

KONTRASEPSI HORMONAL TIDAK BERHUBUNGAN DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN DI TEMPAT PRAKTIK MANDIRI BIDAN KABUPATEN MUARA ENIM

HORMONAL CONTRACEPTION IS NOT RELATED TO WEIGHT INCREASE IN INDEPENDENT MIDWIFERY PRACTICES IN MUARA ENIM DISTRICT

Ekadewi Retnosari¹, Pipin Dwi Rejeki², Rosyati Pastuty³, Rosdiana⁴

^{1,3,4} Department of Midwifery, Poltekkes Kemenkes Palembang

² Student Of Midwifery, Poltekkes Kemenkes Palembang

Email Correspondence: ekadewiretnosari@gmail.com

Abstract: Hormonal Contraception Is Not Related To Weight Increase In Independent Midwifery Practices In Muara Enim District. Hormonal contraception is the most common method used by birth control acceptors, but it has side effects, including weight gain. At TPMB Tri Yosi there has been no research regarding the effect of hormonal contraception on weight gain. To determine the relationship between the use of hormonal contraception and weight gain in TPMB Tri Yosi Anggraeni, S.Keb, Ujanmas Baru Village, Muaraenim Regency, 2024. This research uses quantitative methods with an analytical survey design and a cross-sectional approach. The population consisted of all contraceptive acceptors registered in the TPMB medical record, with a sample of 107 people. Data were analyzed using the chi square test. Most respondents used progestin-type hormonal contraception (60.7%) and experienced significant weight gain (53.3%). However, the statistical test results showed a p value of 0.094, which means there is no significant relationship between the use of hormonal contraception and weight gain. No association was found between the two types of hormonal contraception (progestin and combination) and weight gain. It is recommended that acceptors maintain physical activity and diet.

Keywords : Weight gain, hormonal contraception

Abstrak: Kontrasepsi Hormonal Tidak Berhubungan Dengan Kenaikan Berat Badan Di Tempat Praktik Mandiri Bidan Kabupaten Muara Enim. Kontrasepsi hormonal merupakan metode yang paling umum digunakan oleh akseptor KB, namun memiliki efek samping, termasuk peningkatan berat badan. Di TPMB Tri Yosi belum ada penelitian mengenai efek kontrasepsi hormonal terhadap kenaikan berat badan. Mengetahui hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan di TPMB Tri Yosi Anggraeni, S.Keb Desa Ujanmas Baru, Kabupaten Muaraenim, Tahun 2024. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain survei analitik dan pendekatan crosssectional. Populasi terdiri dari semua akseptor kontrasepsi yang terdaftar di rekam medis TPMB, dengan sampel sebanyak 107 orang. Data dianalisis menggunakan uji chi square. Sebagian besar responden menggunakan kontrasepsi hormonal jenis progestin (60,7%) dan mengalami kenaikan berat badan yang signifikan (53,3%). Namun, hasil uji statistik menunjukkan p value 0,094, yang berarti tidak ada hubungan signifikan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan. Tidak ditemukan hubungan antara kedua jenis kontrasepsi hormonal (progestin dan kombinasi) dengan kenaikan berat badan. Disarankan agar akseptor menjaga aktivitas fisik dan pola makan.

Kata Kunci : Kenaikan berat badan, kontrasepsi hormonal

PENDAHULUAN

Salah satu usaha pemerintah dalam mencegah pertumbuhan penduduk yang tidak terkendali yaitu dengan mensukseskan program KB (Keluarga Berencana). Salah satu pertimbangan Pasangan Usia Subur (PUS) dalam memilih alat kontrasepsi untuk mencegah kehamilan cenderung mempertimbangkan aspek efektivitasnya masing-masing jenis alat kontrasepsi. Salah satu metode

kontrasepsi yang efektif dan mudah mendapatkan layanan adalah jenis hormonal baik hormone progestin maupun estrogen. (Zulfikar & Ginting, 2023).

Kontrasepsi hormonal berdasarkan jangka pemakaian dibagi menjadi dua, yakni jangka pendek seperti pil kombinasi, progestin mini pil, injeksi KB hormonal 1 bulan dan depo medroxyprogesterone acetate (DMPA), kemudian penggunaan kontrasepsi jangka panjang atau pemakaian >5 tahun seperti levonorgestrel intra uterine system (LNG-IUS) dan implant. Kontrasepsi hormonal merupakan salah satu metode kontrasepsi bersifat *reversible* yang paling efektif digunakan untuk mencegah kehamilan (Priyanti, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) jumlah wanita yang menggunakan metode kontrasepsi modern meningkat dari 663 juta menjadi 851 juta dan tingkat prevalensi kontrasepsi meningkat dari 47,7 menjadi 49,0 persen. Tambahan 70 juta wanita diproyeksikan akan ditambahkan pada tahun 2030 (WHO, 2020). Dari data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022), Pola pemilihan jenis metode kontrasepsi modern pada tahun 2021 menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor memilih menggunakan suntik sebesar 59,9%, diikuti pil sebesar 15,8%. Pola ini terjadi setiap tahun, dimana peserta KB lebih banyak memilih metode kontrasepsi jangka pendek dibandingkan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP). Sedangkan akseptor yang memilih menggunakan alat kontrasepsi IUD hanya sebesar 8% (Kemenkes RI, 2022)

Data yang didapat dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan tahun 2022 didapatkan sebagian besar akseptor KB menggunakan kontrasepsi suntik sebesar 57,6%, KB pil 22,5%, implant 9,9% dan IUD 2,5% (Dinkes Prov Sumsel, 2022). Pengguna alat kontrasepsi di Kabupaten Muara Enim diketahui sebagian besar menggunakan suntik 58,9%), pil 24,3%, implant 7,6% dan IUD hanya 0,8%. Hal ini menunjukkan kontrasepsi hormonal paling banyak diminati oleh akseptor KB wanita (Sulistiyawati, 2020)..

Penggunaan kontrasepsi hormonal yang dinilai efektif juga memiliki efek samping yang merugikan. Menurut *World Health Organization* (WHO), menunjukkan efek samping hormonal diantaranya adalah amenorea, hipertensi, kekeringan serviks dan peningkatan berat badan (Secor & Stendig-Raskin, 2019). Berdasarkan penelitian di *Assiut University Mesir*, wanita yang menggunakan kontrasepsi *depo medroksiprogesterone acetate* (DMPA) atau di kenal KB suntik tiga bulan, rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 5,5 kg dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu tiga tahun pemakaian (Rabie et al., 2023).

Menurut penelitian Simangunsong & Marlisa, (2022) di Medan Indonesia, faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor KB suntik yaitu adanya hormone progesterone yang kuat sehingga merangsang meningkatkan nafsu makan yang ada di hipotalamus. Kelebihan zat-zat gizi diubah menjadi lemak dan disimpan di bagian bawah kulit. Perubahan berat badan ini merupakan akibat dari adanya penumpukan lemak dan penurunan metabolisme pada akseptor hormonal. Sedangkan estrogen juga mempengaruhi metabolisme lipid yang mengarah ke peningkatan cadangan lemak tubuh, khususnya di daerah perut, sehingga mengakibatkan kenaikan berat badan

Menurut penelitian Zaini et al., (2023) di Klinik Malaysia, menunjukkan sekitar sepertiga (33,6%) pengguna kontrasepsi hormonal mengalami kenaikan berat badan lebih dari 5% dari berat badan awal. Faktor risiko penambahan berat badan lebih dari 5% adalah wanita berusia kurang dari 40 tahun. Menurut penelitian Puspita et al., (2022) di Surabaya Indonesia, menyatakan bahwa ada perbedaan peningkatan berat badan sebagai efek samping kontrasepsi hormonal pada akseptor KB pil kombinasi dan suntik kombinasi. Hal ini menunjukkan perbedaan jenis kontrasepsi hormonal menimbulkan efek berat badan yang berbeda.

Berbeda pada penelitian di Colorado yang menyatakan bahwa wanita menggunakan kontrasepsi hormonal kombinasi justru mengalami penurunan berat badan pada satu tahun pertama hingga -6,7 kg dan baru mengalami peningkatan hingga 3,6 kg setelah satu tahun penggunaan (Caldwell et al., 2020).

Menurut penelitian (Cipriani et al., 2019), dampak dari kenaikan berat badan pada akseptor KB hormonal dapat meningkatkan risiko obesitas, hipertensi dan masalah kardio vascular. Berdasarkan latar belakang tersebut diperlukan penelitian yang lebih komprehensif dari berbagai penelitian primer tentang pengaruh kontrasepsi hormonal terhadap kenaikan berat badan pada akseptor KB hormonal.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Tri Yosi Anggreni, S.Keb Ujanmas Baru Kabupaten Muara Enim. Dari hasil wawancara kepada 7 orang akseptor KB yang datang melakukan proses penggunaan KB, 4 ibu diantaranya mengatakan bahwasannya dirinya mengalami perubahan berat badan yaitu peningkatan berat badan terjadi semenjak menggunakan KB suntik, hal ini ditandai dari bertambahnya nafsu makan ibu dan meningkatnya berat badan ibu dari 3-5 kg. Sedangkan 2 ibu diantaranya mengatakan bahwasannya tidak mengalami perubahan berat badannya hal ini dikarenakan baru pertama kalinya menggunakan KB semenjak melahirkan bayinya. Dan 1 ibu diantaranya mengatakan tidak mengalami bertambahnya berat badan hal ini ditandai dengan ibu menjaga pola makan dikarenakan ibu diet.

Penelitian ini sangat penting untuk dilakukan, mengingat banyaknya kasus akseptor KB khususnya KB hormonal yang mengalami efek samping kenaikan berat badan setelah menggunakan KB hormonal dalam jangka waktu tertentu. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memotivasi akseptor KB untuk melatih kebugaran fisik dengan mengikuti kegiatan senam secara rutin yang sangat bermanfaat untuk kebugaran tubuh serta menurunkan berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Penggunaan Kontrasepsi hormonal dengan Kenaikan Berat Badan di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Tri Yosi Anggreni, S.Keb Ujanmas Baru Kabupaten Muara Enim Tahun 2024”.

METODE

Jenis penelitian dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *crosssectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April-Mei 2024 di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Tri Yosi Anggreni, S.Keb Desa Ujanmas Baru Kabupaten Muara Enim. Populasi dalam penelitian ini adalah semua akseptor kontrasepsi hormonal (pil, suntik dan implant) yang tercantum di rekam medik Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Tri Yosi Anggreni, S.Keb Desa Ujanmas Baru Kabupaten Muara Enim pada tahun 2023 sebanyak 257 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian akseptor kontrasepsi hormonal (pil, suntik dan implant) yang tercantum di rekam medik Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Tri Yosi Anggreni, S.Keb Desa Ujanmas Baru Kabupaten Muara Enim pada tahun 2024. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 107 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan secara *Simple random sampling*. Analisis data yang tepat dengan data kategorik yaitu uji *chi square*. Penelitian ini menghargai etik penelitian dengan menjaga privasi responden, tidak merugikan responden dan bersikap adil.

HASIL

Pada bagian ini didapatkan gambaran tentang karakteristik responden berdasarkan umur, Pendidikan dan berat badan. Penggambaran karakteristik ini dituangkan dalam bentuk distribusi frekuensi serta disajikan dalam tabel dan teks. Berikut merupakan karakteristik di bawah ini:

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan umur dan berat badan

Variabel	Rata-rata	Standar Deviasi	median	Min-Maks
Umur	32,03	7,99	31,0	16-37
BB Sebelum	56,83	9,25	57,0	39-87
BB Sesudah	59,65	9,711	59,0	40-90
Selisih BB	2,82	2,07	3,0	-2- 12

Berdasarkan tabel 1. didapatkan rata-rata umur responden adalah 32,03 tahun dengan standar deviasi 7,99. Umur minimum adalah 16 tahun dan umur maksimum adalah 37 tahun. Rata-rata berat badan sebelum KB hormonal adalah 56,83 kg dengan standar deviasi 9,25. Rata-rata berat badan sesudah KB hormonal adalah 59,65 dengan standar deviasi. Rata-rata peningkatan berat badan adalah 2,82 kg dengan standar deviasi 2,07 kg.

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan

Variabel	Frekuensi	%
Pendidikan		
Dasar (SD dan SMP)	61	57,0
Menengah (SMA)	46	43,0
Tinggi (PT)	0	0
Total	107	100,0
Paritas		
1	23	21,5
2	45	42,1
3	28	26,2
4	10	9,3
5	1	0,9
Total	107	100,0

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan sebagian besar responden adalah Pendidikan dasar (57,0%), sedangkan sisanya Pendidikan menengah (43,0%). Paling banyak paritas responden adalah paritas kedua (42,1%), sedangkan paling sedikit responden memiliki paritas kelima (0,9%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi jenis kontrasepsi yang digunakan pada akseptor KB Hormonal di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Tri Yosi Anggredi, S.Keb Ujanmas Baru Kabupaten Muara Enim Tahun 2024

Jenis Kontrasepsi	Frekuensi	%
Kombinasi	42	39,3
Progestin	65	60,7
Total	107	100,0

Berdasarkan tabel 3 didapatkan sebagian besar jenis kontrasepsi hormonal responden adalah progestin (60,7%), sedangkan sisanya kontrasepsi kombinasi (39,3%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi kenaikan berat badan yang digunakan pada akseptor KB Hormonal

di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Tri Yosi Anggreni, S.Keb Ujanmas Baru Kabupaten Muara Enim Tahun 2024

Kenaikan BB	Frekuensi	%
Tidak Naik	7	6,5
Kenaikan normal	43	40,2
Kenaikan tinggi	57	53,3
Total	107	100,0

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami kenaikan tinggi (53,3%), selanjutnya kenaikan normal (40,3%), sedangkan sisanya tidak mengalami kenaikan (6,5%).

Tabel 5. Hubungan Penggunaan Kontrasepsi hormonal dengan Kenaikan Berat Badan di Tempat

Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Tri Yosi Anggreni, S.Keb Ujanmas Baru Kabupaten Muara Enim Tahun 2024

Kontrasepsi	Kenaikan berat badan						Total	P value	CC	
	Tidak naik		Normal		Tinggi					
	n	%	n	%	n	%				
Kombinasi	3	7,1	22	52,4	17	40,5	42	100,0	0,094	0,206
Progestin	4	6,2	21	32,3	40	61,5	65	100,0		
Total	7	6,5	43	40,2	57	53,3	107	100,0		

Berdasarkan tabel 5 didapatkan dari 42 responden yang memiliki kenaikan berat badan tinggi didapatkan sebanyak 17 orang menggunakan kontrasepsi hormonal kombinasi (40,5%). Dari 65 responden yang memiliki kenaikan bertat badan tinggi didapatkan sebanyak 40 orang menggunakan kontrasepsi hormonal progestin. Hasil uji statistik didapatkan p value 0,094 yang berarti bahwa Ho diterima dan Ha ditolak. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Tri Yosi Anggreni, S.Keb Ujanmas Baru Kabupaten Muara Enim Tahun 2024

PEMBAHASAN

1. Karakteristik menurut umur

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata usia responden akseptor KB hormonal adalah 32,03 tahun dengan standar deviasi 7,99. Usia minimum responden adalah 16 tahun, sedangkan usia maksimum adalah 37 tahun. Rentang usia yang cukup luas ini menunjukkan bahwa KB hormonal diterima oleh berbagai kelompok usia, meskipun ada kecenderungan penggunaan yang lebih tinggi pada usia tertentu.

Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang termasuk dalam penggunaan kontrasepsi, mereka yang berusia tua mempunyai peluang lebih kecil untuk menggunakan alat kontrasepsi dibandingkan dengan anak muda. Pada hasil penelitian didapatkan responden yang berumur antara 20 sampai 35 tahun paling banyak memilih kontrasepsi IUD dibandingkan responden yang berumur diatas 35 tahun. Kelompok umur untuk pengguna alat kontrasepsi dibagi menjadidua kategori yaitu umur \leq 35 tahun dan $>$ 35 tahun. (BKKBN, 2017, 2018).

Penggunaan KB hormonal sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, pendidikan, pekerjaan, jumlah anak, dan pengetahuan tentang KB. Teori menjelaskan fenomena ini, yang menyatakan bahwa niat individu untuk menggunakan KB hormonal dipengaruhi oleh sikap terhadap perilaku tersebut, norma subjektif, dan persepsi kontrol atas perilaku. Selain itu, penurunan fertilitas terjadi seiring dengan peningkatan usia pernikahan dan penggunaan kontrasepsi, termasuk KB hormonal (Putri & Nikmah, 2021).

Berbagai penelitian terkait menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara usia dan penggunaan kontrasepsi hormonal. Misalnya, studi oleh (Marliana et al., 2023) menemukan bahwa perempuan usia muda cenderung lebih memilih metode kontrasepsi non-hormonal dibandingkan yang lebih tua. Di Indonesia, studi oleh BKKBN (2018) menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi hormonal lebih umum di kalangan perempuan berusia 20-35 tahun. Penelitian ini sejalan dengan Jursiman tahun 2016 didapatkan bahwa nilai $p = 0,590$. Hal ini menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara umur dengan pemilihan kontrasepsi (Jurisman & Kurniati, 2016).

Hasil penelitian ini memiliki beberapa implikasi penting. Pertama, dalam konteks kebijakan kesehatan reproduksi, pemerintah dan penyedia layanan kesehatan perlu fokus pada pendidikan dan sosialisasi KB hormonal kepada kelompok usia yang lebih muda untuk meningkatkan tingkat adopsi. Kedua, ada kebutuhan untuk pelatihan khusus bagi tenaga kesehatan di bidang edukasi kontrasepsi untuk menangani kekhawatiran dan ketidaktahuan di kalangan perempuan muda mengenai KB hormonal. Program-program yang mempromosikan kesadaran dan pemahaman tentang manfaat serta risiko KB hormonal dapat membantu meningkatkan penggunaannya.

Manurut asumsi peneliti, bahwa rata-rata usia responden akseptor KB hormonal di TPMB Tri Yosi Anggreni adalah 32,03 tahun. Dengan rentang usia yang cukup luas (16-37 tahun), hal ini menunjukkan bahwa KB hormonal diterima oleh berbagai kelompok usia. Namun, ada kebutuhan untuk meningkatkan kesadaran dan pendidikan tentang KB hormonal terutama di kalangan perempuan muda. Penelitian ini memberikan dasar yang kuat untuk pengembangan kebijakan dan program yang lebih efektif dalam meningkatkan penggunaan kontrasepsi hormonal di berbagai kelompok usia.

Perlunya peningkatan edukasi kontrasepsi melalui program pendidikan dan sosialisasi yang intensif mengenai KB hormonal, terutama di kalangan remaja dan perempuan muda. Selain itu, pelayanan konseling yang komprehensif bagi semua kelompok usia untuk menjelaskan manfaat, efek samping, dan pilihan kontrasepsi yang tersedia perlu ditingkatkan. Penguatan sistem informasi kesehatan reproduksi juga penting untuk memantau dan mengevaluasi penggunaan kontrasepsi di berbagai kelompok usia.

Penelitian ini mendorong penelitian lebih lanjut untuk memahami faktor-faktor lain yang mempengaruhi adopsi KB hormonal, seperti tingkat pendidikan, pekerjaan, dan status ekonomi. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam pengembangan kebijakan dan program kesehatan reproduksi yang lebih efektif dan efisien, serta meningkatkan kualitas hidup perempuan di berbagai kelompok usia.

2. Karakteristik menurut pendidikan

Pada penelitian ini sebagian besar responden memiliki pendidikan dasar, dengan persentase sebesar 57,0%, sedangkan sisanya, yaitu 43,0%, memiliki pendidikan menengah. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pendidikan dan penggunaan KB hormonal di kalangan responden di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Tri Yosi Anggreni, S.Keb Ujanmas Baru, Kabupaten Muara Enim pada tahun 2024

Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi pemahaman dan adopsi metode kontrasepsi, termasuk KB hormonal. Pendidikan dasar yang dominan di kalangan responden bisa menunjukkan bahwa mereka mungkin memiliki keterbatasan dalam mengakses

informasi kesehatan reproduksi yang lebih mendalam dan komprehensif dibandingkan dengan mereka yang memiliki pendidikan menengah. Dengan demikian, mereka mungkin lebih bergantung pada informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan di tempat pelayanan kesehatan.(Nugroho, 2019).

Penelitian sebelumnya mendukung temuan ini. Misalnya, studi oleh (Luba & Rukinah, 2021) menyatakan bahwa tingkat pendidikan berperan signifikan dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang berbagai metode kontrasepsi. Pengetahuan yang lebih baik sering kali dikaitkan dengan pendidikan yang lebih tinggi, yang memungkinkan individu membuat keputusan yang lebih baik mengenai kesehatan reproduksi mereka. Selain itu, penelitian oleh (Fitriana et al., 2022) menunjukkan bahwa perempuan dengan pendidikan lebih tinggi cenderung lebih proaktif dalam mencari informasi dan layanan kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan mereka.

Implikasi dari temuan ini adalah perlunya peningkatan upaya edukasi dan sosialisasi mengenai KB hormonal yang ditujukan khususnya kepada perempuan dengan pendidikan dasar. Program-program edukasi yang dirancang untuk menjangkau kelompok ini harus mempertimbangkan keterbatasan pengetahuan dasar dan memberikan informasi yang mudah dipahami serta relevan. Tenaga kesehatan juga harus dilatih untuk menyampaikan informasi kontrasepsi dengan cara yang lebih sederhana dan mudah dipahami oleh perempuan dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah.

Menurut asumsi peneliti, pendidikan dasar yang dominan di kalangan responden menekankan pentingnya intervensi pendidikan yang lebih terarah dan berkelanjutan untuk meningkatkan pemahaman tentang KB hormonal. Hal ini akan membantu meningkatkan adopsi metode kontrasepsi yang efektif dan memastikan bahwa semua perempuan, terlepas dari tingkat pendidikan mereka, memiliki akses yang sama terhadap informasi dan layanan kesehatan reproduksi.

Perlunya pengembangan materi edukasi yang dirancang khusus untuk perempuan dengan pendidikan dasar, seperti brosur, video, dan program edukasi kelompok yang disampaikan dalam bahasa dan gaya yang mudah dipahami. Selain itu, peningkatan pelatihan bagi tenaga kesehatan dalam komunikasi yang efektif dengan perempuan berpendidikan dasar juga sangat penting untuk memastikan bahwa informasi kontrasepsi disampaikan dengan cara yang sesuai dan efektif.

Penelitian ini menekankan perlunya pendekatan yang lebih inklusif dan adaptif dalam program pendidikan kontrasepsi, yang tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan tetapi juga pada penguatan keterampilan komunikasi dan penyampaian informasi oleh tenaga kesehatan. Ini akan membantu mengurangi kesenjangan pengetahuan dan memastikan bahwa semua perempuan, terlepas dari tingkat pendidikan mereka, dapat membuat keputusan yang informasional dan tepat mengenai penggunaan KB hormonal.

3. Karakteristik menurut paritas

Penelitian ini menjelaskan sebagian besar responden memiliki paritas kedua, dengan persentase sebesar 42,1%. Sementara itu, paritas kelima adalah yang paling sedikit ditemui di antara responden, hanya sebesar 0,9%. Paritas merujuk pada jumlah kelahiran hidup yang dimiliki seorang perempuan, dan temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar perempuan yang menggunakan KB hormonal berada pada fase kehidupan di mana mereka sudah memiliki dua anak..

Jumlah anak adalah salah satu faktor paling penting yang memengaruhi bagaimana perempuan usai subur menggunakan kontrasepsi. sesuai dengan prinsip bahwa "dua anak lebih baik". Mereka yang telah memiliki banyak anak menggunakan alat kontrasepsi pada awal program KB. Dengan berkembangnya program dan ketersediaannya, lebih banyak wanita dengan paritas yang lebih rendah akan menggunakan alat kontrasepsi. Pengaruh jumlah anak yang menggunakan alat kontrasepsi didasarkan pada gejala ini (Fauziah, 2020).

Penelitian sebelumnya mendukung temuan ini. Misalnya, studi oleh (Luba & Rukinah, 2021) menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi meningkat seiring dengan meningkatnya paritas hingga

mencapai dua atau tiga anak, setelah itu tingkat penggunaan kontrasepsi tetap tinggi atau bahkan meningkat. Studi lain oleh (Aprilia Arbatika et al., 2024) juga menunjukkan bahwa keinginan untuk membatasi kelahiran semakin kuat setelah mencapai jumlah anak tertentu, yang sering kali berkisar antara dua hingga tiga anak.

Implikasi dari temuan ini adalah perlunya program dan kebijakan yang mendukung penggunaan KB hormonal terutama bagi perempuan dengan dua anak atau lebih. Program pendidikan dan konseling yang menekankan pentingnya pengaturan jarak kelahiran dan manfaat kesehatan dari penggunaan kontrasepsi hormonal dapat membantu perempuan membuat keputusan yang lebih baik tentang kesehatan reproduksi mereka. Selain itu, program-program ini juga harus mencakup informasi tentang pilihan kontrasepsi jangka panjang dan efektif untuk memenuhi kebutuhan perempuan dengan paritas tinggi yang mungkin masih subur tetapi ingin membatasi jumlah anak.

Manurut asumsi peneliti, dominasi paritas kedua di kalangan responden menunjukkan bahwa penggunaan KB hormonal paling umum di antara perempuan yang sudah memiliki dua anak. Rendahnya persentase paritas kelima mencerminkan perubahan pola fertilitas dan preferensi keluarga dalam masyarakat saat ini. Oleh karena itu, upaya edukasi dan sosialisasi tentang kontrasepsi perlu terus ditingkatkan untuk mendukung perempuan dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan reproduksi mereka.

Dengan demikian, penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan yang terfokus dan berbasis bukti dalam program kesehatan reproduksi. Hal ini untuk memastikan bahwa semua perempuan, terlepas dari jumlah anak yang dimiliki, memiliki akses yang sama terhadap informasi dan layanan kontrasepsi yang efektif, sehingga mereka dapat membuat keputusan yang informasional dan tepat mengenai penggunaan KB hormonal.

Rekomendasi yang dapat diberikan berdasarkan temuan ini termasuk pengembangan program edukasi yang spesifik bagi perempuan dengan dua anak atau lebih, serta penyediaan layanan konseling yang komprehensif untuk membantu mereka memahami berbagai pilihan kontrasepsi yang tersedia. Selain itu, penting juga untuk meningkatkan aksesibilitas dan ketersediaan KB hormonal di fasilitas kesehatan agar dapat diakses oleh semua perempuan yang membutuhkannya.

4. Kontrasepsi hormonal

Penelitian ini menjelaskan bahwa sebagian besar responden menggunakan kontrasepsi hormonal jenis progestin, dengan persentase sebesar 60,7%, sedangkan sisanya, yaitu 39,3%, menggunakan kontrasepsi kombinasi. Hasil ini menunjukkan preferensi yang lebih tinggi terhadap kontrasepsi progestin di antara responden di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Tri Yosi Anggreni, S.Keb Ujanmas Baru, Kabupaten Muara Enim pada tahun 2024.

Menurut teori, Kontrasepsi hormonal merupakan kontrasepsi yang cocok untuk menunda dan menjarangkan kehamilan. Hal ini karena efektifitas tinggi, reversibilitas tinggi karena pasangan masih mengharapkan punya anak lagi. Kontrasepsi dapat dipakai 3-4 tahun sesuai jarak kelahiran yang direncanakan (Fauziah, 2020).

Preferensi terhadap kontrasepsi progestin dapat dijelaskan oleh beberapa faktor. Kontrasepsi progestin, yang hanya mengandung hormon progestin tanpa estrogen, sering kali dipilih karena memiliki risiko efek samping yang lebih rendah dibandingkan dengan kontrasepsi kombinasi yang mengandung estrogen dan progestin. Efek samping estrogen seperti peningkatan risiko trombotik dan efek pada tekanan darah sering menjadi kekhawatiran bagi banyak perempuan, terutama mereka yang memiliki riwayat medis atau kondisi tertentu yang membuat penggunaan estrogen menjadi tidak dianjurkan (Fauziah, 2020).

Menurut penelitian (Ode et al., 2020), pemakaian kontrasepsi suntik baik kontrasepsi suntik kombinasi maupun progestin mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Faktor

yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor KB suntik adalah adanya progesterone yang kuat sehingga merangsang pusat nafsu makan yang ada di hipotalamus. Dengan adanya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi dirubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak.

Sejalan dengan penelitian (Karimah, 2019), menunjukkan bahwa kontrasepsi hormonal lebih diminati karena penggunaannya lebih mudah dan serta memiliki efektivitas yang baik. Kontrasepsi hormonal suntik progestin lebih diminati karena waktu kunjung lebih sedikit yaitu tiga bulan sekali dan harga yang lebih murah dibandingkan kontrasepsi hormonal suntik kombinasi ataupun pil kombinasi.

Implikasi dari temuan ini adalah pentingnya penyedia layanan kesehatan untuk terus menyediakan dan mempromosikan berbagai pilihan kontrasepsi hormonal, dengan penekanan pada manfaat dan kekurangan masing-masing metode. Edukasi yang jelas tentang pilihan kontrasepsi progestin dan kombinasi, termasuk potensi efek samping dan risiko kesehatan, akan membantu perempuan membuat keputusan yang lebih informasi mengenai metode yang paling sesuai dengan kebutuhan dan kondisi kesehatan mereka.

Manurut asumsi peneliti hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kontrasepsi progestin lebih diminati oleh responden dibandingkan dengan kontrasepsi kombinasi. Preferensi ini mungkin dipengaruhi oleh faktor risiko kesehatan, kemudahan penggunaan, dan efek samping yang lebih rendah dari kontrasepsi progestin. Penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan yang personal dan berbasis bukti dalam penyuluhan dan pemilihan metode kontrasepsi untuk memenuhi kebutuhan individu setiap perempuan.

Rekomendasi yang dapat diberikan berdasarkan temuan ini termasuk peningkatan akses dan ketersediaan kontrasepsi progestin di fasilitas kesehatan, serta pelatihan berkelanjutan bagi tenaga kesehatan mengenai konseling kontrasepsi yang komprehensif. Edukasi yang terstruktur dan terarah harus diberikan kepada perempuan mengenai berbagai pilihan kontrasepsi hormonal, termasuk informasi rinci tentang keefektifan, cara penggunaan, dan potensi efek samping dari masing-masing metode.

Penelitian ini memberikan wawasan berharga mengenai preferensi kontrasepsi hormonal di kalangan perempuan dan menyoroti pentingnya program edukasi dan layanan kesehatan yang adaptif untuk memenuhi kebutuhan reproduksi yang beragam. Hal ini akan membantu meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup perempuan melalui penggunaan kontrasepsi yang aman dan efektif sesuai dengan kebutuhan mereka. Penggunaan kontrasepsi progestin lebih mudah dan murah dibandingkan dengan kontrasepsi kombinasi. Penggunaan kontrasepsi hormonal memberikan efektivitas yang baik dalam mencegah kehamilan sehingga lebih banyak diminati oleh wanita usia subur.

5. Kenaikan berat badan

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kenaikan berat badan yang signifikan setelah menggunakan kontrasepsi hormonal selama satu tahun. Sebanyak 53,3% responden mengalami kenaikan berat badan yang tinggi, 40,3% mengalami kenaikan berat badan yang normal, dan hanya 6,5% responden yang tidak mengalami kenaikan berat badan. Hasil ini mengindikasikan bahwa kenaikan berat badan merupakan efek samping yang umum terjadi pada pengguna kontrasepsi hormonal.

Kenaikan berat badan pada pengguna kontrasepsi hormonal bisa disebabkan oleh berbagai faktor. Salah satu mekanisme yang mungkin adalah perubahan dalam metabolisme dan retensi cairan yang dipicu oleh hormon progestin atau kombinasi hormon yang ada dalam kontrasepsi tersebut.

Hormon-hormon ini dapat mempengaruhi pengaturan nafsu makan dan distribusi lemak dalam tubuh, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan berat badan. Selain itu, beberapa perempuan mungkin mengalami peningkatan nafsu makan sebagai efek samping langsung dari penggunaan kontrasepsi hormonal (Marmi, 2020).

Peningkatan berat badan adalah bertambahnya berat badan klien dari pada berat badan kunjungan pertama. Umumnya pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara 1-5 kg dalam tahun pertama (Viandika, 2020). Peningkatan berat badan yang tinggi pada kontrasepsi progestin karena dikarenakan metabolisme progestogen sintetik ini akan disimpan sebagai lemak, sehingga bila disuntikkan dalam dosis besar akan disimpan. Sedangkan dalam darah kehamilan, turunan nortestosteron akan diikat oleh *sex hormone binding globulin* (SHBG), sedangkan turunan progesterone akan terikat pada albumin (Matahari & Utami, 2020).

Efek yang terakhir dan efek peningkatan berat badan terjadi karena pengaruh hormonal, yaitu progesterone. Progesteron dalam alat kontrasepsi tersebut berfungsi untuk mengentalkan lendir serviks dan mengurangi kemampuan rahim untuk menerima sel yang telah dibuahi. Namun hal ini juga mempermudah perubahan karbohidrat menjadi lemak, sehingga sering kali efek sampingnya adalah penumpukan lemak yang menyebabkan berat badan bertambah dan menurunnya gairah seksual (Koes Irianto, 2019).

Menurut penelitian Rosano et al., (2022), Pertambahan berat badan yang berlebihan memicu timbulnya sejumlah penyakit seperti obesitas, hipertensi, diabetes, dan penyakit jantung. Petugas kesehatan harus berupaya memberikan KIE (Komunikasi, Informasi dan Edukasi) tentang penyebab kejadian, dan menganjurkan klien untuk mengikuti diet rendah kalori dan olahraga teratur.

Sejalan dengan penelitian Shintya, (2022), Hormon progesterone dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Penggunaan alat kontrasepsi hormonal dapat menimbulkan berbagai efek samping di antaranya adalah kenaikan berat badan, hal ini disebabkan oleh progesterone yang merubah karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak di bawah kulit bertambah. Wanita yang menggunakan kontrasepsi hormonal, rata-rata mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,3kilogram, Pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1kg sampai 5kg dalam tahun pertama.

Implikasi dari temuan ini sangat penting untuk dipertimbangkan dalam konteks layanan kesehatan reproduksi. Penyedia layanan kesehatan perlu memberikan informasi yang komprehensif tentang potensi efek samping kenaikan berat badan kepada perempuan yang memilih menggunakan kontrasepsi hormonal. Edukasi yang tepat mengenai penyebab, mekanisme, dan cara mengelola kenaikan berat badan ini dapat membantu perempuan membuat keputusan yang lebih informasional dan tidak terlalu terkejut jika mengalami perubahan berat badan.

Manurut asumsi peneliti, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kenaikan berat badan adalah efek samping yang signifikan dan umum terjadi pada pengguna kontrasepsi hormonal. Sebagian besar responden mengalami kenaikan berat badan yang tinggi atau normal setelah satu tahun penggunaan. Oleh karena itu, ada kebutuhan untuk memberikan dukungan dan informasi yang tepat kepada perempuan yang menggunakan atau berencana menggunakan kontrasepsi hormonal.

Rekomendasi yang dapat diberikan mencakup peningkatan edukasi tentang manajemen berat badan bagi pengguna kontrasepsi hormonal, termasuk saran tentang pola makan sehat dan aktivitas fisik yang dapat membantu mengendalikan kenaikan berat badan. Selain itu, penyedia layanan kesehatan harus siap untuk memberikan alternatif kontrasepsi bagi perempuan yang sangat khawatir dengan kenaikan berat badan atau yang telah mengalami peningkatan berat badan yang signifikan.

Penelitian ini memberikan wawasan penting tentang efek samping yang mungkin dihadapi oleh pengguna kontrasepsi hormonal dan menekankan perlunya pendekatan yang lebih holistik dan

responsif dalam penyuluhan dan manajemen efek samping kontrasepsi. Ini akan membantu meningkatkan kepuasan dan kepatuhan terhadap penggunaan kontrasepsi, serta kesejahteraan keseluruhan perempuan yang menggunakan metode kontrasepsi hormonal. Kenaikan berat badan tinggi diartikan lebih dari dua kilogram dalam satu tahun. Peningkatan berat badan yang signifikan dapat berpengaruh pada kondisi kesehatan tubuh dan obesitas.

6. Hubungan Penggunaan Kontrasepsi hormonal dengan Kenaikan Berat Badan

Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 42 responden yang mengalami kenaikan berat badan tinggi, sebanyak 17 orang (40,5%) menggunakan kontrasepsi hormonal kombinasi. Selain itu, dari 65 responden yang mengalami kenaikan berat badan tinggi, sebanyak 40 orang menggunakan kontrasepsi hormonal progestin. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p value adalah 0,094, yang berarti bahwa hipotesis nol (H_0) diterima dan hipotesis alternatif (H_a) ditolak. Dengan kata lain, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Tri Yosi Anggreni, S.Keb Ujanmas Baru Kabupaten Muara Enim pada tahun 2024.

Hasil penelitian ini menunjukkan peningkatan berat badan tinggi terjadi lebih banyak pada akseptor KB hormonal progestin dibandingkan dengan akseptor KB hormonal kombinasi. Meskipun demikian menunjukkan bahwa keduanya tidak ada hubungan yang bermakna. Sehingga dapat diartikan kedua jenis kontrasepsi hormonal sama-sama meningkatkan berat badan.

Meskipun tidak ditemukan hubungan yang signifikan dalam penelitian ini, penting untuk tetap mempertimbangkan efek samping potensial dari kontrasepsi hormonal. Perempuan yang menggunakan kontrasepsi hormonal perlu mendapatkan informasi yang komprehensif tentang kemungkinan perubahan berat badan dan cara-cara untuk mengelolanya. Edukasi tentang gaya hidup sehat, termasuk diet seimbang dan aktivitas fisik yang teratur, harus menjadi bagian dari konseling kontrasepsi untuk membantu perempuan menjaga berat badan yang sehat.

Menurut teori, kadar estrogen dapat menyebabkan penambahan berat badan karena retensi cairan, sedangkan komponen Progesteron menyebabkan relaksasi otot pencernaan dan membuat nafsu makan menjadi meningkat. Meskipun demikian teori juga yang menjelaskan bahwa Tidak ada bukti bahwa metode kontrasepsi hormonal menyebabkan kenaikan berat badan yang konsisten umum. Kecuali pada akseptor yang sejak awal mengalami kelebihan berat badan (King et al., 2019).

Berbeda dengan penelitian, (Dewi et al., 2023), menunjukkan bahwa dari 92 subjek penelitian memperlihatkan ada hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan ($p=0,001$) dan uji chi square menunjukkan terdapat hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi dengan peningkatan berat badan ($p=0,001$). Peningkatan berat badan pada ibu-ibu dipengaruhi oleh lama penggunaan kontrasepsi hormonal. Lama penggunaan kontrasepsi jenis hormonal perlu diperhatikan sebagai dasar perwujudan program pencegahan peningkatan berat badan pada akseptor keluarga berencana.

Penelitian ini didukung oleh, kajian sistematis menyatakan bahwa orang dengan risiko rendah tidak akan meningkatkan berat badan secara signifikan terhadap lama pemakaian kontrasepsi (WHO, 2020). Adanya perbedaan antara teori dan hasil penelitian ini dikarenakan ada beberapa factor yang mempengaruhi kenaikan berat badan pada akseptor KB hormonal. Faktor tersebut diantaranya adalah umur, pola makan, aktivitas fisik dan dukungan suami. Faktor tersebut juga mempengaruhi asupan makanan dan metabolisme tubuh yang berdampak pada berat badan akseptor KB (Sembiring et al., 2019).

Hasil yang sama pada penelitian (Firrahmawati et al., 2022), menunjukkan bahwa penelitian menunjukkan rata-rata penggunaan kontrasepsi hormonal adalah 86,1 (52,10) bulan. Sebagian besar responden tidak mengalami peningkatan berat badan sebesar 81,3%. Hasil uji statistik menunjukkan

nilai p value sebesar 0,908. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah tidak ada perbedaan durasi penggunaan kontrasepsi hormonal pada akseptor KB dengan penambahan berat badan.

Pada penelitian sebelumnya, selain hormonal kontrasepsi terdapat faktor lain yang mempengaruhi kondisi atau berat badan seseorang, usia, stress seperti makanan yang dimakan, frekuensi makan sehari, dan cara aktivitas fisik yang dilakukan (Dabas et al., 2024).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan di kalangan responden. Hal ini menekankan pentingnya pendekatan yang individual dalam pemberian layanan kontrasepsi. Penyedia layanan kesehatan harus mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi berat badan dan memberikan dukungan yang tepat untuk membantu perempuan mengelola efek samping yang mungkin terjadi.

Peningkatan berat badan pada akseptor KB hormonal tidak hanya dipengaruhi oleh perubahan hormon sebagai akibat penggunaan kontrasepsi. Kedua hormone baik progesterin maupun kombinasi berpengaruh pada peningkatan berat badan sehingga tidak ada perbedaan berat badan pada kedua jenis akseptor. Ada faktor lain yang dapat mempengaruhi peningkatan berat badan pada seseorang. Faktor-faktor tersebut misalnya adalah adanya kebiasaan makan banyak pada akseptor, ataupun karena banyak makan tetapi kurang olah raga atau kurangnya aktifitas fisik, keturunan obesitas, faktor fisiologis tubuh, penambahan usia, gangguan hormone.

Rekomendasi yang dapat diberikan berdasarkan temuan ini termasuk perlunya penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar dan metode yang lebih rinci untuk mengeksplorasi hubungan antara kontrasepsi hormonal dan kenaikan berat badan. Selain itu, pengembangan program edukasi yang komprehensif tentang manajemen berat badan dan gaya hidup sehat sangat penting untuk membantu perempuan membuat keputusan yang informasi tentang penggunaan kontrasepsi.

Dengan demikian, penelitian ini memberikan wawasan penting tentang penggunaan kontrasepsi hormonal dan kenaikan berat badan, serta menekankan pentingnya dukungan dan informasi yang komprehensif bagi pengguna kontrasepsi. Hal ini akan membantu meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup perempuan yang menggunakan metode kontrasepsi hormonal di masa depan

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara penggunaan kontrasepsi hormonal, baik progesterin maupun kombinasi, dengan kenaikan berat badan pada akseptor di TPMB Tri Yosi Anggraeni, S.Keb Desa Ujanmas Baru, Kabupaten Muaraenim tahun 2024. Meskipun sebagian besar responden mengalami kenaikan berat badan, hasil statistik menunjukkan bahwa kenaikan tersebut tidak terkait langsung dengan jenis kontrasepsi yang digunakan.

SARAN

Disarankan agar akseptor tetap menjaga pola makan dan aktivitas fisik yang seimbang, serta bagi tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi terkait manajemen berat badan dan potensi efek samping kontrasepsi hormonal. Penelitian lebih lanjut dengan sampel lebih besar dan faktor tambahan juga direkomendasikan untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

Aprilia Arbatika, Metha FahrianSuryadi, & Iwan Suryadi. (2024). Hubungan Paritas Dan Pengetahuan

- Dengan Penggunaan Kontrasepsi Implant Di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Rupit Kabupaten Musi Rawas Utara. *Jurnal Ilmiah Penelitian Mandira Cendikia*, 2(8), 61–70. <https://journal-mandiracendikia.com/jip-mc>
- BKKBN. (2017). Laporan Kinerja Instansi Pemerintah 2016 Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. *Buku*, 1–102.
- BKKBN. (2018). *Laporan tahunan KB pasca persalinan tahun 2017*.
- Caldwell, A. E., Phelan, S., Zaman, A., Ostendorf, D. M., Pan, Z., Swanson, B. B., Wyatt, H. R., Bessesen, D. H., Melanson, E. L., & Catenacci, V. A. (2020). Impact of Combined Hormonal Contraceptive Use on Weight Loss : A Secondary Analysis of a Behavioral. *Obesity*, 28(6), 1–10. <https://doi.org/10.1002/oby.22787>
- Cipriani, S., Todisco, T., Scavello, I., Di, V., Elisa, S., & Linda, M. (2019). Obesity and hormonal contraception : an overview and a clinician ' s practical guide. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s40519-019-00774-w>
- Dabas, J., Priya, S. S., Alawani, A., & Budhrani, P. (2024). What could be the reasons for not losing weight even after following a weight loss program? *Journal of Health, Population and Nutrition*, 1–20. <https://doi.org/10.1186/s41043-024-00516-4>
- Dewi, N. K. E. K., Wandia, M., & Permatananda, P. A. N. K. (2023). Type and Duration of Use of Hormonal Contraceptives as a Trigger for Maternal Weight Increase in Family Planning Acceptors in Bali : A Cohort Study. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 16(02), 99–106.
- Dinkes Prov Sumsel. (2022). Membangun Sumsel Yang Sehat Sumsel Yang Maju Untuk Semua. *Profil Kesehatan Provinsi Sumsel 2021*, 259.
- Fauziah. (2020). Praktik Asuhan Pelayanan Keluarga Berencana (KB). *Pena Persada*, 1–112.
- Firrahmawati, L., Wahyuni, E. S., & Silvitasari, I. (2022). *The Duration of Hormonal Contraceptive Use is Not Related to Weight Gain*. 20(1), 64–72.
- Fitriana, L., Liliana, A., & Wulandari, I. A. D. (2022). Hubungan Pendidikan dan Paritas Ibu Terhadap Pemilihan KB Di Puskesmas Banjar II Buleleng Bali. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1 SE-Articles), 34–45. <https://doi.org/10.32584/jikm.v5i1.1481>
- Jurisman, A., & Kurniati, R. (2016). *Hubungan Karakteristik Ibu dengan Pemilihan Kontrasepsi di Puskesmas Padang Pasir Padang*. 5(1), 191–195.
- Karimah, I. N. (2019). Perbedaan Kontrasepsi Hormonal Suntik Dmpa Dan Pil Kombinasi Dengan Penurunan Gairah Seksual Akseptor Kb Di Wilayah Kerja Puskesmas Pekauman Kota Banjarmasin Tahun 2019. *Journal of Midwifery and Reproduction*, 3(1), 21. <https://doi.org/10.35747/jmr.v3i1.406>
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
- King, T. L., Brucker, M. C., Osborne, K., & Jevitt, C. (2019). *Varney's Midwifery*. World Headquarters Jones & Bartlett Learning.
- Koes Irianto. (2019). *Pelayanan Keluarga Berencana Dua Anak Cukup*. Alfabeta.
- Luba, S., & Rukinah, R. (2021). Faktor yang Mempengaruhi Akseptor Kb dalam Memilih Alat Kontrasepsi. *JIKSH: Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 253–258.
- Marliana, L., Meliyanti, M., Herawati, Y., Rahmawati, N., & Indriatri, M. (2023). *Perbandingan*

pengetahuan dan sikap Wanita Usia Subur (WUS) antara akseptor KB hormonal dan MKJP (Metode Kontrasepsi Jangka Panjang) di PMB NY.L Kota Bandung Tahun 2023. 1–4.

Marmi. (2020). *Buku Ajar Pelayanan KB*. Pustaka Belajar.

Matahari, R., & Utami, F. P. (2020). *Buku Ajar Keluarga Berencana dan Kotrasepsi*. Penerbit Pustaka Ilmu.

Nugroho, S. (2019). PERBEDAAN KARAKTERISTIK WANITA PENGGUNA ALAT KONTRASEPSI HORMONAL DAN NON HORMONAL DI PT GREAT GIANT FOODS. In *Universitas Lampung* (Vol. 8, Issue 5).

Ode, W., Marwati, S., & Novitasari, A. (2020). *363-Article Text-847-1-10-20201019*. 3(1), 59–66.

Priyanti, S. dan A. D. S. (2020). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana*. CV. Kekata Group.

Puspita, I. M., Nur Hidayatul Aniyah, & Rizki Noviandini. (2022). Perbedaan Peningkatan Berat Badan Sebagai Efek Samping Pemakaian Kontrasepsi Hormonal. *SINAR Jurnal Kebidanan*, 4(2), 1–8.

Putri, L. A., & Nikmah, N. (2021). Gambaran Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dan Kejadian Efek Samping Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Pada Wanita Usia Subur. *IJMT: Indonesian Journal of Midwifery Today; Vol 1 No 1 (2021)DO - 10.30587/Ijmt.V1i1.3319* . <https://journal.umg.ac.id/index.php/ijmt/article/view/3319>

Rabie, F. M., Zarzour, A., & Mossad, E. E. (2023). *Egyptian Journal of Community Medicine*. 41(2), 149–156.

Rosano, G. M. C., Rodriguez-martinez, M. A., Regidor, P. A., & Spoletini, I. (2022). *Obesity and contraceptive use: impact on cardiovascular risk*. September, 3761–3767. <https://doi.org/10.1002/ehf2.14104>

Secor, R. M., & Stendig-Raskin, I. (2019). Medical Eligibility Criteria for Contraceptive Use. *Advanced Health Assessment of Women*. <https://doi.org/10.1891/9780826124623.0026>

Sembiring, J. B., Suroyo, R. B., & Asnita, L. (2019). *FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENINGKATAN THE RELATED FACTORS TO THE WEIGHT GAIN OF INJECTABLE*. 17(1).

Shintya, L. A. (2022). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Ibu-Ibu Di Desa Motoling. *Klabat Journal of Nursing*, 4(1), 74. <https://doi.org/10.37771/kjn.v4i1.798>

Simangunsong, D. E., & Marlisa, M. (2022). *Women ' s Weight Gain Analysis Using the Neural Network Method in Medan , Indonesia*. 10, 698–703.

Sulistiyawati, A. (2020). *Pelayanan Keluarga berencana*. salemba medika.

Viandika, N. (2020). Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal Dengan Peningkatan Berat Badan Di Bps Sunarsih Ngajum Kabupaten Malang. 2(1), 1–9.

WHO. (2020). Family Planning / Contraception Methods Key facts. *World Health Organization*, 1–5.

Zaini, H. H., Theng, C. A., Hadi, A., & Manaf, A. (2023). Weight Change at 12 Months among Hormonal Contraceptive Users at Nur Sejahtera Clinics of National Population and Family Development Board (LPPKN): A Retrospective Study. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 19(5), 104–110. <https://doi.org/10.47836/mjmhs.19.s17.14>



Zulfikar, N., & Ginting, S. (2023). Latihan Senam Aerobik Dalam Hal Menurunkan Berat Badan Pada Ibu Dengan Efek Samping Pengguna Alat Kontrasepsi Suntik Di Wilayah Kerja Puskesmas Mulyorejo Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang. *Communnity Development Journal*, 4(1), 741–746.