



LAPORAN BIMBINGAN TA/SKRIPSI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Jl. Diponegoro No 186 Gedanganak - Ungaran Timur, Kab. Semarang - Jawa Tengah
Email: ngudiwaluyo@unw.ac.id, Telp: Telp. (024) 6925408 & Fax. (024) -6925408

Nomor Induk Mahasiswa : 157242045
Nama Mahasiswa : **SRI RAHAYU**
Ketua Program Studi : **Luvi Dian Afriyani, S.Si.T. , M.Kes.**
Dosen Pembimbing (1) : **Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.**
Dosen Pembimbing (2) : **Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.**
Judul Ta/Skripsi : **HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN DENGAN PENINGKATAN BERAT BADAN PADA AKSEPTOR KB SUNTIK 3 BULAN DI PMB SETYO WAHYUNI, S. Si. T., M. Kes., Bdn TAHUN 2025**

Abstrak : Menurut profil kesehatan tahun 2022, Keluarga Berencana selanjutnya disingkat dengan KB, adalah upaya mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal melahirkan, mengatur kehamilan, melalui promosi, perlindungan dan bantuan sesuai dengan hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas. Peserta KB yang saat ini sedang menggunakan salah satu alat kontrasepsi tanpa diselingi kehamilan. peserta KB terdiri dari peserta KB modern (menggunakan alat/obat/cara KB berupa steril wanita (MOW), steril pria (MOP), IUD/AKDR). Implan/susuk, suntik, pil, kondom dan Metode Amenore Laktasi (MAL) dan peserta KB tradisional (menggunakan alat/obat/cara KB berupa pantang berkala, senggama terputus, dan alat/obat/cara KB tradisional lainnya.(Gujarati, 2020) Kontrasepsi suntik DMPA ini adalah salah satu jenis kontrasepsi suntikan yang mengandung progesterin dan suntikan setiap tiga bulan. Kontrasepsi suntik DMPA ini dapat digunakan sebagai pencegah terjadinya proses kehamilan bila diberikan secara teratur sesuai dengan jadwal yang ditentukan. Kontrasepsi suntik DMPA (depo medroxyprogesterone asetat) atau yang biasa disebut KB suntik 3 bulan mempunyai prevalensi paling tinggi, hal ini disebabkan KB suntik sangat praktis, efektif dan mudah. (Afriani, dkk, 2021)

Salah satu jenis dari kontrasepsi suntik hormonal adalah kontrasepsi suntik DMPA. Pada penggunaan kontrasepsi suntik depo medroxy progesteron acetate (DMPA) memiliki efektivitas yang tinggi tetapi memiliki beberapa efek samping. Salah satunya efek sampingnya adalah peningkatan berat badan. Umum nya peningkatan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg-5 kg dalam setahun pertama.

Kontrasepsi suntik yang paling banyak digunakan adalah kontrasepsi suntik 3 bulan. Pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulanan mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor KB suntik adalah adanya hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. Dengan adanya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh hormon progesterone diubah menjadi lemak dan disimpan dibawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesis dari karbohidrat menjadi lemak. KB suntik 3 bulan DMPA mempunyai banyak manfaat dalam mengendalikan jumlah penduduk. Namun, banyak wanita yang menghentikan pemakaian KB DMPA karena alasan perubahan berat badan tersebut. (Febriani Ramayanti, 2020)

Menurut hasil pendataan keluarga tahun 2022 oleh BKKBN, menunjukkan bahwa angka prevalensi peserta KB di Indonesia pada tahun 2022 sebesar 59,9%, Berdasarkan data Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2021 jumlah peserta KB aktif tercatat sebanya 78,56 %, Dan pengguna KB suntik sebanyak 56,67 %. Jumlah di kabupaten semarang pada tahun 2023 tercatat sebanyak 198.154, (83,2 %). Jumlah di Kecamatan Ungaran Barat tercatat sebanyak 11,365, jumlah di Desa Nyatnyono sebanyak 749.(Hidayat fahrul, 2023)

Berdasarkan distribusi provinsi, angka prevalensi pemakaian KB tertinggi adalah Kalimantan Selatan (71,1%), Kepulauan Bangka Belitung (67,4%), dan Bengkulu (66,8%), sedangkan terendah adalah Papua (10,9%), Papua Barat (28,6%) dan Maluku (34,2%). Sedangkan, Provinsi DKI Jakarta tidak terdata dalam grafik diatas dikarenakan data yang bersumber dari carik jakarta belum terintegrasi ke dalam data hasil pendataan keluarga tahun 2022, BKKBN. (Kemenkes RI, 2022).

Pola pemilihan jenis metode kontrasepsi modern pada tahun 2022 menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor memilih menggunakan suntik sebesar 61,9%, diikuti pil sebesar 13,5%. Pola ini terjadi setiap tahun, dimana peserta KB lebih banyak memilih metode kontrasepsi jangka pendek dibandingkan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP). Jika dilihat dari efektivitas, kedua jenis alat/obat/cara KB ini (suntik dan pil) termasuk Metode Kontrasepsi Jangka Pendek sehingga tingkat efektivitas dalam pengendalian kehamilan lebih rendah dibandingkan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP). MKJP merupakan kontrasepsi yang dapat dipakai dalam jangka waktu lama, lebih dari dua tahun, efektif dan efisien untuk tujuan pemakaian menjarangkan kelahiran lebih dari tiga tahun atau mengakhiri kehamilan pada yang sudah tidak ingin menambah anak lagi. Alat/obat/cara KB yang termasuk MKJP yaitu IUD/AKDR, Implan, MOP dan MOW.

Penggunaan alat kontrasepsi hormonal dapat menimbulkan berbagai efek samping yang salah satu di antaranya adalah perubahan berat badan akseptor. Hal ini disebabkan oleh hormon progesteron yang mempermudah terjadinya perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah jaringan kulit bertambah. Penambahan berat badan merupakan salah satu efek samping yang

sering dikeluhkan oleh akseptor kontrasepsi hormonal terutama kontrasepsi hormonal suntik KB Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA). (Mukaromah, 2021)

Secara umum faktor-faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan berat badan tidak mutlak dari jenis kontrasepsi hormonal, akan tetapi ada faktor lain yang dapat dibagi atas dua golongan besar yaitu faktor intern yang terbagi atas 3 bagian yakni usia, kejiwaan, hereditas dan faktor ekstern yang meliputi makanan dan lingkungan fisik (Kamariyah, 2020).

Penambahan berat badan ini seringkali menjadi masalah bagi kaum wanita karena berhubungan dengan kepercayaan diri terhadap fisik mereka, sehingga sebelum memakai kontrasepsi biasanya calon akseptor KB akan menanyakan terlebih dahulu mengenai efek samping kontrasepsi yang akan digunakan. Pemakaian KB suntik berpengaruh terhadap peningkatan berat badan karena penggunaan hormonal yang lama dapat mengacaukan keseimbangan hormone estrogen dan progesterone dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal. Efek samping kenaikan berat badan tersebut jika tidak segera ditangani maka akan menyebabkan terjadinya obesitas pada akseptor tersebut, beberapa penyakit yang diakibatkan oleh obesitas antara lain Osteoarthritis (peradangan sendi karena degenerasi, tekanan darah tinggi (hipertensi), dan diabetes Mellitus. Pencegahan kenaikan berat badan yang terjadi bisa dicegah dengan melakukan diet dan olahraga teratur. (Satya, 2021)

Pada dasarnya penggunaan kontrasepsi disesuaikan dengan kebutuhan akseptor untuk meminimalisir efek samping dan komplikasi akibat pemakaian kontrasepsi, terutama kontrasepsi hormonal yang memang memiliki lebih banyak efek samping dari pada kontrasepsi non hormonal. Oleh karena itu, diperlukan peran aktif petugas kesehatan untuk memberikan konseling terlebih dahulu terhadap akseptor KB baru sehingga keputusan pemilihan kontrasepsi tersebut sesuai dengan harapan dan kondisi klien. (Sahir, 2022)

Beberapa studi penelitian didapatkan peningkatan berat badan akibat penggunaan kontrasepsi DMPA berkaitan dengan peningkatan lemak tubuh dan adanya hubungan dengan regulasi nafsu makan. Salah satu studi menemukan peningkatan nafsu makan yang dilaporkan sendiri oleh wanita yang menggunakan kontrasepsi DMPA setelah 6 bulan. Hal ini dapat dihubungkan dengan kandungan pada DMPA yaitu hormon progesteron, yang dapat merangsang at pengendalian nafsu makan di hipotalamus sehingga menyebabkan terjadinya peningkatan nafsu makan. Alat kontrasepsi hormonal suntik DMPA adalah satu-satunya kontrasepsi hormonal yang konsisten terkait dengan penambahan berat badan. Sebuah studi prospektif menemukan bahwa wanita yang menggunakan Depo-Provera memperoleh penambahan berat badan rata-rata sebesar 5,1 kg selama 36 bulan, sedangkan wanita yang menggunakan kontrasepsi oral kombinasi tidak mendapatkan kenaikan berat badan. Perdebatan mengenai meningkatnya berat badan sebagai akibat dari penggunaan DMPA-IM yang terus menerus, serta penambahan jumlah berat dilaporkan naik dari waktu ke waktu, bervariasi dari sekitar 1-2 kg setelah 1 tahun penggunaan menjadi antara 4-10 kg setelah penggunaan yang lama sekitar 3-5 tahun. Menurut WHO, dalam menyelidiki efek samping dan alasan penghentian DMPA-IM menemukan bahwa wanita dewasa memperoleh rata-rata 1,9 kg pada tahun pertama penggunaan DMPA-IM, dan berat badan dikutip sebagai salah satu alasan utama untuk penghentian penggunaan DMPA-IM ini. (Hartanto, 2020)

Berdasarkan Hasil penelitian yang dilakukan Erize (2019) dengan judul hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di Wilayah Kerja kesmas Kandang Kota Bengkulu Tahun 2019 di dapatkan bahwa hasil tabulasi silang antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB menunjukkan bahwa dari 57 responden lebih dari sebagian (60%) penggunaan KB suntik 3 bulan >1 tahun dan lebih dari sebagian (68%) yang mengalami kenaikan berat badan.

Hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,010 < \alpha = 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di Wilayah Kerja kesmas Kandang Kota Bengkulu Tahun 2019.

Berdasarkan Jumlah Provinsi Jawa Tengah tahun 2021 sebanyak 6.408.024 pasang. Dari seluruh yang ada, sebesar 70,4 persen adalah peserta KB aktif. Cakupan peserta KB aktif menunjukkan tingkat pemanfaatan kontrasepsi di antara . Cakupan peserta KB aktif Provinsi Jawa Tengah tahun 2021 menurun 2,5 persen dibandingkan pencapaian tahun 2020 yang sebesar 72,9 persen. Kabupaten/ Kota dengan cakupan tertinggi adalah Rembang dan terendah adalah Sukoharjo.

Peserta KB pasca persalinan adalah yang memakai kontrasepsi pada masa pasca persalinan (0-42 hari setelah melahirkan). Cakupan peserta KB pasca persalinan di Jawa Tengah tahun 2021 sebesar 53,9% meningkat dibandingkan cakupan tahun 2020 yang sebesar 28,6 persen. Kabupaten/ Kota dengan cakupan tertinggi adalah Tegal dan terendah Kota Magelang. (Dinkes Jateng, 2021).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan September 2024 Di PMB Setyo Wahyuni, S. Si. T., M. Kes., Bdn diperoleh data dari bulan Juli sampai pada September jumlah peserta KB aktif yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan sebanyak 152 orang.

Wawancara yang dilakukan pada 5 akseptor KB suntik DMPA 2 ibu mengatakan mengalami perubahan berat badan setelah pemakaian lebih dari 1 tahun dan bertambah 1-3 kg, 2 ibu mengatakan mengalami perubahan berat badannya setelah pemakaian lebih dari 2 tahun sebanyak 2-4 kg dan 1 ibu yang mengatakan berat badannya tetap. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terlihat masih banyak masalah tentang perubahan berat badan atau efek samping dari kontrasepsi dan Peneliti tertarik untuk mengetahui Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Perubahan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di PMB Setyo Wahyuni, S. Si. T., M. Kes., Bdn Kabupaten Semarang Tahun 2025.

Tanggal Acc Judul : 17/09/2025 09:10:03

Tanggal Selesai Proposal : 09/02/2026 09:54:08

Tanggal Selesai TA/Skripsi : 09/02/2026 09:55:54

No	Hari/Tgl	Keterangan	Dosen/Mhs
BIMBINGAN PROPOSAL			
1	Selasa,30/09/2025 11:31:09	Perkuat Latar Belakang	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
2	Selasa,14/10/2025 11:41:38	Pastikan LB apa instrumen untuk menjawab masalah penelitian	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
3	Senin,09/02/2026 09:53:13	Perbaiki BAB 1 lanjut BAB 2	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
4	Senin,09/02/2026 09:53:26	BAB 2 masih minim dengan hasil penelitian terdahulu, kuatkan instrumen yang akan digunakan	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
5	Senin,09/02/2026 09:53:39	Revisi BAB 2 lanjut BAB 3	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
6	Senin,09/02/2026 09:53:50	Revisi BAB 3 cek lagi instrumen yang akan digunakan untuk penelitian, siapkan protokol etik dll untuk pengajuan EC	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
7	Senin,09/02/2026 09:54:04	EC oke tambahkan IFC siapkan untuk daftar OJS KEP	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
BIMBINGAN TA/SKRIPSI			
8	Senin,09/02/2026 09:54:37	Tabulasi data cek lagi bisa lanjut olah data	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
9	Senin,09/02/2026 09:54:49	BAB 4 hasil pembahasan terintegrasi, pembahasan masih minim	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
10	Senin,09/02/2026 09:55:00	Keterbatasan masih kurang tepat lanjut BAB 5	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
11	Senin,09/02/2026 09:55:10	BAB 5 saran kurang operasional, simpulan masih kurang spesifik, lengkapi	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
12	Senin,09/02/2026 09:55:22	Abstrak kurang bagian LB belum menggambarkan masalah	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
13	Senin,09/02/2026 09:55:34	Surat di tata dari awal sampai akhir, lampiran dok ditambahkan, siap ujian	Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Luvi Dian Afriyani, S.Si.T. , M.Kes.
(NIDN: 0627048302)

Dosen Pembimbing (1)

Semarang , 09 Pebruari 2026



SRI RAHAYU
(NIM: 157242045)

Dosen Pembimbing (2)



Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
(NIDN: 0602018501)



Ida Sofiyanti, S.Si.T., M.Keb.
(NIDN: 0602018501)