

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian diatas tentang hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Pasangan Usia Subur Di Wilayah PKD Bidan Laili Mufarikah, A. Md. Keb dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar lama penggunaan KB Suntik 3 bulan  $> 1$  tahun sebanyak 92 (72,4%) responden.
2. Sebagian besar responden mengalami kenaikan berat badan yaitu sebanyak 71 (55,9%) responden.
3. Hasil penelitian ini didapatkan hasil uji *Chi Square* dengan nilai *p value* sebesar 0,000, karena  $p\ value = 0,000 < \alpha (0,05)$ , maka  $H_0$  ditolak, artinya ada hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Pasangan Usia Subur Di Wilayah PKD Bidan Laili Mufarikah, A. Md. Keb tahun 2024.

#### B. Saran

1. Bagi Institusi

Bagi Institusi hendaknya menggunakan temuan penelitian ini sebagai titik awal untuk membaca literatur, terutama bagi mahasiswa yang berencana melakukan penelitian hubungan lama penggunaan dengan peningkatan berat badan.

## 2. Bagi Responden

Diharapkan ibu dapatkan mencari informasi tentang efek samping KB Suntik 3 bulan tentang kenaikan berat badan dari media sosial, tenaga kesehatan sehingga dapat mengontrol kenaikan berat badan yang disebabkan oleh KB Suntik 3 bulan.

## 3. Bagi Tenaga Kesehatan

Hendaknya adanya peningkatan pelayanan kontrasepsi suntik harus diperluas, dan memberi konseling kepada akseptor KB suntik 3 bulan terhadap peningkatan berat badan sehingga nantinya akseptor dapat mengontrol berat badannya dengan cara menjaga pola hidup sehat, melakukan aktivitas yang ringan, diet rendah kalori dan melakukan olahraga secara teratur.

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan melibatkan faktor-faktor lain yang berkaitan dengan pemakaian kontrasepsi suntik.