

Article

PERBANDINGAN KENAIKAN BERAT BADAN PADA AKSEPTOR KB SUNTIK 1 BULAN DAN 3 BULAN SETELAH 3 KALI PEMAKAIAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TLOGOSARI

Dewi Rahma Noviyani ¹, Riska Faraswati ², Suhartin ³

¹⁻³ Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo

SUBMISSION TRACK

Received: September 08, 2026
Final Revision: September 19, 2026
Available Online: September 29, 2026

KEYWORDS

1-month birth control shot, 3-month birth control shot, body weight.

CORRESPONDENCE

E-mail : haidarintan1020@gmail.com

A B S T R A C T

Hormonal contraception is the most commonly chosen method for preventing pregnancy. One of the side effects of this contraception is weight gain. On average, the increase is only about 0.5-1 kg in the first year and not all women experience it. The purpose of this study was to analyze the difference in weight gain among acceptors of 1-month and 3-month injection contraceptives after three uses in the Working Area of Tlogosari Community Health Center. The study design was a cross-sectional comparative design used to analyze differences between groups. The population in this study was injection contraceptive acceptors in the Working Area of Tlogosari Community Health Center totaling 391 people. The sample size in this study was 198 people, taken by proportionate stratified random sampling. Data collection was conducted through observation of secondary data, and the data were analyzed using the Mann-Whitney U Test with SPSS. The results of the data analysis showed that one-month injectable contraceptive acceptors predominantly experienced mild weight gain in 41 individuals (41.4%), while three-month injectable contraceptive acceptors predominantly experienced mild weight gain in 58 individuals (58.6%). Based on the Mann-Whitney Test, the significance value (Asymp. Sig) was $0.009 < 0.05$, meaning there is a difference in weight gain between one-month and three-month injectable contraceptive acceptors after three uses in the Tlogosari Health Center Work Area. The hypothesis in this study is accepted and statistically proven. The conclusion of this study is that there is a difference in weight gain among injectable birth control users one month and three months after three uses in the Tlogosari Health Center Work Area. It is recommended that respondents control their weight gain through physical activity and be able to identify the right contraception by consulting with healthcare workers.

I. INTRODUCTION

Kontrasepsi hormonal adalah kontrasepsi paling banyak dipilih untuk

mencegah kehamilan di seluruh dunia; berupa pil, injeksi, dan implan yang dirancang melepas hormon sintetis yang mempengaruhi ovulasi dan lapisan uterus sehingga memperkecil kemungkinan hamil (Mariska dan Purba, 2025). Salah satu isu yang cukup sering muncul adalah efek samping hormonal yang memengaruhi penambahan berat badan (Putri and Nikmah, 2021). Rata-rata kenaikannya hanya sekitar 0,5-1 kg dalam tahun pertama dan tidak semua wanita mengalaminya (Putri, L. A., & Nikmah, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2022 penggunaan kontrasepsi telah meningkat di banyak bagian dunia seperti Afrika dari 23,6% menjadi 27,6%, di Asia telah meningkat dari 60,9% menjadi 61,6%, sedangkan Amerika latin dan Karibia naik sedikit dari 66,7% menjadi 67,0% (WHO, 2022). Menurut BKKBN tahun 2024, menunjukkan bahwa angka prevalensi PUS peserta KB di Indonesia pada tahun 2024 sebesar 62,38%. Pola pemilihan jenis metode kontrasepsi yang banyak digunakan akseptor memilih menggunakan suntik sebesar 35,39%, diikuti pil sebesar 7,54%, Implant sebesar 6,92%, IUD/AKDR sebesar 6,08%, MOW sebesar 2,67%, kondom sebesar 2,01% MAL sebesar 0,82% dan MOP sebesar 0,08% (Kemenkes RI, 2024).

Penggunaan kontrasepsi di Jawa Timur tahun 2024 mencatat angka 72,69%, melampaui target tahun 2024 sebesar 63,4%. Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) masih tergolong rendah, dengan IUD/AKDR sebesar 9,7%, implant 11,5%, dan MOW 4,0%. Sementara penggunaan pil KB mencapai 14,5%, kondom (2,7%), MOP (0,3%), dan MAL (0,6%) (Dinkes Jatim, 2024). Di Kabupaten Bondowoso pada tahun 2024 dari 147.636 PUS, diketahui penggunaan kontrasepsi terbanyak adalah suntik mencapai 59,4%, PIL sebesar 10,2%, Implant sebesar 13,3%, AKDR sebesar 10,7%, MOW sebesar 3,2%, Kondom sebesar 1,2%, dan MOP sebesar 1,3% (Dinkes Jatim, 2024). Jumlah penduduk Kecamatan Tlogosari Tahun 2025 sebanyak 47.594 jiwa. Tercantum data melalui aplikasi Sistem Informasi Keluarga (SIGA) di Kecamatan Tlogosari tahun 2025 jumlah akseptor suntik sebanyak 1.674 orang (21%), akseptor Pil sebanyak 2.284

(29%) orang, akseptor implant sebanyak 171 (2%) orang, akseptor IUD sebanyak 9 (0,1%) orang, akseptor MOW 2 (0,05%) orang dan akseptor MOP sebanyak 0 (0%) orang (Puskesmas Tlogosari, 2025). Data ini memberikan gambaran bahwa penggunaan kontrasepsi suntik memiliki persentase lebih dominan.

Ada 2 jenis komposisi kontrasepsi suntik; antara lain: Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA), dan kombinasi Medorxyprogesteron Acetate - Estradiol Cypionate (MPA/E2C) (Kemenkes, 2021). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kontrasepsi hormonal dapat mempengaruhi nafsu makan, metabolisme, dan retensi air; sehingga berpotensi menyebabkan kenaikan berat badan (Latifah & Rohmah, 2025; Pandiangan, 2023; Putri & Nikmah, 2021). Pemakaian KB suntik 3 bulan dan KB suntik 1 bulan dapat menimbulkan efek samping seperti sakit kepala, gangguan pola haid, rasa tidak nyaman di perut (Purba, 2023), keterlambatan kembalinya kesuburan setelah penghentian penggunaan, dan peningkatan tekanan darah (Sartika dkk, 2021).

Penambahan berat badan merupakan efek samping paling umum ditemukan dan menjadi salah satu kekhawatiran umum bagi para calon akseptor KB. Pandangan ini juga di setuju oleh akseptor dan tenaga kesehatan, terutama injeksi KB berisi DMPA (Hasanah dkk, 2024; Mudalifah dan Futriani, 2024) meskipun tidak menutup kemungkinan pada akseptor injeksi MPA/E2C (Adenin et al, 2023). Menurut Penelitian yang dilakukan oleh (Wahyuningsih, 2015) dengan judul penelitian komparasi kenaikan berat badan pada asektor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan didapatkan hasil kenaikan berat badan asektor KB 3 bulan 1,57 kali lebih besar daripada akseptor KB 1 bulan. Kenaikan berat badan yang berlebihan dan terus-menerus dapat berdampak signifikan terhadap kesehatan fisik dan mental seseorang, yang berpotensi menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti peningkatan risiko diabetes tipe 2, hipertensi, penyakit hati berlemak, penyakit kardiovaskular termasuk infark miokard, gagal jantung, fibrilasi atrium, stroke, apnea tidur obstruktif, osteoarthritis, gangguan

mental, dan beberapa jenis kanker (Blüher, 2025)

Melihat tingginya angka kejadian dan dampak serius yang ditimbulkan, kontrasepsi suntik masih menjadi masalah kesehatan yang belum terselesaikan. Jika tidak segera diatasi, hal ini berpotensi meningkatkan angka kesakitan. Upaya peningkatan dari dampak yang ditimbulkan adalah sangat penting dilakukan untuk melindungi kesehatan masyarakat. Informasi yang baik oleh petugas kesehatan dapat membantu individu atau pasangan untuk membuat keputusan dan memilih menggunakan alat kontrasepsi sesuai keinginan dan kebutuhan yang berdampak kepada keberhasilan program keluarga berencana (Hanifah dkk, 2023). Selain itu, pemilihan kontrasepsi non hormonal menjadi salah satu bentuk alternative manakala kenaikan berat badan tidak bisa diminimalisir. Berdasarkan hal tersebut, peneliti berinisiatif untuk melakukan kajian lebih lanjut dengan membandingkan kenaikan berat badan awal pada akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan setelah 3 kali pemakaian di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari. Harapannya, penelitian ini dapat menjadi dasar dalam merancang intervensi promotif, preventif, dan kuratif yang lebih efektif dalam meningkatkan layanan terhadap kontrasepsi.

II. METHODS

Desain penelitian ini adalah desain *cross sectional comparative* digunakan untuk menganalisis perbedaan-perbedaan antar kelompok. Populasi dalam penelitian ini adalah akseptor KB suntik di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari sebanyak 391 orang. Besar sampel dalam penelitian ini sebesar 198 orang diambil secara *Proportionate stratified random*. Pengumpulan data dengan observasi data sekunder data dianalisis dengan *Uji Mann-Whitney U* menggunakan SPSS.

III. RESULT

Hasil analisis data diketahui bahwa akseptor KB Suntik 1 bulan dominan memiliki kenaikan berat badan pada kategori ringan sebanyak 41 orang (41,4%), akseptor KB Suntik 3 bulan dominan memiliki kenaikan berat badan pada kategori ringan

sebanyak 58 orang (58,6%). Berdasarkan *Uji Mann Whitney* diperoleh nilai signifikansi (*Asymp. Sig*) sebesar $0,009 < 0,05$, artinya ada perbedaan kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan setelah tiga kali pemakaian di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari.

Tabel 1 Dukungan Suami pada Ibu Nifas di Puskesmas Tlogosari

Kenaikan Berat Badan	Frekuensi	Prosentase
Tidak naik	38	38.4
Naik ringan	41	41.4
Naik tinggi	20	20.2
Jumlah	99	100

Tabel 2 Kenaikan Berat Badan KB Suntik 3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari

Kenaikan Berat Badan	Frekuensi	Prosentase
Tidak naik	8	8.1
Naik ringan	58	58.6
Naik tinggi	33	33.3
Jumlah	99	100

Berdasarkan tabel di atas diperoleh bahwa akseptor KB Suntik 1 bulan dominan memiliki kenaikan berat badan pada kategori ringan sebanyak 41 orang (41,4%), akseptor KB Suntik 3 bulan dominan memiliki kenaikan berat badan pada kategori ringan sebanyak 58 orang (58,6%).

Tabel 3 Perbandingan kenaikan berat badan KB Suntik 1 bulan dan KB Suntik 3 Bulan di Wilayah Puskesmas Tlogosari

No	Berat badan	KB Suntik 1 bulan	KB Suntik 3 bulan
1	Tidak naik	38	8
2	Naik ringan	41	58
3	Naik tinggi	20	33

Berdasarkan tabel di atas diperoleh bahwa kb suntik 1 bulan cenderung tidak mengalami kenaikan sebanyak 38 orang, kb suntik 3 bulan sebesar 8 orang. Kenaikan berat badan kategori ringan kb suntik 1 bulan sebanyak 41 rang dan kb suntik 3 bukan sebanyak 58 orang, kategori kenaikan berat badan kategori tinggi kb suntik 1 bulan sebanyak 30 orang dan kb suntik 3 bulan sebanyak 33 orang. Hal ini memberikan pemahaman bahwa kb suntik 3 bulan memiliki kenaikan berat badan lebih banyak dibandingkan dengan kb suntik 1 bulan.

Berdasarkan Uji *Mann Whitney* yang dianalisis dengan menggunakan SPSS diperoleh nilai signifikansi (*Asymp. Sig*) antara perbedaan kenaikan berat badan KB Suntik 1 bulan dan KB Suntik 3 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari sebesar $0,000 < 0,05$, artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga ada perbedaan kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan setelah tiga kali pemakaian di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari. Hipotesis dalam penelitian ini diterima dan terbukti secara statistik.

IV. Discussion

1. Identifikasi Dukungan Suami Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Tlogosari

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa akseptor KB Suntik 1 bulan dominan memiliki kenaikan berat badan pada kategori ringan sebanyak 41 orang (41,4%) dan katagori naik tinggi sebanyak 20 orang (20,2%). Hal ini menjelaskan bahwa kenaikan yang lebih dominan adalah katagori ringan. Yaitu kenaikannya antara 0,5–2,0 kg selama 3 kali pemakaian. Suntik 1 bulan atau suntik kombinasi adalah kontrasepsi yang diberikan sebulan sekali yang mengandung hormon progesteron dan estrogen yang diberikan injeksi secara intramuskular.

Cara kerja suntikan kombinasi yaitu mengentalkan lendir serviks sehingga sel sperma kesulitan berenang di dalam Rahim, Mencegah Ovulasi atau pelepasan sel telur, Menipiskan dinding Rahim sehingga penempelan sel telur pada dinding Rahim hampir tidak mungkin terjadi. (Prihati et al., 2022). Sedangkan salah satu efek samping kontrasepsi ini adalah terjadi perubahan pola haid, mual, sakit kepala, nyeri payudara ringan, keterlambatan pemulihan kesuburan serta penambahan berat badan. (Ernawati et al., 2021). Hal ini diperkuat dengan analisis penelitian yang dilakukan oleh (Ardiani, 2020) yaitu rata-rata peningkatan berat badan pengguna KB suntik 1 bulan yaitu sebesar 2.16 Kg lebih rendah dibandingkan pengguna KB suntik 3 bulan yaitu 2,96 Kg.

Berdasarkan fakta yang dilaporkan sebagian besar responden yang kesehariannya bekerja sebagai ibu rumah tangga, makin memicu adanya faktor

penunjang terjadinya perubahan berat badan dikarenakan aktifitas fisik ibu yang berlebihan sehingga terjadi kekurangan energi dan inilah yang menyebabkan adanya perubahan berat badan (Sudargo et al., 2018). Pada tabel 3 menunjukkan sebanyak 17 responden (56,7%) bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT). Hal ini memicu adanya faktor penunjang terjadinya perubahan berat badan, dikarenakan aktivitas fisik ibu yang berlebihan sehingga terjadi kekurangan energi dan inilah yang menyebabkan adanya perubahan berat badan. Selain itu sebagian besar akseptor KB suntik 1 bulan, berusia antara 20-35 tahun sebanyak 18 responden (60%) hal ini disebabkan bawa dengan bertambahnya usia, energi yang dikeluarkan menurun sehingga klien jadi kurang untuk bergerak (Machmud, 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.

2. Kenaikan Berat Badan Setelah Tiga Kali Suntik pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa akseptor KB Suntik 3 bulan dominan memiliki kenaikan berat badan pada kategori ringan sebanyak 58 orang (58,6%). Dan kategori tinggi sebanyak 33 orang (33,3%). Hal ini menjelaskan bahwa kenaikan yang lebih dominan adalah katagori ringan. Yaitu kenaikannya antara 0,5–2,0 kg selama 3 kali pemakaian.

Menurut Fatonah S dkk, (2023) KB suntik 3 bulan atau Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) adalah kontrasepsi suntik yang mengandung progestin saja seperti hormone

progesterone alami dalam tubuh perempuan. Suntikkan 3 bulan sekali mengandung Depo medroksiprogesteron asetat (DMPA), mengandung 150 mg DMPA, dengan cara Intra Muskular (IM). Peningkatan berat badan dapat disebabkan oleh peningkatan nafsu makan yang dipicu oleh hormon progesteron yang merangsang pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus. Meskipun peningkatan berat badan yang ditemukan bervariasi, hal ini dipengaruhi oleh banyak faktor lainnya (Musfiroh et al, 2019). Hasil Penelitian (Ariesthi, 2019) dengan judul pengaruh KB suntik 3 Bulan terhadap kenaikan berat badan di peroleh rata-rata mengalami kenaikan berat badan 1,8 kg dalam kurun waktu 6 bulan.

Peneliti berpendapat berkaitan dengan tingginya peningkatan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan dalam penelitian ini. Kondisi ini disebabkan karena kandungan atau jumlah hormone progesterone pada KB suntik 3 bulan memiliki jumlah yang lebih besar dibandingkan dengan KB suntik 1 bulan. Keberadaan hormone progesterone ini salah satunya dampaknya adalah merangsang nafsu makan seseorang pada hipotalamus. Meningkatkan jumlah rangsangan akan membuat akseptor mengkonsumsi jumlah makan / porsi yang lebih banyak. Selain itu keberadaan progesterone akan mengubah karbohidrat dan gula menjadi lemak dibawah kulit yang berkontribusi terhadap peningkatan berat badan.

3. Perbandingan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik 1 Bulan dan 3 Bulan Setelah Tiga Kali Pemakaian di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari

Hasil penelitian diperoleh nilai signifikansi (Asymp. Sig) antara perbedaan kenaikan berat badan KB Suntik 1 bulan dan KB Suntik 3 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari sebesar $0,000 < 0,05$, artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga ada perbedaan kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan setelah tiga kali pemakaian di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari. Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa KB suntik 1 bulan cenderung tidak mengalami kenaikan sebanyak 38 orang, KB suntik 3 bulan sebesar 8 orang. Kenaikan berat badan kategori ringan KB suntik 1 bulan sebanyak

41 orang dan KB suntik 3 bulan sebanyak 58 orang, kategori kenaikan berat badan kategori tinggi KB suntik 1 bulan sebanyak 30 orang dan KB suntik 3 bulan sebanyak 33 orang. Hal ini memberikan pemahaman bahwa KB suntik 3 bulan memiliki kenaikan berat badan lebih banyak dibandingkan dengan KB suntik 1 bulan.

Hasil penelitian ini relevan dengan pendapat Anggraini et al (2021) kandungan hormone Progesterone Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) pada KB suntik 3 bulan lebih tinggi dibandingkan dengan KB suntik 1 bulan, yaitu 150 mg untuk KB suntik 3 bulan dan 25 mg untuk KB suntik 1 bulan. Hal ini menyebabkan KB suntik 3 bulan memiliki dampak yang lebih besar terhadap peningkatan berat badan dibandingkan KB suntik 1 bulan. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa suntikan kombinasi 1 bulan (MPA + E2C) dapat menghasilkan berat badan yang lebih stabil dibandingkan dengan suntikan depot medroxyprogesterone acetate (DMPA) 3 bulan, dengan satu studi menemukan bahwa 60% pengguna kombinasi memiliki berat badan yang stabil (Haryati dan Rahmadiyah, 2024; Raharjo, 2025). Meskipun demikian, tidak semua akseptor mengalami kenaikan berat badan. Menurut Prihati et al, (2022) 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. Darmayani dkk, (2018) besarnya peningkatan maupun penurunan berat badan tiap individu berbeda tergantung reaksi tubuh wanita itu terhadap hormone progesteron, disamping itu perubahan berat badan bukan hanya karena makanan yang berlebihan/berkurang tetapi juga karena aktivitas fisik ibu yang berlebihan sehingga terjadi kekurangan energi dan inilah yang menyebabkan adanya perubahan berat badan. Hikmawati dkk, (2026) Efek samping dari KB suntik 3 bulan ini antara lain gangguan menstruasi (amenorhea, menoragia, spotting atau perubahan siklus menstruasi) gangguan

berat badan, gangguan kesuburan, dan dalam jangka panjang dapat menurunkan kepadatan tulang, vagina kering, depresi, keputihan, jerawat, dan perubahan hasrat seksual.

Menurut pendapat peneliti dengan berdasarkan pada hasil kajian empiris menilai bahwa peningkatan berat badan pada KB suntik 3 bulan cenderung lebih tinggi karena perbedaan jumlah hormon progesterone pada masing-masing KB suntik, KB suntik 3 bulan memiliki lebih banyak. KB suntik 1 bulan mengandung kombinasi 25 mg medroxyprogesterone dan 5 mg estradiol cypionate, sedangkan KB suntik 3 bulan mengandung progestin saja (150 mg Depo Medroxyprogesterone Acetate/DMPA), kondisi ini meningkatkan rangsangan nafsu makan yang ada di hipotalamus. Dengan meningkatnya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh hormon progesteron dirubah menjadi lemak dan disimpan dibawah kulit. Selain itu, penggunaan kontrasepsi suntik dalam jangka waktu yang panjang akan mengakibatkan akumulasi hormon progesteron dalam tubuh dapat terus meningkatkan nafsu makan. Selanjutnya karbohidrat dan gula dalam tubuh akan cepat diubah menjadi lemak sehingga berat badan akan semakin mudah untuk meningkat.

V. CONCLUSION

Berdasarkan pada hasil dan pembahasan pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kenaikan berat badan pada akseptor KB Suntik 1 bulan hampir separuhnya kenaikan berat badan pada kategori ringan sebanyak 41 orang (41,4%).
2. Kenaikan berat badan pada akseptor KB Suntik 3 bulan hampir separuhnya kenaikan berat badan pada kategori ringan sebanyak 58 orang (58,6%).
3. Uji Statistik menunjukkan nilai value $(0.000) < \alpha:0,05$ yang bisa artikan ada perbedaan kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan setelah tiga kali pemakaian di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari.

REFERENCES

- Adenin et al (2023) "Comparison Of Contraceptive Injection Between Monthly, Bimonthly And TriMonthly Combination Of Medroxyprogesterone Acetate With Estradiol Cypionate: Hemodynamic Effect, Weight Gain And Compliance Of Multicenter Clinical Trials, Phase III. Randomization St," *Pharmaceutical Breakthroughs*, 2023-11-14.
- Amiruddin dkk (2022) "Hubungan Status Pekerjaan dan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik DMPA (Depot Medroxy Progesteron Acetat) dengan Kenaikan Berat Badan Akseptor di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Raya Kota Kendari," *JurnalBionature*, Volume 23, Nomor 1, April 2022 21 [Preprint].
- Anggraini dan Martini (2018) *Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta. Rohima Press.
- Anggraini et al (2021) "Pelayanan. Kontrasepsi. Yayasan Kita Menulis."
- Arikunto (2016) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arista et al (2021) "DESCRIPTION OF INCREASING BODY ON THE USE OF 3 MONTHS INJECTING CONTRACEPTION EQUIPMENT IN WOMEN OF RELIABLE AGE (WUS): LITERATURE," 1(2017), pp. 722-731.
- Astuti dan Achyar (2025) "Association Between Dmpa Use Duration And Weight Gain In Indonesian Contraceptive Acceptors. Jurnal Kebidanan Malahayati 11(7):617-623 DOI:10.33024/jkm.v11i7.21427."
- BKKBN (2021a) "Laporan Pengguna Kb Nasional. Available At: <http://Aplikasi.Bkkbn.Go.Id/Sr/Klinik/Laporan2013/Viewlaporanpelkon.aspx> [diakses 1 Februari 2025]."
- BKKBN (2021b) "Pedoman Pelayanan Kontrasepsi dan Keluarga Berencana. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta : BKKBN."
- Blüher (2025) "An overview of obesity-related complications: The epidemiological evidence linking body weight and other markers of obesity to adverse health outcomes. Diabetes, Obesity and Metabolism, 27(S2), 3-19; <https://doi.org/10.1111/dom.16263>."
- Candra (2020) *Pemeriksaan Status Gizi*. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro ISBN: 978-623-7222-64-4.
- Darmayani dkk (2018) "Gambaran Kadar Kolesterol Total pada Pecandu Kopi Kecamatan Poasia Kota Kendari. Health Information: Jurnal Penelitian, 10(1). <http://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/HIJP/article/view/122>."
- Dinkes Jatim (2024a) "Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur, Surabaya: Dinas Kesehatan."
- Dinkes Jatim (2024b) "Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2023. Surabaya. Dinas Kesehatan Jawa Timur," p. 6.
- Fatonah S dkk (2023) *Asuhan kebidanan Keluarga Berencana*. Nuansa Fajar Cemerlang, Jakarta.
- Hanifah dkk (2023) *Konsep Pelayanan Kontrasepsi dan KB*. CV. Media Sains Indonesia.
- Hartanto (2020) *Keluarga Berencana Dan Kontrasepsi*, Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.
- Haryati dan Rahmadiyanti (2024) "The Difference Between The Use Of Combination Injection Contraception And Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) Contraception With Changes In Body Weight At Tpm Sri Haryati, International Journal of Health and Pharmaceutical."
- Hasanah dkk (2024) "Pendidikan Kesehatan Dan Senam Aerobik Sebagai Upaya Preventif Dan Promotif Efek Samping Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kb Suntik Di Pmb Viandika Permana Kabupaten Malang," 7(January 2023), pp. 1002-1014.
- Hidayat (2017) *Metode penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis. Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat (2021) *Menyusun Instrumen Penelitian & Uji Validitas-. Reliabilitas*. Health Books Publishing.
- Hikmawati dkk (2026) "Hubungan Penggunaan KB Suntik 3 Bulanan dengan Perubahan Libido di Puskesmas Wangkal Kabupaten Probolinggo," 5, pp. 638-650.
- Istiany dan Rusilanti (2014) *Gizi Terapan. PT Remaja Rosdakarya Offset, Bandung*.
- Kemkes RI (2021) "Pedoman Pelayanan Kontrasepsi dan Keluarga Berencana, Direktorat Kesehatan Keluarga Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta."

- Kemenkes RI (2022) "Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kementerian. Kesehatan Republik Indonesia."
- Kemenkes RI (2024) "Profil Kesehatan Indonesia 2024. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI."
- Kulsum dkk (2021) "Perbedaan Kembalinya Masa Subur pada Multigravida Berdasarkan Jenis Kontrasepsi Suntik yang Dipakai Sebelumnya di RS'Aisyiyah Kudus. In Prosiding University Research Colloquium (pp. 661-668)."
- Kurniasari et all (2020) "Pengaruh Kontrasepsi Suntik 3Bulan Terhadap Kenaikan Berat Badan Ibu Di Puskesmas Gedong Air Kota Bandar Lampung Tahun 2020. Jurnal Medika Malahayati, 4(4), 257–267."
- Latifah, D. and Rohmah, F.N. (2025) "Pengaruh Jenis Kontrasepsi Suntik dengan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor KB di PMB Wahyuning Purwati Kabupaten Sleman risiko 4 Terlalu (Terlalu muda melahirkan di bawah usia 21 tahun , Terlalu tua melahirkan di," 4, pp. 642–657.
- Lune & Berg (2017) *Methods for the Social Sciences (9th ed.)*. Edinburgh: Pearson.
- Machmud (2020) "Hipertensi: Faktor Determinan Hipertensi Pasien Rawat Jalan. Jurnal Fenomena Kesehatan, 3(1), 365–377. <https://stikeskjp-palopo.ejournal.id/JFK/article/view/113>."
- Mariska dan Purba (2025) "Gambaran Tekanan Darah Pada Pengguna Kontrasepsi Hormonal Di Puskesmas Kundi Tahun 2024," 4, pp. 176–188.
- Mudalifah dan Futriani (2024) "Pengaruh Suntik Kb 3 bulan Terhadap Peningkatan Berat Badan Karyawan Rs Mekar Sari Bekasi," *MANUJU: MALAHAYATI NURSING JOURNAL*, 6(ISSN CETAK: 2655-2728).
- Mulyasari & Purbowati (2018) "Lingkar Lengan Atas Dan Panjang Ulna Sebagai Parameter Antropometri Untuk Memperkirakan Berat Badan Dan Tinggi Badan Orang Dewasa. Jurnal Gizi Indonesia. 7(1): 30-36."
- Musfiroh et al (2019) "'Analisis Faktor-Faktor Ketahanan Keluarga Di Kampung. Kb Rw 18 Kelurahan Kadipiro Kota Surakarta', Placentum: Jurnal Ilmiah."
- Notoatmodjo (2017) *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurmainah dkk (2020) "Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus pada Akseptor Pengguna Kontrasepsi Oral. Jurnal Farmasi Dan Ilmu Kefarmasian Indonesia Vol. 7 No. 2 Desember 2020 88," 7(2), pp. 88–92.
- Nursalam (2020) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pandiangan, N.U.R.A. (2023) "Dengan kenaikan berat badan akseptor kb di puskesmas hutabalang kecamatan badiri kabupaten tapanuli tengah tahun 2023," pp. 1–76.
- Prihati et all (2022) *Monograf kontrasepsi hormonal*. CV Mitra Cendikia Media.
- Purba (2023) "Hubungan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Wanita Usia Subur di Puskesmas Maga Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2022. Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan, 1(1), 106–115. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i1.1114>."
- Purwanti, E.D., Putriningrum, R. and Ernawati (2023) "Hubungan Penggunaan Kb Suntik 3 Bulan Dengan Kenaikan Berat Badan Di Pmb Eni Dewi Purwanti, Amd. Keb Sukoharjo," *Jurnal kesehatan, Universitas Kusuma Husada surakarta*, 36(1).
- Putri & Nikmah (2021) "Gambaran Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dan Kejadian Efek Samping Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Pada Wanita Usia Subur. Indonesian Journal of Midwifery Today, 1(1), 9. <https://doi.org/10.30587/ijmt.v1i1.3319>."
- Putri, L.A. and Nikmah, N. (2021) "Gambaran Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dan Kejadian Efek Samping Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Pada Wanita Usia Subur," 1(1), pp. 9–18.
- Qibtiah & Lisca (2022) "Hubungan Aktivitas Fisik, Lama Penggunaan KB dan Jenis KB Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor KB Hormonal. Indonesia Journal of Midwifery Sciences, 1(3), 119–124. <https://doi.org/10.53801/ijms.v1i3.48>."
- Rahmandita & Adriani (2017) "Perbedaan Tingkat Konsumsi dan Aktivitas Fisik pada Wanita (20-54 Tahun) Obesitas Sentral dan Non Sentral. Amerta Nutrition, 1(4), 266-274."

- Raidanti and Wahidin (2021) "Efek KB Suntik 3 bulan (DMPA) terhadap Berat. Badan. Malang: CV. Literasi Nusantara Abadi."
- Rosadi (2023) "Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor DMPA Di TPMB 'R' Cijeruk Bogor Jawa Barat Tahun 2023 (Skripsi/Tesis). Universitas Nasional, Jakarta."
- Sartika dkk (2021) "Peningkatan Berat Badan dengan Penggunaan Kontrasepsi KB Suntik 1 Bulan. Jurnal SMART Kebidanan, 8(1), 34-37."
- Sastrariah (2019) "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kenaikan Berat Badan Pada Ibu Pengguna KB Suntik 3 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pamboang Kabupaten Majene. Journal of Health, Education and Literacy, 1(2), 94–100. <https://doi.org/10.31605/j-healt.v1i2.271>."
- Sims et al (2025) "Depo-medroxyprogesterone acetate, weight gain and amenorrhea among obese adolescent and adult women. Pubmed. Eur J Contracept Reprod Health Care . 2020 Feb;25(1):54-59. doi: 10.1080/13625187.2019.1709963. Epub 2020 Jan 13."
- Sudargo et al (2018) *Pola makan dan obesitas. UGM press*.
- Sugiyono (2020) "Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: Alfabeta."
- Sugiyono (2023) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung. Alfabeta*.
- Vigil et al (2022) "The importance of estradiol for body weight regulation in women. DOI:10.3389/fendo.2022.951186."