

**HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK
3 BULAN DENGAN PENAMBAHAN BERAT BADAN
WANITA USIA SUBUR DI PUSKESMAS BOJONG II**



SKRIPSI

Oleh :

MUSKHOFAH OVIYANTI

NIM. 157242013

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2026**

**HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK
3 BULAN DENGAN PENAMBAHAN BERAT BADAN
WANITA USIA SUBUR DI PUSKESMAS BOJONG II**



SKRIPSI

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

Oleh :

MUSKHOFAH OVIYANTI

NIM. 157242013

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN DENGAN PENAMBAHAN BERAT BADAN WANITA USIA SUBUR DI PUSKESMAS BOJONG II

Disusun Oleh:

MUSKHOFAH OVIYANTI

157242013

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan
untuk diujikan.

Ungaran, Februari 2026

Dosen Pembimbing



Ari Andayani., S.Si.T., M.Kes

NIDN. 0606048301

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Berjudul:

HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN DENGAN PENAMBAHAN BERAT BADAN WANITA USIA SUBUR DI PUSKESMAS BOJONG II

Disusun Oleh:

MUSKHOFAH OVIYANTI

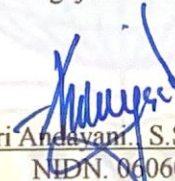
157242013

Telah dipertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Ngudi Waluyo

Hari :

Tanggal : Februari 2026

Tim Penguji: Ketua/ Pembimbing


Ari Andayani, S.Si.T., M.Kes

NIDN. 0006048301

Anggota / Penguji 1

Anggota / Penguji 2


Cahyaningrum, S.Si.T., M.Kes

NIDN. 0602088001


Dr. Vistra Veltista, S.Si.T., MPH

NIDN. 0630108702

Ketua Program Studi


Luvi Dian Afriyani, S.Si.T., M.Kes

NIDN. 0627048302

Dekan Fakultas Kesehatan


Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep

NIDN. 0627097501



SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : MUSKHOFAH OVIYANTI

NIM : 157242013

Program Studi/Fakultas : Sarjana Kebidanan

Fakultas : Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Tugas Akhir berjudul **“HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN DENGAN PENAMBAHAN BERAT BADAN WANITA USIA SUBUR DI PUSKESMAS BOJONG II”** adalah hasil karya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Tugas Akhir ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo

Dibuat di Ungaran
Pada tanggal: Februari 2026
Yang membuat pernyataan



MUSKHOFAH OVIYANTI
NIM: 157242013

**LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo :

Nama : Muskhofah Oviyanti

NIM : 157242013

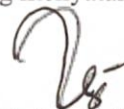
Program Studi/ Fakultas : S1 Kebidanan/ Kesehatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya memberikan kepada perpustakaan Universitas Ngudi Waluyo skripsi saya yang berjudul : **“Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Penambahan Berat Badan Wanita Usia Subur Di Puskesmas Bojong II”** beserta perangkat yang diperlukan. Dengan demikian saya memberikan kepada perpustakaan Universitas Ngudi Waluyo hak untuk menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikan secara terbatas, dan mempublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Atas kemajuan teknologi informasi, saya tidak keberatan jika nama, tanda tangan, gambar atau image yang ada dalam karya ilmiah saya terindeks oleh mesin pencari (*search engine*), misalnya google.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Ungaran
Pada tanggal: 26 Januari 2026
Yang menyatakan,



Muskhofah Oviyanti

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Januari 2026
Muskhofah Oviyanti
157242013

HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN DENGAN PENAMBAHAN BERAT BADAN WANITA USIA SUBUR DI PUSKESMAS BOJONG II

ABSTRAK

Latar Belakang : Alat kontrasepsi merupakan salah satu cara mencegah kehamilan. Salah satu jenis alat kontrasepsi yang cukup efektif serta menjadi pilihan adalah alat kontrasepsi suntik (*injectables*), namun memiliki beberapa efek samping diantaranya bertambahnya berat badan dimana akseptor yang menggunakan KB suntik rata-rata mengalami peningkatan berat badan akibat peningkatan nafsu makan, penurunan aktivitas fisik, dan retensi cairan. Namun, meskipun rata-rata mengalami kenaikan, tidak semua akseptor KB suntik mengalami peningkatan berat badan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik KB 3 bulan dengan penambahan berat badan wanita usia subur di Puskesmas Bojong 2.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional* / potong lintang. Populasi adalah akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bojong 2 sebanyak 109 akseptor. Sampel 52 responden menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen pengumpulan data menggunakan kartu kunjungan KB, kuesioner demografi serta lembar observasi lama pemakaian KB dan data berat badan akseptor KB suntik. Analisis data menggunakan uji *Chi Square*.

Hasil : Lama pemakaian KB Suntik 3 bulan pada responden mayoritas adalah >1 tahun, sebanyak 51,9%. Perubahan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan mayoritas adalah kategori naik, sebanyak 75%. Hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai $p=0,000<0,05$

Simpulan : Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik KB 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada wanita usia subur di Puskesmas Bojong 2 Kabupaten Pekalongan. Diharapkan Bidan mampu memberikan bimbingan kepada Akseptor KB suntik 3 bulan mengenai penambahan berat badan. Dengan demikian, Akseptor dapat mengelola berat badannya melalui penerapan pola makan rendah kalori dan menjalani olahraga secara rutin.

Kata Kunci : Kontrasepsi Suntik, Berat Badan, Wanita Usia Subur

Ngudi Waluyo University
Study Program of Midwifery, Faculty of Health
Final Project, February 2026
Muskhofah Oviyanti
157242013

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE DURATION OF 3-MONTH INJECTABLE CONTRACEPTION USE AND WEIGHT GAIN IN WOMEN OF REPRODUCTIVE AGE AT BOJONG II PUBLIC HEALTH CENTER

ABSTRACT

Background: Contraception is one way to prevent pregnancy. Injectable contraceptives are a relatively effective and popular method of contraception. However, they have several side effects, including weight gain. On average, users of injectable contraceptives experience weight gain due to increased appetite, decreased physical activity, and fluid retention. Although weight gain is observed on average, not all users experience weight gain. The purpose of this study was to determine the relationship between the duration of use of the 3-month injectable contraceptive and weight gain in women of childbearing age at the Bojong II Community Health Center.

Methods: This study used a correlational analytic design with a cross-sectional approach. The population was 109 users of the 3-month injectable contraceptive at the Bojong II Community Health Center. A purposive sampling technique was used for the sample of 52 respondents. Data collection instruments used family planning visit cards, demographic questionnaires, and observation sheets on the duration of use and weight data of the injectable contraceptive users. Data analysis used the Chi-square test.

Results: The majority of respondents (51.9%) used the 3-month injectable contraceptive for more than one year. The majority of weight changes in those taking the 3-monthly injectable contraceptive were in the gain category, at 75%. The Chi-square test yielded a p-value of $0.000 < 0.05$.

Conclusion: This study indicates a relationship between the duration of 3-monthly injectable contraceptive use and weight gain in women of childbearing age at the Bojong II Community Health Center in Pekalongan Regency. Midwives are expected to provide guidance to those taking the 3-monthly injectable contraceptive regarding weight gain. This way, they can manage their weight through adopting a low-calorie diet and regular exercise.

Keywords: Injectable Contraceptives, Weight, Women of Childbearing Age

KATA PENGANTAR

Segala syukur dan puji hanya bagi Allah SWT, oleh karena anugerah-Nya yang melimpah, kemurahan dan kasih setia yang besar akhirnya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul: **“Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Penambahan Berat Badan Wanita Usia Subur Di Puskesmas Bojong II”**.

Tujuan penulisan skripsi ini adalah guna memenuhi persyaratan untuk mencapai derajat Strata Satu (S1) pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.

Selesainya penulisan skripsi ini tidak lepas atas bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum. selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.
2. Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.
3. Luv Diah Afriyani, S.Si.T., M.Kes. Selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.
4. Ari Andayani, S.Si.T, M.Kes, selaku dosen pembimbing yang telah dengan sabar memberikan petunjuk serta bimbingan, sehingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
5. Cahyaningrum, S.SiT., M.Kes, selaku Dosen Penguji I yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan masukan dan saran kepada penulis dalam penulisan skripsi.

6. Dr. Vistra Veftisia, S.Si.T., M.PH, selaku Dosen Penguji II yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan masukan dan saran kepada penulis dalam penulisan skripsi.
7. Bapak dan Ibu Dosen yang telah mengasuh serta memberikan bekal ilmu, selama penulis kuliah pada Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.
8. Kepala Puskesmas Bojong 2 Kabupaten Pekalongan dan seluruh staf, yang telah memberikan bantuan serta semangatnya kepada penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Keluarga yang telah memberikan motivasi, semangat dan doa bagi penulis dalam menempuh pendidikan S1 Kebidanan di Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.
10. Semua sahabat yang selalu mendampingi dan memberikan motivasi bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Rekan-rekan S1 Kebidanan, teman seperjuangan yang selalu memberikan semangat dan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini dan tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Tuhan YME senantiasa memberikan Rahmat dan Karunia-Nya kepada semua pihak yang telah memberikan segala bantuan tersebut diatas.

Penulis



(Muskhofah Oviyanti)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan Umum.....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Tinjauan Teori	8
1. Kontrasepsi Suntik 3 Bulan	8
2. Berat Badan.....	12
3. Kenaikan Berat Badan	15
4. Pola Makan	18
5. Hubungan Pemakaian Kontrasepsi Suntik dengan Kenaikan Berat	
Badan Akseptor KB	26
B. Kerangka Teori	29

C. Kerangka Konsep Penelitian.....	30
D. Hipotesa Penelitian	30
BAB III. METODE PENELITIAN	32
A. Desain Penelitian	32
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	33
C. Subjek Penelitian	33
D. Definisi Operasional	36
E. Variabel Penelitian	37
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	38
G. Metode Pengolahan Data.....	42
H. Analisis Data	44
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	47
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	47
B. Hasil Penelitian dan Pembahasan	49
C. Keterbatasan Penelitian.....	69
BAB V. PENUTUP	70
A. Simpulan.....	70
B. Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori.....	29
Gambar 2.2. Kerangka Konsep Penelitian	30

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Klasifikasi Berat Badan menurut Kemenkes	13
Tabel 3.1. Definisi Operasional	36
Tabel 4.1. Karakteristik responden berdasarkan usia di Puskesmas Bojong 2 Kabupaten Pekalongan	49
Tabel 4.2. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan di Puskesmas Bojong 2 Kabupaten Pekalongan	49
Tabel 4.3. Karakteristik responden berdasarkan status pekerjaan di Puskesmas Bojong 2 Kabupaten Pekalongan	50
Tabel 4.4. Lama pemakaian kontrasepsi suntik KB 3 bulan di Puskesmas Bojong 2 Kabupaten Pekalongan.....	50
Tabel 4.5. Kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bojong 2 Kabupaten Pekalongan	59
Tabel 4.6. Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik KB 3 bulan dengan Kenaikan Berat Badan Wanita Usia Subur	65

LAMPIRAN

Lampiran 1: <i>Ethical Clearance</i>	80
Lampiran 2: Surat Bebas Plagiasi	81
Lampiran 3: Surat Ijin Penelitian	82
Lampiran 4: Permohonan Menjadi Responden	83
Lampiran 5: Lembar Persetujuan ikut serta dalam penelitian.....	85
Lampiran 6: Kuesioner Penelitian.....	86
Lampiran 7: Hasil Penelitian.....	87
Lampiran 8: Tabulasi Data Hasil Penelitian	89
Lampiran 9: Lembar Bimbingan.....	92