 55 orang dengan karakteristik sebagai berikut:

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

| Umur        | f  | %    |
|-------------|----|------|
| <20 tahun   | 0  | 0    |
| 20-35 tahun | 32 | 58,2 |
| >35 tahun   | 23 | 41,8 |
| Jumlah      | 55 | 100  |

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa jumlah akseptor yang paling dominan adalah ibu dengan usia 20-35 tahun yaitu sejumlah 58,2%.

Tabel 2 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Agama

| Agama   | f  | %    |
|---------|----|------|
| Islam   | 50 | 90,9 |
| Kristen | 5  | 9,1  |
| Jumlah  | 55 | 100  |

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa jumlah akseptor yang paling dominan adalah ibu beragama Islam yaitu sejumlah 90,9%.

Tabel 3 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Suku

| Suku    | f  | %    |
|---------|----|------|
| Jawa    | 28 | 50,9 |
| Lampung | 11 | 20,0 |
| Sunda   | 9  | 16,4 |
| Padang  | 7  | 12,7 |
| Jumlah  | 55 | 100  |

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa suku akseptor yang paling dominan adalah suku Jawa dengan 50,9% yaitu sebanyak 28 orang,.

Tabel 4: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

| Pekerjaan        | f  | %    |
|------------------|----|------|
| Ibu rumah tangga | 44 | 80,0 |
| Wiraswasta       | 9  | 16,4 |
| PNS              | 2  | 3,6  |
| Jumlah           | 55 | 100  |

Berdasarkan tabel 4, diketahui bahwa akseptor yang paling dominan adalah ibu rumah tangga (tidak bekerja) yaitu sejumlah 80% atau 44 orang.

Tabel 5: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jumlah Anak

| Jumlah anak | f  | %    |
|-------------|----|------|
| 1 orang     | 24 | 43,6 |
| 2 orang     | 14 | 25,5 |
| >2 orang    | 17 | 30,9 |
| Jumlah      | 55 | 100  |

Berdasarkan tabel 5, diketahui bahwa akseptor yang paling dominan adalah ibu dengan jumlah anak 1 orang yaitu sebanyak 43,6% atau 24 orang.

Tabel 6 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Anak Terakhir

| Umur anak terakhir | f  | %    |
|--------------------|----|------|
| 1-3 tahun          | 14 | 25,5 |
| >3-5 tahun         | 6  | 10,9 |
| >5 tahun           | 35 | 63,6 |
| Jumlah             | 55 | 100  |

Berdasarkan tabel 6, diketahui bahwa umur anak terakhir dari akseptor yang paling dominan adalah berusia lebih dari 5 tahun yaitu sebanyak 63,6% atau 35 orang.

Tabel 7 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Alat Kontrasepsi yang digunakan Sebelum KB Suntik 3 Bulan DMPA

| Alat kontrasepsi | f  | %    |
|------------------|----|------|
| Suntik 3 bulan   | 29 | 52,7 |
| Suntik 1 bulan   | 13 | 23,6 |
| Pil              | 11 | 20   |
| Susuk            | 1  | 1,8  |
| Spiral           | 1  | 1,8  |
| Jumlah           | 55 | 100  |

Berdasarkan tabel 7, diketahui bahwa sebagian besar akseptor belum pernah memakai alat kontrasepsi selain KB Suntik 3 bulan DMPA yaitu sebanyak 52,7% atau 29 orang.

**Diskripsi Variabel Penelitian**

Tabel 8: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Pemakaian KB DMPA

| Lama pemakaian KB DMPA | f  | %    |
|------------------------|----|------|
| 1-3 tahun              | 20 | 36,4 |
| >3-5 tahun             | 5  | 9,1  |
| >5 tahun               | 30 | 54,5 |
| Jumlah                 | 55 | 100  |

Berdasarkan tabel 8, diketahui bahwa akseptor yang paling dominan dengan pemakaian KB DMPA selama lebih dari 5 tahun yaitu sebanyak 54,5% atau 30 orang.

Tabel 9: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perubahan Berat Badan

| Perubahan BB | f  | %    |
|--------------|----|------|
| Naik         | 47 | 85,5 |
| Turun        | 3  | 5,5  |
| Tetap        | 5  | 9,1  |
| Jumlah       | 55 | 100  |

Berdasarkan tabel 9, diketahui bahwa akseptor yang mengalami perubahan berat badan paling dominan adalah akseptor yang mengalami kenaikan berat badan yaitu sebanyak 85,5% atau 44 orang.

**Analisis Bivariat**

**Hubungan Pemakaian KB Suntik DMPA dengan Perubahan Berat Badan**

Tabel 10: Hubungan Pemakaian KB Suntik DMPA dengan Perubahan Berat Badan

| Lama pemakai-an | Perubahan Berat Badan |      |       |     |       |     | Jumlah |      |
|-----------------|-----------------------|------|-------|-----|-------|-----|--------|------|
|                 | Naik                  |      | Tetap |     | Turun |     | f      | %    |
|                 | f                     | %    | f     | %   | f     | %   |        |      |
| 1-3             | 12                    | 21,8 | 5     | 9,1 | 3     | 5,5 | 20     | 36,4 |
| >3-5            | 5                     | 9,1  | 0     | 0   | 0     | 0   | 5      | 9,1  |
| >5              | 30                    | 54,5 | 0     | 0   | 0     | 0   | 30     | 54,5 |
| Jumlah          | 47                    | 85,5 | 5     | 9,1 | 3     | 5,5 | 55     | 100  |

Berdasarkan tabel 12 dari 55 responden, akseptor yang lama pemakaian KB suntik DMPA 1-3 tahun (pemakai baru) sebanyak 12 responden (21,8%) yang mengalami kenaikan berat badan, 5 responden (9,1%) yang berat badannya tetap dan 3 responden (5,5%) yang mengalami penurunan berat badan.

Akseptor yang lama pemakaian KB suntik DMPA >3-5 tahun (sedang) sebanyak 5 responden (9,1%) yang mengalami kenaikan berat badan, tidak ada responden yang berat badannya tetap maupun mengalami penurunan berat badan (0%).

Akseptor yang lama pemakaian KB suntik DMPA >5 tahun (lama) sebanyak 30 responden (54,5 %) yang mengalami kenaikan berat badan, 0 responden (0%) yang berat badannya tetap dan 0 responden (0%) yang mengalami penurunan berat badan.

Hasil analisis yang telah diolah dengan komputer menggunakan uji statistik kaidah kuadrat (*Chi-Square*) dengan tingkat kepercayaan 95% didapatkan hasil bahwa  $p\text{-value} = 0,003$ . Bila nilai  $p\text{-value} < 0,05$  maka uji statistik dikatakan bermakna. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pemakaian alat kontrasepsi suntik 3 bulan DMPA dengan perubahan berat badan.

## PEMBAHASAN

KB suntik DMPA adalah alat kontrasepsi hormonal yang mengandung 150 mg DMPA yang diberikan 3 bulan sekali secara Intra Muscular (IM), (Saifudin, 2006). Hasil penelitian menunjukkan akseptor KB DMPA yang paling dominan adalah ibu dengan usia 20-35 tahun yaitu sejumlah 58,2%. Pada umur ini kebanyakan responden mempunyai 1 dan 2 orang anak, yaitu 38 responden (69,1%). Menurut Hartanto (2004) periode usia istri antara 20-35 tahun merupakan periode usia paling baik untuk melahirkan, dengan jumlah anak 2 orang dan jarak antara kelahiran adalah 2-4 tahun. Pada masa umur ini diperlukan jenis kontrasepsi yang mempunyai efektivitas cukup tinggi, reversibilitas cukup tinggi karena peserta masih mengharapkan punya anak lagi, dapat dipakai 2 sampai 4 tahun yaitu sesuai dengan jarak kehamilan anak yang direncanakan.

Pemilihan KB DMPA sebagai alat kontrasepsi lebih dominan dibandingkan dengan KB lainnya. Selain cocok untuk usia 20-35 tahun, KB DMPA cukup ekonomis sehingga dapat terjangkau di semua lapisan masyarakat. Hal inilah yang menjadi alasan mengapa pada usia lebih dari 35 tahun, dengan jumlah anak 2 lebih memilih KB DMPA dibandingkan dengan

jenis KB lainnya. Hal ini sesuai dengan teori Saifudin (2006) bahwa KB DMPA dapat digunakan oleh perempuan usia >35 tahun sampai perimenopause. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa dari 55 responden terdapat 29 responden (52,7%) yang telah dan masih menggunakan KB DMPA.

Peningkatan berat badan terjadi jika makanan sehari-hari mengandung energi yang melebihi kebutuhan tubuh, salah satu faktor yang menentukan peningkatan berat badan seseorang adalah kurangnya aktivitas fisik. Menurut Wijayanti (2006) bahwa aktivitas fisik dapat meningkatkan berat badan. Hal ini disebabkan karena asupan energi yang melebihi kebutuhan tubuh yang biasanya dialami oleh orang yang kurang olah raga atau kurang aktivitas fisik sehingga energi yang masuk kedalam tubuh tidak dibakar atau digunakan yang kemudian disimpan dalam bentuk lemak. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa dari 55 responden terdapat 44 responden (80%) yang pekerjaannya sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sehingga aktivitas fisiknya kurang dan menyebabkan berat badannya mudah meningkat.

Akseptor KB suntik DMPA yang mengalami peningkatan berat badan tidak hanya disebabkan karena kandungan hormon progesteron dalam DMPA tetapi ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan berat badan menurut Wijayanti (2006) diantaranya adalah herediter, bangsa atau suku, gangguan emosi, fisiologi dan aktifitas fisik. Namun dalam penelitian ini faktor suku harus diteliti lebih lanjut mengenai pengaruhnya terhadap perubahan berat badan. Dari hasil penelitian mayoritas suku akseptor adalah suku Jawa 28 responden (50,9%).

Menurut Hartanto (2004) dari pemakaian kontrasepsi suntik jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kenaikan berat badan karena adanya kandungan hormon progesteron yang dapat menyebabkan nafsu makan bertambah apabila pemakaian dosis tinggi atau berlebihan karena dapat merangsang pusat

pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa berdasarkan lama pemakaian KB suntik DMPA dari 55 responden terdapat 30 responden (54,5%) yang memakai KB suntik DMPA selama >5 tahun dan seluruhnya mengalami kenaikan berat badan. Ini menunjukkan bahwa semakin lama akseptor menggunakan KB DMPA, semakin besar pula resiko mengalami kenaikan berat badan.

Saifudin (2006) mengemukakan bahwa KB DMPA dapat digunakan oleh perempuan usia >35 tahun sampai perimenopause. Namun akseptor juga harus mempertimbangkan efek samping yang ditimbulkan bila menggunakan KB DMPA ini terlalu lama. Karena berdasarkan hasil penelitian bahwa akseptor yang menggunakan KB ini dalam waktu >3-5 tahun dan > 5 tahun, seluruhnya mengalami kenaikan berat badan.

Dalam penelitian ini juga ditemukan akseptor yang mengalami penurunan berat badan yaitu 3 responden (5,5%) dan akseptor yang tidak mengalami kenaikan berat badan ada 5 responden (9,1%). Akseptor yang berat badannya turun/tetap jika dilihat dari lama pemakaiannya dikategorikan masih menggunakan KB DMPA dalam waktu yang cukup singkat yaitu 1-3 tahun dalam waktu ini kandungan progesterone didalam tubuh masih dalam batasan sehingga akseptor tidak mengalami kenaikan berat badan. Akseptor KB pada masa ini juga lebih banyak ibu-ibu yang baru melahirkan sehingga aktivitas fisiknya lebih banyak.

Hasil analisis yang telah diolah dengan komputer menggunakan uji statistik kai kuadrat (*Chi-Square*) dengan tingkat kepercayaan 95% didapatkan hasil bahwa  $p\text{-value}=0,003$ . Bila nilai  $p\text{-value} < 0,05$  maka uji statistik dikatakan bermakna. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pemakaian alat kontrasepsi suntik 3 bulan DMPA dengan perubahan berat badan.

## KESIMPULAN

Akseptor KB DMPA yang paling dominan adalah ibu dengan usia 20-35 tahun yaitu sejumlah 58,2%. Pada umur ini kebanyakan responden mempunyai 1 dan 2 orang anak, yaitu 38 akseptor (69,1%). Karena pada periode usia antara 20-35 tahun merupakan periode usia paling baik untuk melahirkan, dan memberikan jarak antara kelahiran adalah 2-4 tahun.

Dari 55 responden terdapat 29 akseptor (52,7%) yang telah dan masih menggunakan KB DMPA. Hal ini dikarenakan KB DMPA dapat digunakan oleh perempuan usia >35 tahun sampai perimenopause

Dari 55 responden terdapat 44 akseptor (80%) yang pekerjaannya sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sehingga aktivitas fisiknya kurang dan menyebabkan berat badannya mudah meningkat.

Dari 55 responden terdapat 30 akseptor (54,5%) yang memakai KB suntik DMPA selama >5 tahun dan seluruhnya mengalami kenaikan berat badan. Ini menunjukkan bahwa semakin lama akseptor menggunakan KB DMPA, semakin besar pula resiko mengalami kenaikan berat badan.

Setelah pemakaian KB suntik DMPA dari 55 responden yang mengalami perubahan berat badan dominan adalah akseptor yang berat badannya naik, yaitu 47 responden (85,5%).

Berdasarkan analisa dengan komputer menggunakan uji statistik kai kuadrat (*Chi-Square*) dengan tingkat kepercayaan 95% didapatkan hasil bahwa  $p\text{-value} = 0,003$ . Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pemakaian alat kontrasepsi suntik 3 bulan DMPA dengan perubahan berat badan.

Saran dari peneliti untuk perawat atau petugas kesehatan agar dapat memberikan informasi kepada akseptor KB yang lama pemakaiannya lebih dari 5 tahun agar dapat beralih pada kontrasepsi jangka panjang untuk mengurangi efek samping kenaikan berat badan yang ditimbulkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arum, Dyah Noviawati Setya dan Sujiyatini. 2009. *Panduan Lengkap Pelayanan KB Terkini*. Jogjakarta; Nuha Medika.
- Hartanto, Hanafi. 2004. *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta; Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Irianto, Koes. 2012. *Keluarga Berencana untuk Paramedis dan Nonmedis*. Bandung; Yrama Widya.
- Mulyani, Nina Siti dan Mega Rinawati. 2013. *Keluarga Berencana dan Alat Kontrasepsi*. Yogyakarta; Nuha Medika.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta; PT Rineka Cipta.
- Saifuddin, Abdul Bari. 2006. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta; Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wijayanti, 2006. *Perbedaan Peningkatan Berat Badan Antara Akseptor Keluarga Berencana suntik Progesteron Tunggal dan Kombinasi Progesteron Estrogen di Klinik Kebidanan dan Reproduksi Bahagia Surakarta*. Surakarta; UNS.
- Wiknjosastro. 2006. *Ilmu Kandungan*. Jakarta; Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Www.bkkbn.go.id/kependudukan/factsheet/Tren Fertilitas Dan Keluarga Berencana Berdasarkan Data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) Tahun 2006 – 2012 Di Provinsi Lampung