

HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK DMPA DENGAN PENINGKATAN BERAT BADAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MARTAPURA 1

Khairunnida ¹, Rida Kirana ², Efi Kristiana ³, Fitria Jannatul Laili ⁴

Midwifery Program, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Submitted : 6 Januari 2026
Accepted : 9 Januari 2026
Published : 10 Januari 2026

KEYWORDS

DMPA Injection, Duration of Use, Weight Gain.

Suntik DMPA, Lama Pemakaian, Peningkatan Berat Badan

KORESPONDENSI

Phone:

E-mail:

Kn201661@gmail.com

A B S T R A C T

Introduction: The most widely used injectable contraceptive is Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA). In Martapura District, the most common injection was 240 injections from 2022 to 2025. Weight gain is a frequently reported side effect, which can impact health, especially in women. **Objective:** This study aims to determine the relationship between duration of DMPA injectable contraceptive use and weight gain among users in the Martapura 1 Community Health Center work area. **Method:** This study used a quantitative method with a cross-sectional approach, utilizing secondary data (family planning registers) and primary data (measurements). The population consisted of 240 DMPA injectable users from January 2022 to December 2025. Statistical analysis used Chi-Square. **Results:** The Chi-Square test showed no statistically significant relationship between duration of DMPA injectable contraceptive use and weight gain among users in the Martapura 1 Community Health Center work area ($p > 0.05$). Although descriptively, there was a trend toward weight gain among users with duration of use ≥ 1 year (65.8%) compared to users with duration of use < 1 year (34.2%), this difference was not strong enough to be considered statistically significant. **Conclusion:** There is no association between the duration of DMPA injectable contraceptive use of ≥ 1 year and weight gain in DMPA injectable contraceptive acceptors at Martapura 1 Community Health Center in 2025.

A B S T R A K

Latar Belakang: Kontrasepsi suntik paling banyak digunakan adalah suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA), di kecamatan Martapura 2022-2025 paling banyak adalah suntikan sebanyak 240. Penambahan berat badan merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan, dimana hal ini dapat mempengaruhi kesehatan khususnya pada wanita. **Tujuan:** Untuk mengetahui Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 1. **Metode:** Jenis penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional, menggunakan data sekunder (register KB) dan data primer (pengukuran). Populasi yaitu akseptor suntik DMPA Januari 2022-Desember 2025 sebanyak 240 akseptor, Analisa uji statistik menggunakan Chi-Square. **Hasil:** Uji Chi-Square menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan pada akseptor di wilayah kerja Puskesmas Martapura 1 ($p > 0,05$). Meskipun secara deskriptif terlihat kecenderungan peningkatan berat badan pada akseptor dengan lama penggunaan ≥ 1 tahun (65,8%) dibandingkan dengan akseptor yang menggunakan < 1 tahun (34,2%), perbedaan ini tidak cukup kuat untuk dinyatakan bermakna secara statistik. **Kesimpulan:** Tidak terdapat adanya hubungan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA ≥ 1 tahun dengan terjadinya peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik DMPA di Puskesmas Martapura 1 Tahun 2025.

PENDAHULUAN

Penambahan atau penurunan penduduk yang disebabkan oleh kelahiran, kematian, dan perpindahan disebut pertumbuhan penduduk. Menurut data terbaru, jumlah penduduk Indonesia adalah sekitar 281,6 juta jiwa pada tahun 2024. Ini menempatkan Indonesia posisi keempat penduduk terbanyak di dunia. (Badan Pusat Statistik, 2024).

Kebijakan pemerintah memainkan peran penting dalam mengendalikan laju pertumbuhan penduduk. Salah satu kebijakan pemerintah yaitu dengan program Keluarga Berencana, program ini telah ada di Indonesia sejak tahun 1970 dan berfokus pada penggunaan alat kontrasepsi untuk mencegah atau menunda kehamilan kelurahan (Oebufu, 2019).

Keluarga berencana merupakan upaya pasangan suami istri untuk menghitung jumlah dan penyebaran anak yang mereka butuhkan. Usaha yang dimaksud meliputi kontrasepsi atau pencegahan kehamilan dan pengaturan keluarga (Fauziah, 2020).

Banyak jenis alat kontrasepsi, salah satu yang paling diminati adalah KB suntik 3 bulan, yang diberikan melalui suntikan intramuskular setiap 3 bulan berisi 150 mg *Depo Medroksi Progesteron Acetat* (Damayanti et al., 2023). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa metode kontrasepsi suntikan adalah yang paling banyak digunakan oleh wanita yang menikah pada tahun 2023, dengan persentase sebesar 62,42%. Metode lain seperti pil, susuk KB, dan IUD juga digunakan, tetapi dengan persentase yang lebih rendah (Santika, 2024).

Menurut data jumlah pemakaian kontrasepsi dari dinas kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan tahun 2022, persentase penggunaan kontrasepsi suntik tertinggi di Kalimantan Selatan sebesar 57,07%, diikuti oleh penggunaan pil sebesar 33,8%. Penggunaan kontrasepsi suntik di Kota Banjarmasin sebesar 62,1%, dan pil sebesar 33,6%. (A. Rahmah et al., 2024).

Berdasarkan data wilayah kerja Tahun 2024, wilayah kerja UPT Puskesmas Martapura 1 menduduki urutan pertama peserta Keluarga Berencana aktif menggunakan alat kontrasepsi suntik sebesar 89.49%, disusul urutan kedua ada Puskesmas Gambut sebesar 79.00% dan urutan ketiga ada Puskesmas Kertrak Hanyar sebesar 70,29% (Dinkes Kab. Banjar, 2024).

Faktor- faktor yang menyebabkan akseptor KB suntik DMPA mengalami kenaikan berat badan diantaranya efek hormon progestin dalam DMPA yang merangsang pusat nafsu makan di hipotalamus, meningkatkan timbunan lemak, serta pengaruh terhadap metabolisme tubuh, dan faktor eksternal seperti kurangnya aktivitas fisik dan pola makan yang buruk yang dapat memperparah penumpukan lemak. Adapun penambahan secara signifikan adalah bertambahnya berat badan antara 1-5 kg. Alasan kenaikan berat badan belum jelas. Kenaikan berat badan mungkin disebabkan oleh progesteron sehingga memudahkan perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak di bawah kulit, selain itu bahan progesteron juga menyebabkan peningkatan nafsu makan dan mengurangi aktifitas fisik (Purba, 2023).

Berlebihan berat badan dapat menyebabkan masalah kesehatan, efek psikologis, dan penurunan kepercayaan diri terhadap lingkungan sekitar. Kelebihan berat badan, atau obesitas, dapat menyebabkan perubahan dalam metabolisme, seperti peningkatan trigliserida, penurunan kadar kolesterol HDL, dan peningkatan tekanan darah, yang merupakan bagian dari sindrom metabolik. Kemudian obesitas juga dapat membuat kondisi tubuh mengalami penurunan seperti asma, osteoarthritis pada lutut dan pinggul, pembentukan batu empedu, *sleep apnea*, dan nyeri pinggang. Obesitas juga dapat berdampak pada metabolisme (Kementerian Kesehatan RI, 2021 dalam (Isnandar et al., 2024) .

Faktor-faktor yang menyebabkan peningkatan berat badan bukan saja dari faktor hormonal ada juga faktor psikologis, genetik, lingkungan, diet dan kurangnya aktivitas fisik. Mengatasinya dengan memberi KIE, atau penjelasan penyebab perubahan berat badan, sehingga akseptor atau ibu tidak merasa khawatir keadaan. Tambahan berat badan ini

adalah secara sementara dan secara individual (tidak terjadi) Untuk setiap pemakai suntikan, tergantung pada bagaimana tubuh wanita itu menanggapi terhadap.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional, menggunakan data sekunder (register KB) dan data primer (pengukuran). Populasi yaitu akseptor suntik DMPA Januari 2022-Desember 2025 sebanyak 240 akseptor, Analisa uji statistik menggunakan *Chi-Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden disajikan dari data yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada 240 Akseptor, Pengumpulan data diperoleh dari buku register KB di wilayah kerja Puskesmas Martapura. Karakteristik responden ini meliputi umur, paritas, Berat badan awal dan berat badan akhir yang disajikan dalam Tabel sebagai berikut:

Tabel 1 Karakteristik Akseptor Suntik DMPA di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 1

	Usia	Frekuensi	Persentase
1	< 20 tahun	0	0
	20-35 tahun	155	64.60
	> 35 tahun	85	35.40
	Total	240	100
	Paritas	Frekuensi	Persentase
2	Nulipara	1	0.40
	Primipara	20	8.30
	Multipara	214	89.16
	Grande Multipara	5	2.10
	Total	240	100
	Berat Badan Awal	Frekuensi	Persentase
3	23–55 kg	88	36,67
	56–65 kg	92	38,33
	66–75 kg	43	17,92
	76–98 kg	17	7,08
	Total	240	100
	Berat Badan Akhir	Frekuensi	Persentase
4	30–64 kg	52	21,67
	65–75 kg	108	45,00
	76–85 kg	58	24,17
	86–99 kg	22	9,17
	Total	240	100

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas akseptor berusia 20–35 tahun (64,60%), yang menunjukkan bahwa kontrasepsi suntik DMPA banyak digunakan oleh wanita usia reproduktif aktif. Dari segi paritas, Sebagian ibu dengan kategori multipara dimana terdapat 214 (89.16%) yang mengalami peningkatan berat badan. Berat badan awal paling banyak berada pada rentang 56–65 kg (38,33%), sedangkan berat badan akhir bergeser ke rentang 65–75 kg (45,00%), yang mencerminkan kecenderungan peningkatan berat badan. Secara keseluruhan, 81,25% akseptor mengalami peningkatan berat badan, dengan mayoritas naik 1–5 kg (46,67%).

Dari karakteristik paritas, sebagian besar akseptor memiliki dua anak, dengan persentase sebesar 66,70%. Hal ini menggambarkan bahwa suntik DMPA lebih banyak digunakan oleh perempuan yang telah merasa cukup dengan jumlah anaknya dan ingin menunda atau mencegah kehamilan selanjutnya. Paritas multigravida muncul dalam persentase yang cukup signifikan, sedangkan paritas sangat tinggi yaitu multigravida.

Berat badan awal akseptor menunjukkan variasi yang luas, mulai dari 23 kg hingga 98 kg, dengan distribusi terbesar pada kelompok berat sekitar 56–65 kg. Variasi ini menunjukkan bahwa pengguna suntik DMPA berasal dari berbagai latar belakang kondisi fisik. Berat badan sebelum penggunaan kontrasepsi menjadi data penting untuk penilaian perubahan berat badan akibat penggunaan DMPA.

Berat badan akhir akseptor juga menunjukkan rentang yang luas, yaitu 30–99 kg, dengan kelompok terbanyak berada pada rentang 65–75 kg. Dibandingkan dengan berat badan awal, tampak kecenderungan adanya peningkatan berat badan pada sebagian akseptor, yang sesuai dengan efek samping DMPA yang diketahui dapat menyebabkan peningkatan nafsu makan dan retensi cairan. Data ini penting untuk dievaluasi dalam konteks konseling kontrasepsi agar akseptor memahami kemungkinan perubahan fisik selama penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA.

Secara keseluruhan, data karakteristik ini memberikan gambaran bahwa akseptor suntik DMPA didominasi oleh perempuan usia produktif dengan paritas sedang dan menunjukkan variasi berat badan yang luas, dengan kecenderungan peningkatan berat badan setelah penggunaan

2. Data Khusus Penelitian

a. Analisis Univariat

Analisa Univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan setiap variable penelitian, yaitu:

1) Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA di Puskesmas Martapura 1

Lama Penggunaan	Frekuensi	Persentase (%)
< 1 tahun	82	34,2
≥ 1 tahun	158	65,8
Total	240	100

Berdasarkan Tabel 2, mayoritas akseptor menggunakan kontrasepsi suntik DMPA selama ≥ 1 tahun (65,8%), yang menunjukkan tingginya kepatuhan dan kepuasan terhadap metode ini.

Tabel 2 Sebagian besar akseptor menggunakan Kontrasepsi Suntik DMPA dalam jangka waktu lebih dari 1 tahun, yaitu sebanyak 158 orang (65,8%). Sementara itu, 82 orang (34,2%) menggunakan DMPA selama kurang dari 1 tahun.

2) Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik DMPA

Tabel 3 Distribusi Perubahan Berat Badan Akhir
Akseptor KB Suntik DMPA

Perubahan Berat Badan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak meningkat	45	18,8
Meningkat	195	81,3
Total	240	100

Berdasarkan Tabel 3, sebagian besar akseptor mengalami peningkatan berat badan (81,3%), yang konsisten dengan efek samping hormonal Kontrasepsi Suntik DMPA

b. Analisis Bivariat

Uji bivariat dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dua variabel. Dalam penelitian ini, uji Chi-Square digunakan untuk melihat hubungan antara lama penggunaan suntik DMPA dengan perubahan berat badan akhir akseptor.

Hasil uji disajikan dalam Tabel frekuensi dan persentase sebagai berikut :

Tabel 4 Hubungan Lama Penggunaan KB suntik DMPA dengan
Perubahan Berat Badan Akhir

No	Lama Penggunaan	Berat Badan Akhir						p-Value
		Tidak meningkat		Meningkat		Total		
		N	%	N	%	N	%	
1	< 1 tahun	18	22.0	64	78.0	82	100.0	0.459
2	≥ 1 Tahun	27	17.1	131	82.9	158	100.0	
	Jumlah	45	18.8	195	81.3	240	100.0	

Tabel 4 memperlihatkan data, bahwa dari 82 responden yang lama penggunaan KB suntik DMPA < 1 tahun sebanyak 64 orang (78.0%) mengalami peningkatan berat badan dan dari 158 responden yang lama penggunaan KB Suntik DMPA ≥ 1 tahun sebanyak 131 orang (82.9%) mengalami peningkatan KB Suntik DMPA dengan peningkatan berat badan.

Hasil uji statistik dengan Chi-square test mendapatkan *P Value* = 0.459, ini berarti tidak ada hubungan antara lama penggunaan KB Suntik DMPA, nilai *p-value* = 0,459 (> 0,05), yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan

B. Pembahasan

1. Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan lama penggunaan KB suntik DMPA dengan Peningkatan berat badan Hasil menunjukkan bahwa mayoritas akseptor menggunakan kontrasepsi suntik DMPA selama ≥ 1 tahun, yaitu sebanyak 158 orang (65,8%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah menggunakan metode ini dalam jangka waktu relatif panjang. Sementara itu, 82 orang (34,2%) merupakan pengguna baru dengan lama penggunaan kurang dari 1 tahun.

Secara teori, penelitian oleh Juniastuti et al. (2023) di Jurnal Ilmu Kebidanan menemukan hubungan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan

gangguan menstruasi pada akseptor KB suntik 3 bulan, di mana pengguna jangka panjang (>1 tahun) sering mengalami amenorea atau perdarahan tidak teratur sebagai efek samping utama, yang dapat memengaruhi kepatuhan. Studi literatur review oleh Restanty et al. (2022) di ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan melaporkan bahwa lama penggunaan DMPA berhubungan dengan kejadian disfungsi seksual, dengan risiko meningkat pada pengguna >1 tahun, meskipun banyak akseptor tetap melanjutkan karena manfaat kontrasepsi yang efektif.

Selain itu, Astuti (2024) dalam Jurnal Keperawatan GSH menyimpulkan bahwa lama pemakaian DMPA memengaruhi kembalinya kesuburan pasca-penggunaan, dengan delay fertilitas lebih panjang pada pengguna >1 tahun, tetapi tingkat continuation tetap tinggi di kalangan akseptor Indonesia karena akses mudah dan edukasi KB. Penelitian lain oleh Astuti (2023) di Jurnal Keperawatan GSH menyoroti faktor-faktor yang memengaruhi minat penggunaan metode jangka panjang seperti DMPA, termasuk kekhawatiran efek samping, tetapi menunjukkan bahwa di wilayah pedesaan Indonesia, continuation rate DMPA mencapai >60% setelah 1 tahun berkat dukungan layanan kesehatan primer.

Di konteks Indonesia dan Asia, DMPA sangat populer, dengan prevalensi >20% di beberapa negara seperti Indonesia (data global 2019-2023). Studi lokal di Indonesia menunjukkan bahwa lama penggunaan DMPA sering dikaitkan dengan efek samping seperti gangguan siklus menstruasi (hipermenorea atau amenorea) pada pengguna >1 tahun (Hamang, 2023), peningkatan kadar trigliserida dan kolesterol (studi 2025), serta peningkatan berat badan yang signifikan pada pengguna >3-4 tahun. Meskipun demikian, tingginya proporsi pengguna jangka panjang di penelitian ini (65,8% $\geq$ 1 tahun) lebih tinggi dibandingkan beberapa studi global yang melaporkan discontinuation hingga 45-50% pada tahun pertama, mungkin karena faktor lokal seperti akses mudah di puskesmas, Konseling yang memadai, atau preferensi akseptor terhadap metode non-harian.

Sangat positif dan menunjukkan bahwa DMPA tetap menjadi pilihan utama kontrasepsi di wilayah Martapura, dengan tingkat yang tinggi meskipun potensi efek samping jangka panjang seperti gangguan metabolik (peningkatan berat badan) dan menstruasi telah banyak. Bahwa keberhasilan ini didukung oleh pelayanan KB yang baik di Puskesmas Martapura 1.

2. Peningkatan Berat Badan Akseptor Suntik DMPA

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas akseptor (81,3%) mengalami peningkatan berat badan selama menggunakan DMPA, yang mencerminkan prevalensi tinggi efek samping ini pada metode kontrasepsi hormonal suntik. Proporsi yang signifikan ini mengindikasikan bahwa kenaikan berat badan menjadi salah satu faktor utama yang memengaruhi kepuasan dan kelanjutan penggunaan DMPA, meskipun metode ini tetap populer karena efektivitasnya.

Penjelasan lebih lanjut mengapa tidak terdapat hubungan ini dapat dikaitkan dengan beberapa kemungkinan. Faktor confounding lain lebih dominan. Peningkatan berat badan pada akseptor DMPA tidak hanya dipengaruhi oleh durasi paparan hormon progesteron, tetapi lebih kuat dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti pola makan, tingkat aktivitas fisik, metabolisme individu, faktor genetik, usia, dan paritas.

Efek hormonal tidak selalu kumulatif, meskipun beberapa literatur menyebutkan risiko lebih tinggi pada pemakaian jangka panjang, pada populasi ini efek tersebut mungkin telah tercapai pada tahun pertama, sehingga perpanjangan penggunaan tidak memberikan tambahan risiko signifikan.

Variasi respons individu tubuh setiap wanita merespons hormon DMPA secara berbeda, ada yang sensitif terhadap perubahan nafsu makan dan retensi lemak sejak awal, sementara yang lain tetap stabil meskipun digunakan dalam jangka panjang.

Secara teori peningkatan berat badan selama menggunakan DMPA didefinisikan sebagai penambahan massa tubuh akibat hormon progesteron yang meningkatkan nafsu makan dan retensi lemak (Rahmawati, 2020). Ini sejalan dengan Rahmah (2021) dan Innas (2019) yang menyebut progesteron merangsang hipotalamus, menyebabkan asupan kalori berlebih. Faktor lain seperti usia 20–35 tahun (64,60%) dan paritas multipara (89,16%) berkontribusi, karena usia produktif meningkatkan efek hormonal (Zubaidah, 2021) dan paritas tinggi terkait retensi insulin (Fritz & Speroff). Namun, 18,8% tidak mengalami peningkatan, mungkin karena gaya hidup sehat (Setyorini & Lieskusumawati, 2019). Secara keseluruhan, peningkatan berat badan dipengaruhi hormon, usia, paritas, dan faktor eksternal, dengan mayoritas mengalami obesitas.

Studi di Indonesia menunjukkan konsistensi efek samping ini. Misalnya, penelitian oleh Raidanti (2021) dalam *Maternal & Neonatal Health Journal* menemukan pengaruh signifikan KB suntik DMPA terhadap kenaikan berat badan pada akseptor di Puskesmas Tanah Abang Jakarta, dengan mayoritas responden mengalami peningkatan setelah penggunaan rutin, yang dikaitkan dengan mekanisme progestin yang memengaruhi metabolisme lemak. Studi oleh Ainiyah (2023) di *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* menyimpulkan adanya hubungan positif antara kontrasepsi suntik DMPA 3 bulan dengan perubahan berat badan akseptor, di mana peningkatan sering menjadi alasan diskontinuitas, meskipun edukasi dapat mitigasi kekhawatiran tersebut. Selain itu, Sandra et al. (2020) dalam *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory* melaporkan hubungan penggunaan DMPA dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB, dengan prevalensi tinggi di kalangan wanita usia reproduktif di Indonesia, yang didukung oleh data cross-sectional menunjukkan korelasi dengan durasi penggunaan.

Temuan ini mengkhawatirkan karena peningkatan berat badan yang tinggi (81,3%) dapat berdampak pada kesehatan jangka panjang, seperti risiko obesitas dan gangguan metabolik, sebagaimana dilaporkan dalam literatur Indonesia terkini. meskipun DMPA efektif untuk pencegahan kehamilan, keberhasilan program KB di Puskesmas Martapura 1 bergantung pada Konseling yang lebih intensif tentang manajemen berat badan, seperti rekomendasi diet dan olahraga, untuk mengurangi diskontinuitas. Disarankan pula eksplorasi alternatif seperti DMPA subkutan atau metode non-hormonal bagi akseptor rentan. Secara keseluruhan, hasil ini menekankan perlunya integrasi pemantauan berat badan dalam layanan KB untuk meningkatkan kepuasan akseptor di komunitas lokal.

3. Huibuingan Lama Peingguinaan Kontrasepsi Suintik DMPA deingan Peiningkatan Beirat Badan

Hasil penelitian ini menunjukkan tidak adanya hubungan ($p\text{-value} = 0,459$) antara lama penggunaan DMPA dengan peningkatan berat badan, meskipun proporsi peningkatan berat badan sedikit lebih tinggi pada pengguna jangka panjang (82,9%) dibandingkan pengguna baru (78,0%). Hal ini mengimplikasikan bahwa efek samping peningkatan berat badan pada DMPA cenderung terjadi secara umum, tidak bergantung pada durasi penggunaan minimal 1 tahun.

Meskipun proporsi lebih tinggi pada ≥ 1 tahun, ini bertentangan dengan Jumrana dkk. (2023) dan Widayati (2023) yang menemukan risiko lebih tinggi pada pemakaian jangka panjang karena akumulasi hormon. Wahidin (2021) dan Innas (2019)

juga mendukung peningkatan berat badan jangka panjang akibat penurunan estrogen. Namun, hasil ini sejalan dengan kesimpulan bahwa faktor lain seperti metabolisme individu, pola makan, dan aktivitas fisik lebih dominan (Berliani et al., 2022). Penelitian Dewi dkk. (2016) menunjukkan kenaikan signifikan pada tahun pertama (2-3 kg), tapi tidak selalu bertambah di tahun berikutnya. Dalam konteks ini, akseptor mungkin sudah nyaman dengan DMPA meski ada risiko, tapi edukasi tetap diperlukan untuk mengontrol berat badan. Temuan tidak signifikan di penelitian ini selaras dengan beberapa laporan yang menunjukkan peningkatan berat badan terjadi merata sejak tahun pertama, tanpa peningkatan proporsional yang signifikan pada durasi lebih panjang dalam batas 1 tahun.

Meskipun secara statistik tidak berhubungan, terdapat kecenderungan proporsi peningkatan berat badan lebih tinggi pada pengguna ≥ 1 tahun. Peneliti berpendapat bahwa tidak adanya hubungan signifikan ini mungkin dipengaruhi oleh faktor lain seperti pola makan dan aktivitas fisik akseptor di wilayah Martapura, yang tidak dikontrol dalam penelitian ini. Disarankan untuk penelitian lanjutan dengan kategori durasi lebih panjang (>2 tahun) dan pengukuran kuantitatif kenaikan berat badan (kg), serta integrasi konseling tentang manajemen berat badan sejak awal penggunaan untuk mencegah diskontinuitas. Secara keseluruhan, hasil ini memperkuat bahwa DMPA tetap aman digunakan, tetapi pemantauan berat badan rutin di puskesmas diperlukan untuk mendukung kesehatan akseptor jangka panjang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian tentang lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Martapura 1 tahun 2025, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA dengan lama penggunaan ≥ 1 tahun sebanyak 158 akseptor (65,8%), dan lama penggunaan <1 tahun sebanyak 82 akseptor (34,2%).
2. Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 195 akseptor (81,3%), yang tidak mengalami peningkatan 45 akseptor (18,8%).
3. Tidak ada hubungan antara lama penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA ≥ 1 tahun dengan terjadinya peningkatan berat badan dengan $p\text{-value} = 0,459$

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Poltekkes Kemenkes Banjarmasin yang sudah memfasilitasi terlaksananya penelitian ini, Kepada Puskesmas Martapura 1 yang sudah memberikan izin untuk pengambilan data sekunder dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., & Munthe, S. A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Azmi, N. (2023). Mitos atau Fakta, *Usia Berpengaruh Ke Berat Badan?* Yellow Fit Kitchen. <https://yellowfitkitchen.com/detailarticle/mitos-atau-fakta-usia-berpengaruh-ke-berat-badan>
- Berliani, N. I., Ardiyanti, A., & Harjanti, A. I. (2022). Hubungan Lama Penggunaan dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor Kb Suntik 3 Bulan di Kelurahan Karanganyar. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 10(2), 91-99. <https://doi.org/10.47794/jkhws.v10i2.447>

- BPS (2024). Jumlah Penduduk Indonesia 2024, Populasi Terbesar di Jawa Barat. DetikEdu. <https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-7406664/jumlah-penduduk-indonesia-2024-populasi-terbesar-di-jawa-barat>
- Damayanti, E., Azza, A., & Salsabila, Y. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Berat Badan pada Ibu Pengguna KB Suntik 3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Tamanan Bondowoso. *Health & Medical Sciences*, 1(2), 1-7. <https://doi.org/10.47134/phms.vli2.37>
- Direktorat Kesehatan Keluarga. (2021). Pedoman Pelayanan Kontrasepsi dan Keluarga Berencana. Direktorat Kesehatan Keluarga, *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, 1(November), 1-286.
- dr. Meva Nareza T. (2022). KB suntik 3 bulan. Alodokter.Com. <https://www.alodokter.com/kb-suntik-3-bulan>
- Dwi Ariesthi, K., & Niyati fitri, H. (2019). Pengaruh penggunaan KB suntik 3 bulan terhadap peningkatan berat badan akseptor. *CHMK Midwefery Scientific Journal*, 2, 1-4.
- Fatmawati, N. M. (2023). *MEDIKA*+Vol+1+no+3+Agustus+2023+hal+244-259. 1(3).
- Fauziah. (2020). Praktik Asuhan Pelayanan Keluarga Berencana (KB). Pena Persada, 1-112. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/D6NC3>
- Gyandra Fenniokha, N., Kurniasari, D., Evayanti, Y., & Studi IV Kebidanan Universitas Malahayati, P. D. (2022). Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Mempengaruhi Kenaikan Berat Badan Ibu. *MJ (Midwifery Journal)*, 2(3), 103-111.
- Harahap, L. M. (2021). *Hubungan Pemakaian Kontrasepsi Suntik Dengan Kenaikan Berat Badan Akseptor Kb Di Klinik Bidan Rahmatun Azmi Desa Pargarutan Tahun 2021*. 1-71.
- Hariati, A., Ekawati, N., & Nugrawati, N. (2020). Gambaran Efek Samping Pemberian Kontrasepsi Suntikan Hormonal. *Jmns*, 2(1), 18-25. <http://ejournal.aktabe.ac.id/index.php/jmns/article/view/37>
- Indonesia (KBBI), kamus besar bahasa. (n.d.). *lama*. Retrieved August 26, 2024, from <https://kbbi.web.id/lama>
- Innas, S. Q., Nurmainah, & Wahdaningsih, S. (2019). Pengaruh Lama Penggunaan Suntik KB 3 Bulan (DMPA) Terhadap Kenaikan Indeks Masa Tubuh (IMT) Pada Akseptor Di Puskesmas Perumnas II Pontianak. *Universitas Tanjungpura Pontianak*, 001, 1-13.
- Isnandar, F., Yunus, M., & Hasanah, Z. (2024). Survei Tingkat Aktivitas Fisik Dan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Kb Suntik 3 Bulan. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 14(3), 1225-1232.
- Jumrana, & Husnah, A. (2023). Pengaruh Pemakaian Kontrasepsi Suntik DMPA Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB di Puskesmas Tompobulu-Gowa. *DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(3), 293-305. <https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.vli3.1264>
- Kelurahan Oebufu. (2019). Sosialisasi Keluarga Berencana Bagi PUS Kelurahan Oebufu. <https://kampungkbb.bkkbn.go.id/kampung/12940/intervensi/168446/sosialisasi-keluarga-berencana-bagi-pus>
- Kursih Sulastriningsih, Muningar, R. U. W., & Ernawati, N. (2023). Pengaruh Kenaikan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik Tiga Bulan di TPMB Bidan K Tahun 2021. *Jurnal Syntax Transformation*, 4(1), 77-85. <https://doi.org/10.46799/jst.v4i1.684>
- Masrul, M. (2018). Epidemi obesitas dan dampaknya terhadap status kesehatan masyarakat serta sosial ekonomi bangsa. *Majalah Kedokteran Andalas*, 41(3), 152. <https://doi.org/10.25077/mka.v41.13.p152-162.2018>
- Notoatmodjo. (2018). *Metode Penelitian Notoatmodjo* 2018. 38-55.

- Noviantari, D., Sriasih, N., & Mauliku, J. (2019). Hubungan Antara Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik Depo Medroxyprogesterone Acetate Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor Di Praktik Mandiri Bidan Hs Denpasar Barat Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 7(2), 71-78. <http://www.ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIK/article/view/1064>
- Nursamsiyah, N., & Rohmah, S. (2021). Gambaran Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Kb Suntik 3 Bulan Di Pmb Bidan Ambarwati Cilacap Tahun 2020. *Journal of Midwifery Public Health*, 3(1), 19. <https://doi.org/10.25157/jmph.v3i1.6789>
- Ummul Aiman, U., Hasda, S., Masita, M., & Sari, M. E. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif. *Yayasan Penerbit Muhammad Zaini*.
- PKBRS. (2023). *Laporan KB 2023*.
- Purba, D. (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. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jstrokecerebrovasdis.201.05.038>
- Putri, Y. (2019). Ketidakteraturan Siklus Haid, Berat Badan Dan Flour Albus Terhadap Akseptor Depoprogesteron Untuk Melanjutkan Suntik. *Jurnal of Midwifery*, 7(1), 40-51. <https://doi.org/10.37676/jm.v7i1.769>
- Rahmah, A., Heryani, C., & Info, A. (2024). *Hubungan Komunikasi Informasi Edukasi dengan Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang di Indonesia: Scoping Review*. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(1), 160-168. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Rahmah, S. R. A. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Berat Badan pada Remaja Selama Masa Pandemi Covid-19 Kota Bengkulu. *Poltekkes Kemenkes Bengkulu*, 1-44.
- Rahmawati, A. Y. (2020). Perubahan Berat badan. July, 1-23.
- Rima Eka Pratiwi, Pratamaningtyas, S., & Rahayu, D. E. (2023). Hubungan Pemakaian Kb Suntik 3 Bulan dengan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor: Studi Literatur. *Indonesian Health Issue*, 2(1), 1-8. <https://doi.org/10.47134/inhis.v2i>
- Santika, F. E. (2024). *Suntikan Jadi Metode KB Terbanyak Pemuda yang Menikah 2023*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2024/01/09/suntikan-jadi-metode-kb-terbanyak-pemuda-yang-menikah-2023>
- Sodikoh, I., & Sutarno, M. (2024). Hubungan Pemakaian Kb Suntik 3 Bulan Dengan Kenaikan Berat Badan Di Tpm Bidan Titin Duratul Kabupaten Tangerang Banten Tahun 2023. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 14(1), 38-43. <https://doi.org/10.61902/involusi.v14i1.949>
- Wahidin, D. R. (2021). Efek KB Suntik 3 bulan (DMPA) Terhadap Berat Badan. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951-952.
- Widayati, N., Indrawati, D. N., Nurjanah, S., & Anggraini, N. N. (2023). Hubungan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Kb Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Kendal 01. *Seminar Nasional Kebidanan UNIMUS*, 333, 370-378. <https://prosiding.unimus.ac.id/index.php/SHPPM/article/view/1525>
- Wulan Cahyani, F., Afriyani, L. D., Husna, F., Ulyani, N. G. S., Astuti, E. W., Sirait, F. P., Susan, A., Hambami, S., Resti, N., & Putriaprilisa, S. (2021). Efek Samping Peningkatan Berat Badan dari Penggunaan Metode KB Suntik 3 Bulan: Literatur Review. *Seminar Nasional Kebidanan*, 112-121. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/semnasbidan/article/view/1386>
- Zubaidah, Z. (2021). Hubungan Pemakaian Kb Suntik 3 Bulan Dengan Berat Badan Di Praktek Mandiri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(2), 138-142. <https://doi.org/10.54004/jikis.v9i2.30>