

Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) dengan Kenaikan Berat Badan Akseptor KB 3 Bulan di Klinik Ismadana Muaradua Tahun 2026

Yuyun Agustin Maharani^{1*}, Sri Handayani²

¹⁻² Program Studi Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

*Corresponding email: yuyunmaharani19@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Secara global, kontrasepsi suntik tiga bulan termasuk dalam kelompok metode kontrasepsi modern yang banyak digunakan, terutama di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2023, penggunaan kontrasepsi suntik di seluruh dunia tercatat sebesar 45%. Penggunaan DMPA dilaporkan dapat menyebabkan peningkatan berat badan rata-rata 1-2 kilogram per tahun, terutama pada pemakaian jangka panjang. Tujuan: untuk mengetahui hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) dengan kenaikan berat badan akseptor KB 3 bulan di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026. Metode: penelitian kuantitatif dengan desain analitik observasional menggunakan pendekatan cross-sectional. Populasi berjumlah 118 orang dengan jumlah sampel sebanyak 54 orang menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data menggunakan uji chi-square. Hasil: hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai p-value 0,006 (<0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan kenaikan berat badan akseptor KB 3 bulan. Kesimpulan: Terdapat hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) dengan kenaikan berat badan akseptor KB 3 bulan di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026.

Kata Kunci: Kontrasepsi Suntik DMPA, Berat Badan, Lama Pemakaian

ABSTRACT

Background: Globally, three-month injectable contraceptives are among the widely used modern contraceptive methods, especially in low- and middle-income countries. According to WHO in 2023, the use of injectable contraceptives worldwide was recorded at 45%. DMPA use is reported to cause an average weight gain of 1-2 kilograms per year, especially with long-term use. Objective: to determine the relationship between the duration of use of Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) injectable contraception and weight gain in 3-month family planning acceptors at the Ismadana Muaradua Clinic in 2026. Methods: quantitative research with an observational analytical design using a cross-sectional approach. The population was 118 people with a sample size of 54 people using purposive sampling. Data analysis used the chi-square test. Results: statistical tests using chi-square obtained a p-value of 0.006 (<0.05), indicating a significant relationship between duration of DMPA injectable contraception use and weight gain in 3-month acceptors. Conclusion: There is a relationship between the duration of use of Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) injectable contraception and weight gain of 3-month family planning acceptors at the Ismadana Muaradua Clinic in 2026.

Keywords: DMPA Injectable Contraceptive, Body Weight, Duration of Use

PENDAHULUAN

Program Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu strategi nasional dalam upaya mengendalikan pertumbuhan penduduk serta meningkatkan kesejahteraan keluarga di Indonesia. Melalui pengaturan jumlah dan jarak kelahiran, program KB berperan dalam menciptakan keluarga kecil yang sehat, sejahtera dan produktif (Kemenkes RI, 2024). Secara global, kontrasepsi suntik tiga bulan termasuk dalam kelompok metode kontrasepsi modern yang banyak digunakan, terutama di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2023, penggunaan kontrasepsi suntik di seluruh dunia tercatat sebesar 4.000.000 atau sekitar 45% (World Health Organization, 2023).

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tahun 2024 mengungkapkan bahwa cakupan peserta KB aktif di Indonesia mencapai 62,38%, dengan metode kontrasepsi hormonal masih menjadi pilihan utama masyarakat. Di antara berbagai metode tersebut, kontrasepsi suntik 3 bulan yang mengandung Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) menjadi salah satu metode yang paling banyak digunakan yaitu sebesar 35,39%, karena efektivitasnya tinggi mencapai lebih dari 99% apabila digunakan secara teratur,

serta dinilai praktis karena tidak memerlukan kepatuhan harian seperti pil. Di Provinsi Sumatera Selatan prevalensi peserta KB aktif pada tahun 2024 tercatat sebesar 65,84% (Kemenkes RI, 2024).

Meskipun penerimaannya baik di kalangan masyarakat, penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan tidak terlepas dari berbagai efek samping, di antaranya gangguan siklus menstruasi, keterlambatan pemulihan kesuburan setelah pemakaian dihentikan, dan yang paling sering dilaporkan adalah peningkatan berat badan. Secara fisiologis, hormon progestin dalam DMPA dapat mempengaruhi pusat pengatur nafsu makan, meningkatkan retensi cairan, serta memengaruhi metabolisme lemak dan energi tubuh. Secara klinis, penggunaan DMPA dilaporkan dapat menyebabkan peningkatan berat badan rata-rata 1-2 kilogram per tahun, terutama pada pemakaian jangka panjang (Wulandari et al., 2026).

Beberapa studi menunjukkan bahwa akseptor KB suntik rentan mengalami kenaikan berat badan. Husnah (2024) mencatat 44,4% dari 90 responden didominasi oleh pengguna lama yang berat badannya bertambah. Durasi penggunaan suntikan tiga bulan juga terbukti memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan peningkatan berat badan ($p=0,001$) (Ayu et al., 2025). Faktor utama di balik perubahan berat badan ini adalah pengaruh hormon progestin yang terkandung dalam kontrasepsi tersebut (Widiastuti et al., 2025).

Hasil studi pendahuluan di Klinik Ismadana Muaradua didapatkan bahwa akseptor aktif kontrasepsi suntik 3 bulan dari bulan Januari sampai Desember 2025 tercatat sebanyak 118 orang. Hasil wawancara langsung menunjukkan bahwa dari 22 orang yang aktif menggunakan KB suntik 3 bulan, 15 orang diantaranya mengalami kenaikan berat badan dan 7 orang tidak mengalami kenaikan berat badan. Berdasarkan cakupan penggunaan KB suntik 3 bulan secara nasional dan hasil telaah beberapa jurnal serta belum adanya penelitian serupa di Klinik Ismadana Muaradua, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan kenaikan berat badan akseptor KB 3 bulan di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026.

Perubahan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik DMPA menjadi salah satu aspek penting yang perlu mendapatkan perhatian dalam pelayanan keluarga berencana. Kenaikan berat badan yang terjadi selama penggunaan DMPA tidak hanya berkaitan dengan faktor hormonal, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik individu seperti usia, pola konsumsi makanan, aktivitas fisik, serta kondisi metabolisme masing-masing akseptor. Oleh karena itu, pemantauan berat badan secara berkala pada akseptor KB suntik 3 bulan diperlukan sebagai bagian dari upaya pencegahan terjadinya peningkatan berat badan berlebih dan gangguan status gizi (Amelia et al., 2024).

Lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA menjadi salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan terjadinya peningkatan berat badan. Paparan hormon progestin dalam jangka waktu yang panjang dapat menyebabkan perubahan regulasi nafsu makan dan penyimpanan energi melalui peningkatan akumulasi jaringan lemak. Penelitian Herlinadiyaningsih (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan serta terdapat keterkaitan dengan lamanya penggunaan kontrasepsi. Hasil tersebut memperkuat bahwa semakin lama seseorang menggunakan kontrasepsi suntik DMPA, maka semakin besar kemungkinan mengalami perubahan berat badan.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Yulivantina et al. (2024) menunjukkan adanya hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi DMPA dengan kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik. Penggunaan DMPA dalam jangka panjang dilaporkan berhubungan dengan peningkatan berat badan yang lebih tinggi dibandingkan dengan penggunaan dalam waktu yang lebih singkat. Temuan tersebut menunjukkan pentingnya pemberian konseling kepada akseptor mengenai kemungkinan efek samping penggunaan DMPA, termasuk edukasi mengenai pengaturan pola makan dan aktivitas fisik untuk mempertahankan berat badan yang sehat.

Penelitian Nurhalizah et al. (2023) juga menemukan bahwa lama penggunaan KB suntik 3 bulan memiliki hubungan yang signifikan dengan kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa faktor durasi penggunaan kontrasepsi merupakan salah satu variabel yang perlu diperhatikan dalam mengevaluasi perubahan berat badan pada akseptor.

Berdasarkan berbagai penelitian tersebut, dapat diketahui bahwa hubungan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan kenaikan berat badan masih menjadi topik yang penting untuk dikaji, terutama pada tingkat pelayanan kesehatan primer. Setiap fasilitas kesehatan memiliki karakteristik akseptor yang berbeda, baik dari segi sosial, ekonomi, pola hidup, maupun karakteristik reproduksi. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan kenaikan berat badan akseptor KB 3 bulan di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026 diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah mengenai dampak penggunaan kontrasepsi hormonal serta menjadi bahan evaluasi dalam meningkatkan kualitas pelayanan konseling KB bagi akseptor.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain analitik observasional menggunakan pendekatan cross-sectional, yaitu mengukur variabel bebas (faktor risiko) dan variabel terikat (efek) secara bersamaan pada satu titik waktu. Penelitian dilakukan di Klinik Ismadana Muaradua, Jl. Baturaja-Muara Dua No.9, Kelurahan Bumi Agung, Kecamatan Muara Dua, Kabupaten Ogan Komering Ulu Selatan, Sumatera Selatan, pada bulan Juni 2026.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor KB DMPA yang datanya tercatat lengkap di rekam medis dengan penggunaan minimal 1 tahun di Klinik Ismadana Muaradua dari Januari sampai Desember 2025 yaitu sebanyak 118 orang. Jumlah sampel dihitung menggunakan rumus Slovin dengan derajat penyimpangan 10%, diperoleh sampel sebanyak 54 orang yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Kriteria inklusi meliputi akseptor KB DMPA yang datanya tercatat lengkap di rekam medis, telah menggunakan KB DMPA secara rutin minimal 1 tahun berturut-turut, wanita usia subur (WUS) 18-49 tahun, dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi meliputi akseptor yang menggunakan kontrasepsi hormonal lain dalam 3-6 bulan terakhir, memiliki riwayat penyakit metabolik/tiroid/PCOS/diabetes, atau sedang mengonsumsi obat penambah/penurun berat badan.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah lama pemakaian KB DMPA, dan variabel dependen adalah kenaikan berat badan. Instrumen yang digunakan berupa lembar pengumpulan data dan timbangan berat badan, dengan prosedur baku untuk mencegah bias pengukuran. Lama pemakaian dikategorikan menjadi 1-2 tahun dan >2 tahun, sedangkan kenaikan berat badan dikategorikan Ya (terjadi peningkatan) dan Tidak.

Analisis data terdiri dari analisis univariat untuk memperoleh distribusi frekuensi dan persentase variabel penelitian, serta analisis bivariat menggunakan uji chi square dengan nilai kepercayaan (α) 95% untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen. Penelitian ini telah memperhatikan etika penelitian meliputi informed consent, kerahasiaan, anonimitas, dan hak menolak responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	f	%
Usia		
<25 Tahun	6	11,1
25-35 Tahun	22	40,7
>35 Tahun	26	48,1
Pendidikan		
SD-SMP	13	24,1
SMA-PT	41	75,9
Pekerjaan		
Bekerja	12	22,2
IRT	42	77,8
Total	54	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 1 diatas, diketahui bahwa sebagian besar akseptor suntik 3 bulan di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026 berusia >35 tahun yaitu sebanyak 26 orang (48,1%), dengan pendidikan terakhir SMA-PT sebanyak 41 orang (75,9%), dan tidak bekerja (IRT) sebanyak 42 orang (77,8%).

Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik DMPA

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik DMPA

Lama Pemakaian	f	%
1-2 Tahun	20	37,0
>2 Tahun	34	63,0
Total	54	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 2 diatas, diketahui bahwa sebagian besar akseptor suntik 3 bulan di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026 sudah menggunakan suntik DMPA selama >2 tahun yaitu sebanyak 34 orang (63%).

Kenaikan Berat Badan Akseptor Suntik DMPA

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kenaikan Berat Badan Akseptor Suntik DMPA

Kenaikan Berat Badan	f	%
Ya	30	55,6
Tidak	24	44,4
Total	54	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 3 diatas, diketahui bahwa sebagian besar akseptor suntik DMPA di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026 mengalami kenaikan berat badan yaitu sebanyak 30 orang (55,6%).

Analisa Bivariat

Tabel 4. Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik DMPA dengan Kenaikan Berat Badan

Lama Pemakaian	Ya	Tidak	Total	p-value
1-2 Tahun	16 (29,6%)	4 (7,4%)	20 (37,0%)	
>2 Tahun	14 (25,9%)	20 (37,0%)	34 (63,0%)	0,006
Total	30 (55,6%)	24 (44,4%)	54 (100,0%)	

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 4 diatas diketahui bahwa dari 30 responden yang mengalami kenaikan berat badan, sebagian besar sudah memakai kontrasepsi suntik DMPA selama 1-2 tahun yaitu sebanyak 16 orang (29,6%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi-square diperoleh nilai p-value 0,006 ($<0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) dengan kenaikan berat badan akseptor KB 3 bulan di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor suntik 3 bulan di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026 berusia >35 tahun yaitu sebanyak 26 orang (48,1%). Menurut Wulandari et al., (2026) pada usia >35 tahun terjadi penurunan metabolisme basal dan perubahan komposisi tubuh, sehingga risiko peningkatan berat badan lebih besar. Peneliti berpendapat bahwa faktor usia >35 tahun turut berperan dalam peningkatan berat badan akseptor KB DMPA karena secara fisiologis terjadi penurunan metabolisme basal dan perubahan komposisi tubuh yang meningkatkan risiko penimbunan lemak.

Sebagian besar akseptor berpendidikan terakhir SMA-PT yaitu 41 orang (75,9%). Menurut Hamang et al., (2025) tingkat pendidikan seseorang dapat mempengaruhi pengetahuan mereka tentang pola hidup terutama dalam memotivasi mereka untuk berperan serta dalam pembangunan kesehatan, sehingga peserta dengan pendidikan lebih tinggi dianggap memiliki kapasitas yang lebih besar dalam memilih alat kontrasepsi.

Sebagian besar akseptor tidak bekerja (IRT) yaitu 42 orang (77,8%), sejalan dengan penelitian Wulandari et al., (2026) yang menemukan mayoritas responden bekerja sebagai IRT (59,6%). Peneliti berpendapat bahwa mayoritas responden yang merupakan Ibu Rumah Tangga memiliki pola aktivitas fisik tidak terstruktur dan pola makan lebih fleksibel, sehingga

berpotensi menyebabkan ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran energi. Dengan demikian, peningkatan berat badan pada akseptor KB suntik DMPA dipengaruhi oleh interaksi antara faktor hormonal, usia, pekerjaan, aktivitas fisik, dan gaya hidup.

Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik DMPA

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor suntik 3 bulan di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026 sudah menggunakan suntik DMPA selama >2 tahun yaitu sebanyak 34 orang (63%). Temuan ini sejalan dengan penelitian Wulandari et al., (2026) bahwa sebagian besar responden menggunakan KB suntik 3 bulan selama >2 tahun (55,8%).

Secara teori, DMPA merupakan kontrasepsi progestin yang diberikan setiap 12 minggu dan bekerja dengan menekan ovulasi, mengentalkan lendir serviks, serta menyebabkan atrofi endometrium. Penggunaan jangka panjang diperbolehkan selama tidak terdapat kontraindikasi medis dan berada dalam pemantauan tenaga kesehatan. Namun, paparan hormon progestin dalam jangka panjang dapat menimbulkan efek kumulatif terhadap metabolisme tubuh, seperti peningkatan nafsu makan, retensi cairan, dan peningkatan penimbunan lemak (Wulandari et al., 2026).

Kenaikan Berat Badan Akseptor Suntik DMPA

Hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar akseptor suntik DMPA di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026 mengalami kenaikan berat badan yaitu sebanyak 30 orang (55,6%). Temuan ini didukung oleh penelitian Heriani dan Haryanti (2023) yang menemukan sebagian besar akseptor KB DMPA mengalami kenaikan berat badan (56,7%), serta penelitian Hamang et al., (2025) yang mencatat 79,7% responden mengalami kenaikan berat badan.

Pada umumnya pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama. Penyebabnya karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak dibawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, sehingga pemakaian suntik dapat menyebabkan perubahan berat badan. Hal ini terjadi karena DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya (Heriani dan Haryanti, 2023).

Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik DMPA dengan Kenaikan Berat Badan

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi-square diperoleh nilai p-value 0,006 (<0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan kenaikan berat badan akseptor KB 3 bulan di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026. Kandungan hormon progesteron pada DMPA akan membantu mengubah karbohidrat menjadi lemak, meningkatkan timbunan lemak di bawah kulit.

Hal ini sejalan dengan penelitian Heriani dan Haryanti (2023) yang menemukan hubungan bermakna antara lamanya pemakaian dengan kenaikan berat badan pada akseptor suntik 3 bulan (p value 0,003). Penelitian Hamang et al., (2025) juga menemukan hubungan antara penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan kenaikan berat badan (p value 0,036), demikian pula penelitian Dewi et al., (2025) dengan nilai p-value 0,002.

Hormon progesteron ini merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus, mendorong akseptor untuk makan lebih banyak daripada biasanya, yang mengakibatkan peningkatan berat badan. Kenaikan berat badan adalah efek samping yang paling umum dari pemakaian kontrasepsi jenis suntikan 3 bulan; selama tahun pertama, berat badan akseptor mungkin meningkat sekitar 1-5 kg (Hamang et al., 2025). Peneliti berpendapat bahwa KB suntik DMPA yang digunakan dalam kurun waktu yang relatif lama dapat menyebabkan kenaikan berat badan karena pengaruh hormon progesteron di dalamnya, yang mempengaruhi

peningkatan nafsu makan melalui pengendalian bagian otak yang mengatur rasa lapar, sehingga pengguna KB suntik DMPA cenderung sering merasa lapar.

SIMPULAN

Sebagian besar akseptor suntik 3 bulan di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026 berusia >35 tahun, berpendidikan SMA-PT, dan tidak bekerja (IRT). Sebagian besar akseptor sudah menggunakan suntik DMPA selama >2 tahun dan mengalami kenaikan berat badan. Hasil uji chi-square membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan kenaikan berat badan akseptor KB 3 bulan di Klinik Ismadana Muaradua tahun 2026 (p-value 0,006). Bagi responden, disarankan berkonsultasi terlebih dahulu dengan bidan atau tenaga kesehatan mengenai berbagai jenis kontrasepsi sebelum memilih, serta memantau setiap perubahan atau efek samping yang muncul. Bagi Klinik Ismadana Muaradua, tenaga kesehatan khususnya bidan diharapkan memberikan konseling mengenai hubungan lama pemakaian KB suntik 3 bulan DMPA dengan peningkatan berat badan. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan dapat mengontrol variabel perancu (usia, riwayat penyakit, gaya hidup) untuk hasil yang lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia et al. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang dan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA dengan Nilai IMT.
- Ayu, Dinda, Mira Khusuma, Ni Made Nurtini, Ni Komang, dan Sri Ariani. 2025. "Hubungan Lama Pemakaian KB Suntik 3 Bulan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB." *WOMB Midwifery Journal* 4(1):1–9.
- Dewi, Ayu Rosita, Herdian Fitria, Widyanto Putri, Elin Soyanita, Dika Yanuar, dan Frafitasari. 2025. "Hubungan Usia dan Lama Penggunaan KB Suntik 3 Bulan Terhadap Kenaikan Berat Badan." *Jurnal Bidan Pintar* 6(2):706–16.
- Hamang, Sitti Hadriyanti, S. Suryanti, dan Nia Karuniawati. 2025. "Correlation Between use of Hormonal Contraception Depo Medroxyprogesterone Type and Acetate Injectable Type changes in body weight on family planning acceptors." *An Idea Health Journal* 5(01):2–7.
- Heriani, dan Ita Haryanti. 2023. "Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Depo Medrosik Asetat (DMPA) Dengan Peningkatan Berat Badan." *Lentera Perawat* 4(2):5.
- Herlinadiyaningsih. (2023). Hubungan penggunaan KB suntik DMPA terhadap peningkatan berat badan dan lamanya penggunaan kontrasepsi.
- Kemendes RI. 2024. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2024. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Nurhalizah et al. (2023). Hubungan Pengetahuan, Aktivitas Fisik, Lama Penggunaan KB terhadap Kenaikan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan.
- Raidanti, Dina, dan Wahidin. 2021. Efek KB Suntik 3 Bulan Terhadap Berat Badan. Malang: CV. Literasi Nusantara Abadi.
- Sirait, Lenny Irmawaty, Jodie Safira Sidharta, Telaumbanua, dan Linda Kristiani. 2025. "Peningkatan Berat Badan pada Akseptor KB Pengguna Kontrasepsi Suntik." *Proceedings Series on Health & Medical Sciences* 7:61–69. doi: 10.30595/pshms.v7i.1447.
- Widiastuti, Ayu, Zulliaty, Ika Avrilina Haryono, dan Nurul Hidayah. 2025. "Hubungan Pengaruh Hormon Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Tehang." *Health Research Journal of Indonesia (HRJI)* 4(2):76–81.
- World Health Organization. 2023. "Family planning/contraception: Key facts." Geneva: WHO.
- Wulandari, Ensia, Maria Adelheid, dan Indriani. 2026. "Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan (Progestin) Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Di Wilayah

- Kerja Puskesmas Jekan Raya, Palangka Raya.” *Borneo Nursing Journal (BNJ)* 8(2):1063–70.
- Yulianingsih, Nanik. 2023. “Pengaruh KB Suntik 3 Bulan Terhadap Peningkatan Berat Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Bulukerto.” Universitas Kusuma Husada.
- Yulivantina et al. (2024). Hubungan Lama Penggunaan DMPA dengan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor DMPA.