



Perbandingan Kenaikan Berat Badan pada Pasien yang Menggunakan KB suntik 1 Bulan dengan KB suntik 3 Bulan di Bidan Praktik Mandiri Wilayah Kerja Puskesmas Kragilan Serang, Banten Tahun 2023

Dian Retha Dwiyana^{1*}, Sandy Armandha Adianto Djojosugito², Susanti³

¹⁻³Fakultas Kedokteran, Universitas Pasundan, Indonesia

*Penulis korespondensi: dian.retha@gmail.com¹

Abstract. Weight gain can be a concern for some women, with some considering a body conforming to specific beauty standards as an ideal or desired goal. The use of progesterone hormone injections, which affect the appetite control center in the hypothalamus, can increase appetite and potentially lead to weight gain. This research employs a descriptive-analytical method with a quantitative approach conducted at the Independent Midwife Practice in the working area of the Kragilan Serang Community Health Center, Banten, using secondary data from medical records. Data collection involved 96 respondents divided into 48 samples of 1-month injectable contraceptive (KB Suntik) users and 48 samples of 3-month injectable contraceptive users. The total research sample size is 96 respondents, with the majority falling in the 20–40 age group and the remainder aged >40 years. The results indicate that among the 48 respondents using the 1-month injectable contraceptive, the average weight gain is 0. 938 kg, while for the 3-month injectable contraceptive, the average weight gain is 4. 251 kg.

Keywords: Berat Badan; Hormon Progesteron; KB Suntik; Rekam Medis; Uji T-Test

Abstrak. Peningkatan berat badan dapat menjadi salah satu masalah bagi sebagian wanita, beberapa wanita menganggap tubuh yang sesuai dengan standar kecantikan tertentu sebagai impian atau tujuan yang diinginkan. Penggunaan suntikan hormon progesteron, yang hadirkan pengaruh terhadap pusat dari pengendalian nafsu makan yakni di wilayah hipotalamus, dapat menghadirkan suatu peningkatan dari nafsu makan dan menghadirkan potensi yakni bertambahnya berat badan. Kajian mengaplikasikan deskriptif analitik dengan pendekatan berupa kuantitatif yang dilaksanakan secara khusus di Bidan Praktik Mandiri wilayah kerja Puskesmas Kragilan Serang, Banten dengan menggunakan data sekunder rekam medis. Data responden dilakukan kepada 96 sampel dibagi atas 48 responden KB suntik 1 bulan, dan 48 responden KB suntik 3 bulan. Selain itu t-test di aplikasikan sebagai upaya untuk diujinya hipotesis data. Total dari upaya pengambilan data pada kajian ini yakni 96 responden, mayoritas didominasi dari usia 20 – 40 tahun dan sisanya usia > 40 tahun. Hasil yang didapat yaitu dari 48 responden KB suntik 1 bulan memiliki nilai rata-rata peningkatan berat badan sebesar 0. 938 kg, sedangkan KB suntik 3 bulan nilai rata-rata peningkatan berat badan sebesar 4. 251 kg.

Kata Kunci: Berat Badan; Hormon Progesteron; KB Suntik; Rekam Medis; Uji T-Test

1. PENDAHULUAN

Pemerintah Indonesia telah lama mendorong Program Keluarga Berencana (KB) sebagai salah satu upaya penanggulangan pertumbuhan penduduk yang cepat di negara ini. . (Kemenkes RI, 2020) Namun, meskipun ada upaya yang dilakukan, data menunjukkan adanya penurunan partisipasi pasangan usia subur dalam program KB, baik secara nasional maupun di tingkat provinsi seperti Banten. (Dinkes Prov. Banten, 2021) Salah satu metode KB yang paling banyak digunakan adalah KB suntik, terutama di daerah-daerah seperti Kecamatan Kragilan, Kabupaten Serang, di mana penggunaannya mencapai tingkat yang tinggi (Puskesmas Kragilan, 2023)

Menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Serang, penggunaan KB suntik di Kecamatan Kragilan sangat tinggi, dengan jumlah akseptor yang aktif di puskesmas setempat

mencapai ribuan orang (BPS Kabupaten Serang, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat setempat cenderung memilih KB suntik sebagai metode kontrasepsi yang dominan. Namun, perlu diperhatikan bahwa dampak negatif dari penggunaan KB suntik, seperti perubahan berat badan yang signifikan dan gangguan menstruasi, dapat mempengaruhi kesehatan dan kualitas hidup para pengguna.

Penelitian terdahulu, seperti yang dilakukan oleh Zubaidah (2021), telah menyoroti hubungan antara penggunaan KB suntik dengan peningkatan berat badan, yang pada gilirannya meningkatkan risiko terhadap masalah kesehatan seperti obesitas dan penyakit terkaitnya. Selain itu, dampak negatif lainnya dari penggunaan KB suntik telah diteliti, termasuk gangguan menstruasi, penurunan gairah seksual, dan perubahan emosional. Namun, penelitian yang lebih mendalam masih diperlukan untuk memahami secara lebih baik efek jangka panjang dari penggunaan KB suntik terhadap kesehatan dan kualitas hidup wanita.

Meskipun telah ada penelitian yang mengidentifikasi dampak negatif penggunaan KB suntik, masih ada kebutuhan untuk penelitian lebih lanjut, terutama dalam konteks spesifik masyarakat di Kecamatan Kragilan. Penelitian lanjutan dapat mengkaji secara lebih mendalam faktor-faktor yang memengaruhi preferensi masyarakat terhadap KB suntik, serta mengidentifikasi strategi pencegahan dan penanganan dampak negatif yang lebih efektif. Informasi yang didapatkan pada kajian ini yakni dapat menghadirkan dukungan dalam proses disusunnya kebijakan secara lebih tepat serta program dari intervensi secara lebih efektif untuk dapat ditingkatkannya kesehatan serta kualitas hidup terhadap wanita yang memanfaatkan KB suntik di wilayah terkait.

2. METODE

Kajian ini mengaplikasikan konsep kajian deskriptif analitik dengan diaplikasikannya pendekatan kuantitatif. Desain yang dimanfaatkan yakni studi komparatif antara akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan pada bidan praktik Mandiri di wilayah kerja puskesmas Kragilan Serang, Banten. Populasi penelitian mencakup seluruh akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan, dengan sampel sebanyak 96 responden yang dihitung menggunakan rumus lemeshow dan dipilih menggunakan consecutive sampling. Data dikumpulkan setelah mendapatkan izin penelitian dan mencari rekam medis yang sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Analisis data dilakukan dengan teknik univariat dan bivariat. Manajemen data dilakukan dengan teliti untuk memastikan keakuratan hasil. Interpretasi data akan dilakukan untuk menyimpulkan hubungan antara jenis KB suntik dengan kenaikan berat badan.

Jenis kajian ini mengaplikasikan konsep kajian deskriptif analitik dengan diaplikasikannya pendekatan berupa kuantitatif. Penelitian ini berlokasi di Bidan Praktik Mandiri Wilayah Kerja Puskesmas Kragilan Serang, Banten. Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus – Desember 2023. Populasi pada kajian ini yakni keseluruhan akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan pada periode 1 tahun. Sampel yang diaplikasikan pada kajian ini yakni mengaplikasikan lemehow didapatkan sebanyak 48 responden pada tiap-tiap kelompok sehingga jumlah keseluruhannya adalah 96 responden. Upaya pengumpulan data dilaksanakan dengan mengaplikasikan data sekunder yakni berupa rekam medis, lembar dari upaya observasi mengenai jenis KB suntik yang dimanfaatkan dengan berdasar pada catatan laporan dari bidan praktek Mandiri dan juga berat badan dari akseptor saat pertama kali melakukan proses suntik KB atau saat pertama kali menjadi akseptor KB suntik, dan catatan terakhir mengenai berat badan saat kunjungan terakhir.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pengolahan dan Analisis Data

Analisis data univariat dilaksanakan pada variabel bebas dan Variabel terikat. Analisis univaria terhadap data yang berbentuk numerik dilakukan penganalisaan dengan mengaplikasikan rata-rata, median, modus, nilai cara minimum, nilai maksimum dan juga standar dari deviasi. Upaya pengujian homogenitas dilaksanakan sebagai upaya untuk dipahaminya apakah data mengalami distribusi secara normal. Apabila data yang didapatkan mengalami distribusi secara normal maka upaya pengujian T independen sampel test akan diaplikasikan.

Univariat

Tabel 1. Distribusi Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik 1 Bulan di Bidan Praktik Mandiri wilayah kerja Puskesmas Kragilan Serang, Banten Tahun 2023.

Karakteristik	Akseptor	N	Mean	SD	Minimum	Maximum
KB Suntik 1 Bulan						
Usia	48	30. 8	7. 53	22	45	
BB Awal (kg)	48	54. 5	9. 00	35	76	
BB Akhir (kg)	48	55. 4	8. 68	35	77	

Berdasarkan pada tabel 1 dapat diketahui bahwa rata-rata usia akseptor KB suntik 1 bulan adalah 30. 8 tahun. Selain itu, responden dengan usia terendah dari data tersebut dimulai dari usia 22 tahun dan usia tertinggi adalah 45 tahun. Hasil yang di dapatkan dari rata-rata berat

badan awal pada akseptor KB suntik 1 bulan pada data di atas adalah sebesar 54, 5 kg, sedangkan berat badan akhir akseptor KB suntik 1 bulan di dapatkan hasil sebesar 55, 4 kg. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan rata-rata berat badan akseptor KB suntik 1 bulan setelah pemakaian satu tahun.

Tabel 2. Distribusi Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Bidan Praktik Mandiri wilayah kerja Puskesmas Kragilan Serang, Banten Tahun 2023.

Karakteristik	N	Mean	SD	Minimum	Maximum
Akseptor KB Suntik 3 Bulan					
Usia	48	30. 3	7. 73	23	47
BB Awal (kg)	48	55. 7	11. 00	33	81
BB Akhir (kg)	48	60. 2	10. 95	33	85

Berdasarkan pada tabel 2 dapat diketahui usia rata-rata pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan adalah 30, 3 tahun. Dari data tersebut terlihat bahwa individu usia terendah dalam kelompok berusia 23 tahun, sementara yang tertinggi mencapai usia 47 tahun. Rata-rata berat badan awal pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan pada data tersebut adalah 55, 7 kg, sedangkan berat badan mereka setelah satu tahun pemakaian meningkat menjadi 60, 2 kg. Ini menunjukkan adanya peningkatan rata-rata berat badan pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan setelah satu tahun penggunaan.

Bivariat

Tabel 3. Perbandingan Berat Badan Akseptor KB Suntik 1 Bulan dan KB Suntik 3 Bulan di Bidan Praktik Mandiri wilayah kerja Puskesmas Kragilan Serang, Banten Tahun 2023.

Jenis KB	N	Mean	SE	SD	CI 95%		P-value
					Lower	Upper	
KB Suntik 3 Bulan	48	4. 521	0. 617	4. 28	3. 279	5. 76	
KB Suntik 1 Bulan	48	0. 938	0. 248	1. 72	0. 438	1. 44	0. 019

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui hasil bahwa pada kelompok pengguna KB suntik 3 bulan dengan jumlah partisipan sebanyak 48 ditemukan bahwa rata-rata perubahan berat badan adalah sebesar 4. 52 kg. Nilai *Standar Error* (SE) sebesar 0, 617 dan *Standar Deviasi* (SD) sebesar 4. 28 memberikan indikasi bahwa hasil ini dapat dianggap konsisten. *Confidence Interval* (CI) 95% untuk perubahan berat badan pada kelompok ini berkisar antara 3. 27 kg hingga 5. 76 kg. Hasil ini memberikan gambaran bahwa perubahan berat badan yang diamati pada pengguna KB suntik 3 bulan memiliki kecenderungan signifikan.

Sementara itu pada kelompok pengguna KB suntik 1 bulan dengan sampel yang sama, hasil menunjukkan rata-rata perubahan berat badan sebesar 0. 938 kg. *Standar Error* (SE) sebesar 0, 248 dan *Standar Deviasi* (SD) sebesar 1. 72 mencerminkan konsistensi dalam

temuan ini. *Confidence Interval* (CI) 95% untuk perubahan berat badan pada kelompok ini yang terletak antara 0. 438 kg hingga 1. 44 kg, sedangkan hasil nilai *P-value* sebesar 0. 019, menunjukkan adanya signifikansi statistik pada perubahan berat badan dalam kelompok pengguna KB suntik 1 bulan.

Pembahasan

Perubahan Berat Badan Pengguna Kontrasepsi Suntik Satu Bulan

Berat badan rata-rata mereka meningkat pada KB suntik 1 bulan. Temuan ini mengindikasikan ada peningkatan berat badan setelah satu tahun pemakaian. Suntik 1 bulan/ *Cyclofem* atau suntik kombinasi adalah kontrasepsi suntik yang mengandung hormon progesteron (*Medroxyprogesterone acetate*) dan Estrogen (*estradiol cypionate*). (Erni et al. , 2022) Kontrasepsi suntik yang diberikan sebulan sekali yang berisi kombinasi 25 mg *Depo Medroksiprogesterone Asetat* dan 5 mg *Estradiol Sipionat* yang diberikan injeksi secara intramuskular (*cyclofem*) atau kombinasi 50 mg *Norethindrone Enanthate* dan 5 mg *Estradiol Valerat* yang diberikan

Cara kerja dari suntikan kombinasi yakni berupaya ditekannya ovulasi, yang diketahui menghadirkan suatu lendir serviks menjadi bertekstur kental, sehingga terkait pada penetrasi dari server mom terganggu, perubahan terhadap endometrium yang diketahui merupakan selaput lendir dari rahim tipis dan atrofis sehingga upaya implementasi terganggu, dihambatnya suatu transportasi gamet dan tuba, dicegahnya pematangan serta pelepasan dari sel telur. (Prihati et al. , 2022)

Sedangkan salah satu efek samping kontrasepsi ini. (Prihati et al. , 2022) adalah terjadi perubahan pola haid (haid tidak teratur, *spotting*, perdarahan selama 10 hari), mual, sakit kepala, nyeri payudara ringan, keterlambatan pemulihan kesuburan dan penambahan berat badan. (Ernawati et al. , 2021)

Hal ini diperkuat dengan analisis penelitian yang dilakukan oleh (Ardiani, 2020) dengan judul penelitian perbandingan peningkatan berat badan KB suntik 1 bulan dan KB suntik 3 bulan di Praktek Bidan Mandiri Tambaksari Surabaya. Hasil uji statistik menunjukkan nilai rata-rata peningkatan berat badan penggunaan KB suntik 1 bulan yaitu sebesar 2. 16 kg, lebih rendah dibandingkan penggunaan KB suntik 3 bulan yaitu sebesar 2. 95 kg. (Ardiani et al. , 2020)

Menurut pendapat peneliti rendahnya dosis hormon progesteron pada KB suntik satu bulan bisa menjadi faktor utama yang menyebabkan peningkatan berat badan yang lebih kecil dibandingkan dengan KB suntik tiga bulan. Progestin sendiri dapat memengaruhi metabolisme, retensi cairan, dan berat badan pada sebagian wanita. Namun, perubahan berat badan dapat

bervariasi secara individual, dan tidak semua wanita akan mengalami peningkatan berat badan sebagai efek samping. Faktor lain seperti pola makan, gaya hidup, dan faktor genetik juga dapat memainkan peran dalam perubahan berat badan yang mungkin dialami oleh seseorang saat menggunakan KB suntik.

Perubahan Berat Badan Pengguna Kontrasepsi Suntik Tiga Bulan

partisipan dalam kelompok Pengguna Kontrasepsi Suntik Tiga Bulan mengalami kenaikan berat badan yang lebih rendah dalam rentang Waktu satu bulan setelah pemberian kontrasepsi suntik dibandingkan dengan kelompok KB suntik 3 bulan.

Suntik 3 bulan / *Depo Medroxy Progesterone Acetate* (DMPA) atau suntik progestin yaitu kontrasepsi suntik DMPA berisi hormon progesteron saja dan tidak mengandung hormon estrogen. Metode kontrasepsi hormonal ini menggunakan single hormon yakni hormon progestin, yang diberikan secara injeksi setiap 3 bulan sekali. (Ernawati et al. , 2021) Dosis yang diberikan 150 mg/ml DMPA yang disuntikkan secara *Intramuskular* (IM) setiap 12 minggu. Mekanisme kerja sama dengan pil KB progestin. (Erni et al. , 2022)

Salah satu efek samping dari penggunaan KB suntik adalah kenaikan berat badan, kenaikan berat badan pada individu yang menggunakan KB suntik biasanya berkisar antara 1-2 kg setiap tahun. Hal tersebut terjadi sebab hormon dari progesteron pada kb suntik dapat menghadirkan suatu rangsangan terhadap nafsu makan dengan mekanisme dipengaruhinya pusat dari pengendali nafsu makan di wilayah hipotalamus. (BKKBN, 2018)

Hasil penelitian (Ariesthi, 2019) dengan judul “Pengaruh Penggunaan KB Suntik 3 Bulan Terhadap Peningkatan Berat Badan Akseptor”. Hasil kajian menyajikan bahwa rata-rata dari peningkatan dari berat badan pada saat 3 bulan pertama kontrasepsi suntik yakni mengalami kenaikan 1, 8 kg dengan rata-rata dari peningkatan berat badan terkait pada jangka waktu 6 bulan pertama yakni 2, 6 kg dan diketahui rata-rata pada 9 bulan awal yakni berada pada capaian peningkatan 4, 6 kg. Pemanfaatan KB suntik ada jangka 3 bulan menghadirkan pengaruh pada berat badan yang mengalami peningkatan. (Ariesthi & Fitri, 2019)

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Mustika, 2021) dengan judul “Hubungan antara Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Peningkatan Berat Badan di Bidan Praktek Mendiri”. Didapatkannya hasil bahwa akseptor KB suntik yang telah berjangka 3 bulan dengan lama penggunaan yang paling tinggi yakni 1 tahun berada pada jumlah 33 responden atau setara presentase 31, 7% dan peningkatan berat badan yang berada pada capaian tertinggi yakni 2 hingga 5 kg dengan total 46 responden atau setara dengan presentase 48, 9%. (Mutika et al. , 2021)

Menurut pendapat peneliti dibandingkan dengan penggunaan kontrasepsi satu bulan, kandungan progestin pada kontrasepsi 3 bulan lebih besar dan hanya menggunakan single hormon yakni hormon progestin dengan dosis 150 mg/ml, tingginya hormon progesteron dalam KB suntik dapat merangsang nafsu makan dengan cara mempengaruhi pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus. Supaya tetap menjaga berat badan yang seimbang setelah menggunakan KB suntik, disarankan untuk menerapkan pola makan yang sehat. Lebih banyak mengonsumsi sayuran dan buah-buahan dapat membantu merasa kenyang lebih lama. Selain itu, penting untuk menjadwalkan rutinitas olahraga guna menjaga berat badan tetap ideal.

Perbandingan Rata-Rata Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik Satu Bulan Dan Tiga Bulan

Analisis bivariat mengenai perbedaan peningkatan berat badan antara pengguna analisis bivariat terkait pada diferensiasi dari peningkatan berat badan antara pihak pengguna kontrasepsi suntik pada jangka 1 bulan dan 3 bulan menyajikan hadirnya suatu diferensiasi secara signifikan dalam suatu kenaikan dari berat badan antara dua kelompok terkait. Temuan ini secara konsisten terhadap teori yang menjelaskan bahwa pemanfaatan kontrasepsi suntik, baik yang didapatkan secara bulanan maupun dalam jangka waktu 3 bulanan, menghadirkan suatu implikasi utama terhadap berat badan yang mengalami perubahan yang tidak terlalu besar, sifatnya variatif antara kurang dari 1 hingga 5 kg pada jangka waktu 1 tahun pertama. Peningkatan dari berat badan juga dapat hadir sebab rangsangan dari pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus oleh DMPA. (Suryaningsih & Sukriani, 2023)

Kenaikan dari berat badan dapat juga terjadi pada pengguna KB suntik jenis progestin. Berat badan diketahui mengalami kenaikan sekitar 1 hingga 2 kg pada setiap tahunnya selama pemanfaatan KB suntik tersebut. Namun, penambahan dari berat badan tersebut dapat juga merupakan berat badan yang normal dengan usia yang bertambah dari perempuan. Perempuan yang memiliki kelebihan berat badan menghadirkan potensi menambahnya berat badan lebih dari 2 kg per tahunnya. Hal ini berlaku sebaliknya, terdapat juga wanita dengan dimilikinya berat badan kurang atau tidak adanya perubahan sama sekali pada berat badannya. Hormon progesteron diketahui dapat menghadirkan suatu rangsangan terhadap pusat pengendalian dari nafsu makan di wilayah hipotalamus yang diketahui mengakibatkan aseptor makan lebih banyak dari biasa yang dilakukan tahap. Progesteron diketahui menghasilkan suatu kemudahan dalam penumpukan karbohidrat dan juga Gula kemudian menjadi lemak (Prihati et al. , 2022)

Temuan ini konsisten dengan penelitian lain yang dilakukan oleh (Wahyuningsih, 2015) dengan judul penelitian komparasi kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan di Klinik Griya Husada Karanganyar. Didapatkan data hasil penelitian rata-rata

kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan menunjukkan bahwa rata-rata kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan lebih tinggi daripada akseptor KB 1 bulan. Kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan 1, 57 kali lebih besar daripada akseptor KB suntik 1 bulan. (Wahyuningsih & Putri, 2015)

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Hamidah, 2021) dengan judul penelitian pengaruh suntik KB 3 bulan terhadap indeks massa tubuh wanita usia reproduksi di Praktek Mandiri Kebidanan Jakarta Pusat. Diperolehnya hasil kajian yang menyajikan bahwa tidak adanya suatu pengaruh terhadap pemanfaatan kontrasepsi suntik dalam jangka waktu 3 bulan dengan fenomena obesitas dengan dimilikinya p value sama dengan 0, 174, dan tidak adanya suatu keterkaitan antara lama pemanfaatan kontrasepsi dari suntik 3 bulan terhadap fenomena obesitas atau kelebihan berat badan dengan dimilikinya nilai $p = 0, 467$. Namun, didapatkannya hasil secara signifikan terkait pada usia dan fenomena kelebihan berat badan terhadap akseptor dari kontrasepsi suntik 3 bulan dengan dimilikinya p value sama dengan 0, 013 dengan nilai sama dengan 0, 05 (P -value = 0, 013) dengan nilai = 0, 05. (Hamidah & Damayanti, 2022)

Menurut pendapat pengkaji jika hadirnya perempuan dengan mengalami penambahan dari berat badannya setelah memanfaatkan alat kontrasepsi hormonal secara khususnya yakni KB suntik, Maka terdapat faktor yang melatarbelakangi hal tersebut yang memungkinkan dapat terjadi dan juga salah satunya yakni hormon progesteron dengan diketahui penggunaan dari hormon tersebut dapat menghadirkan rangsangan pada pusat dari pengendalian nafsu makan di wilayah hipotalamus yang diketahui mengakibatkan akseptor makan secara lebih banyak dibanding biasanya. Berbagai usaha dapat dilaksanakan untuk dipertahankannya berat badan. Peningkatan dari nafsu makan diketahui tidak akan mengakibatkan suatu kegemukan jika yang dimakan atau yang dikonsumsi merupakan makanan-makanan sehat dan selama prosesnya sesuai dan tidak berlebihan. Penumpukan lemak diketahui tidak akan berujung terhadap kenaikan dari berat badan selama rutin untuk membakar lemak dengan melakukan kegiatan olahraga. Berdasar pada pengontrolan asupan terhadap konsumsi dengan cara yang baik pemanfaatan alat kontrasepsi hormonal tidak akan menghadirkan suatu efek samping terhadap penambahan berat badan.

4. KESIMPULAN

Pemanfaatan KB suntik 3 bulan diketahui menghadirkan risiko dari bertambahnya berat badan secara lebih tinggi dibanding memanfaatkan KB suntik dalam jangka waktu 1 bulan. Diferensiasi dari kenaikan berat badan antara akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan dilatarbelakangi pada kandungan dari hormon yang diketahui berbeda. KB suntik 3 bulan di

dalamnya tercakup kandungan hormon progesteron yang tingkatannya lebih tinggi dibanding pada KB suntik 1 bulan. Hormon progesteron diketahui dapat menghasilkan rangsangan terhadap pusat pengendalian nafsu makan di wilayah hipotalamus yang diketahui berimplikasi terhadap akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Dengan demikian urgensi bagi akseptor KB suntik untuk melakukan suatu pemantauan terhadap berat badan dengan secara rutin dan juga diaplikasikannya pola makan secara sehat dan olahraga secara teratur sebagai upaya untuk dicegahnya penambahan dari berat badan secara berlebihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiani, K., Nursucayyo, E., Prijambodo, T., & Anas, M. (2020). Comparison of weight gain in injectable contraceptive 1-month and 3-month acceptors at the independent midwife practice Tambaksari Surabaya. *Magna Medica: Berkala Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan*, 7(2), 63–69. <https://doi.org/10.26714/magnamed.7.2.2020.63-69>
- Ariesthi, K. D., & Fitri, H. N. (2019). Pengaruh penggunaan KB suntik 3 bulan terhadap peningkatan berat badan akseptor. *Jurnal Kesehatan*, 2, 1–7.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2018). *Pilihan metode kontrasepsi bagi masyarakat umum: Panduan untuk petugas dan kader di lapangan*. BKKBN.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Serang. (2020). *Statistik daerah Kabupaten Serang*. <https://serangkab.bps.go.id/indicator/12/30/1/jumlah-penduduk-kabupaten-serang-menurut-kelompok-umur.html>
- Dinas Kesehatan Provinsi Banten. (2021). *Profil kesehatan Provinsi Banten tahun 2021*. Dinas Kesehatan Provinsi Banten.
- Ernawati, Susanti, Prijatni, I., & Nazera, F. (2021). *Perkembangan metode kontrasepsi masa kini*. Rena Cipta Mandiri.
- Erni, Kartini, Kusuma, D. C. R., Apriyani, M. T. P., Sulistiawati, R., Arsulfa, Wijayanti, I., Mallorong, A. R., Yulianik, Arum, D. N. S., Anwar, K. K., & Argaheni, N. B. (2022). *Asuhan kebidanan pada kesehatan reproduksi dan keluarga berencana*. Global Eksekutif Teknologi.
- Hamidah, H., & Damayanti, D. S. (2022). The effect of 3-month contraceptive injection on the body mass index of women of reproductive age in the midwifery independent practice of Central Jakarta. *JNKI (Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia)*, 9(4), 249–255. [https://doi.org/10.21927/jnki.2021.9\(4\).249-255](https://doi.org/10.21927/jnki.2021.9(4).249-255)
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2019*. Kementerian Kesehatan RI. <http://www.kemkes.go.id>
- Mutika, W. T., Nursolihat, D., Damayanti, R., Ambariani, A., & Doria, M. (2021). Correlation between use of 3-month injectable contraceptive and weight gain at PMB I. *Jurnal Kesmas Untika Luwuk: Public Health Journal*, 12(1), 17–22. <https://doi.org/10.51888/phj.v12i1.55>
- Prihati, D. R., Paryono, & Rohmawati, W. (2022). *Monografi kontrasepsi hormonal*. CV Mitra Cendikia Media.

Puskesmas Kragilan. (2023). *Data praktik bidan mandiri di wilayah kerja Puskesmas Kragilan*. UPT Puskesmas Kragilan.

Suryaningsih, E. K., & Sukriani, W. (2023). *Keluarga berencana dan kesehatan reproduksi*. Deepublish Digital.
https://www.google.co.id/books/edition/Keluarga_Berencana_Dan_Kesehatan_Reproduksi/IeLWEAAAQBAJ

Wahyuningsih, I. R., & Putri, A. K. (2015). Studi komparasi kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan di Klinik Griya Husada Karanganyar. *Jurnal Kebidanan*, 3, 1–8.