

## **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 Ho 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.