JTH: Journal of Technology and Health *ISSN 3025-1168*
Vol. 4, No. 2, 2026, pp. 1644 ~ 1655
Open Acces: *https://doi.org/10.61677/jth.v4i2.1127*

THE ASSOCIATION BETWEEN DURATION OF THREE-MONTH INJECTABLE CONTRACEPTIVE USE AND WEIGHT GAIN

Siti Fauziah Aripin[1*], Rosliana Dewi[2], Fanny Sukmasary[3]

Program Studi Sarjana dan Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi, Indonesia
Sitifauziaharipin@gmail.com[1], roslianadewi@dosen.stikesmi.ac.id[2], fannysukmasary@dosen.stikesmi.ac.id[3]*
**Corresponding author*
Received October 5, 2026; Revised November 5, 2026; Accepted November 5, 2026; Published November 6, 2026

ABSTRACT

Weight gain among users of three-month injectable contraception is a concern that warrants examination in relation to injection frequency. This study investigated the association between contraceptive use duration, measured by the number of injections received, and weight gain among women attending Sejalambe Public Health Center in Sukabumi Regency. An observational analytic study using a quantitative, cross-sectional approach involved 63 women purposively selected from 170 contraceptive acceptors. Information was gathered from questionnaires, weight measurements, and family planning records. Participants were grouped according to whether they had received one, two to three, or more than three injections. Weight gain was recorded as a categorical outcome. Associations were evaluated using Pearson's chi-square test at a 5% significance level. Of the 63 participants, 47 (74.6%) experienced weight gain, while 16 (25.4%) did not. Weight gain occurred in 76.9% of women receiving two to three injections and 92.5% of those receiving more than three injections; none of the women in the single-injection group experienced weight gain. The analysis identified a statistically significant association between injection frequency and weight gain ($\chi^2 = 36.174$; $p < 0.001$). These findings suggest that weight gain was more common among women with a greater number of contraceptive injections. Regular weight monitoring and individualized counseling may support contraceptive care.

Keywords: *Contraceptive injection, duration of use, weight gain, family planning acceptors, cross-sectional study.*

ABSTRAK

Perubahan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan menjadi perhatian dalam kaitannya dengan jumlah penyuntikan yang telah diterima. Penelitian ini mengkaji hubungan antara lama pemakaian kontrasepsi berdasarkan frekuensi penyuntikan dan pertambahan berat badan pada perempuan pengguna KB di Puskesmas Sejalambe, Kabupaten Sukabumi. Studi kuantitatif dengan rancangan observasional analitik cross-sectional ini melibatkan 63 akseptor yang dipilih melalui purposive sampling dari total populasi 170 orang. Informasi penelitian bersumber dari kuesioner, hasil pengukuran berat badan, dan catatan pelayanan KB. Riwayat pemakaian kontrasepsi dibedakan menjadi tiga kelompok, yaitu satu kali, dua hingga tiga kali, serta lebih dari tiga kali penyuntikan. Status kenaikan berat badan dicatat dalam dua kategori, yakni mengalami kenaikan atau tidak. Pengujian hubungan dilakukan menggunakan Pearson Chi-Square pada taraf signifikansi 5%. Dari seluruh peserta, 47 orang (74,6%) mengalami pertambahan berat badan dan 16 orang (25,4%) tidak mengalami kenaikan. Proporsi kenaikan berat badan pada kelompok dua hingga tiga kali penyuntikan mencapai 76,9%, sedangkan pada kelompok lebih dari tiga kali sebesar 92,5%. Tidak terdapat responden dengan kenaikan berat badan pada kelompok satu kali penyuntikan. Analisis statistik menghasilkan $\chi^2 = 36,174$ dengan

This is an open access article under the CC BY-SA 4.0.
Copyright ©2026 by JTH: Journal of Technology and Health. Published by Fahr Publishing

p < 0,001, yang menunjukkan hubungan bermakna antara frekuensi penyuntikan dan kejadian pertambahan berat badan. Hasil ini memperlihatkan bahwa kenaikan berat badan lebih sering dijumpai pada akseptor dengan riwayat penyuntikan yang lebih banyak. Pemantauan berat badan secara berkala dan konseling sesuai kebutuhan masing-masing akseptor dapat dipertimbangkan dalam pelayanan kontrasepsi.

Kata kunci: *Kontrasepsi suntik tiga bulan, lama penggunaan, kenaikan berat badan, akseptor KB, penelitian potong lintang.*

PENDAHULUAN

Melalui pelayanan keluarga berencana (KB), pasangan memperoleh dukungan dalam menentukan jumlah anak serta merencanakan waktu dan jarak antarkehamilan berdasarkan kebutuhan reproduksinya. Di antara berbagai pilihan kontrasepsi, suntikan *Depot Medroxyprogesterone Acetate* (DMPA) merupakan metode berbasis hormon yang diberikan dengan interval tiga bulan. Metode ini banyak diminati karena memiliki kemampuan yang tinggi dalam mencegah kehamilan sekaligus menawarkan kemudahan penggunaan tanpa memerlukan tindakan kontrasepsi setiap hari. Meskipun demikian, pemakaian DMPA dapat disertai sejumlah efek samping yang perlu diperhatikan, termasuk perubahan berat badan selama masa penggunaan (Pratiwi et al., 2023; Sodikoh & Sutarno, 2024).

Peningkatan berat badan menjadi salah satu perubahan fisik yang dapat dialami perempuan selama menggunakan kontrasepsi suntik tiga bulan. Kondisi tersebut diduga berkaitan dengan respons tubuh terhadap kandungan progestin dalam *Depot Medroxyprogesterone Acetate* (DMPA), yang berpotensi memengaruhi pengaturan nafsu makan dan proses hormonal sehingga berkontribusi terhadap bertambahnya berat badan (Citra & Handayani, 2024). Namun, perubahan tersebut tidak selalu berkaitan dengan penggunaan kontrasepsi semata karena kondisi metabolisme, pola konsumsi makanan, intensitas aktivitas fisik, usia, serta perbedaan karakteristik setiap individu juga dapat berperan. Oleh sebab itu, pemantauan berat tubuh secara rutin diperlukan untuk mengidentifikasi perubahan yang muncul sepanjang penggunaan kontrasepsi hormonal (Nurhalizah et al., 2023).

Lamanya pemakaian DMPA menjadi aspek yang perlu diperhatikan ketika mengevaluasi perubahan berat badan pada perempuan pengguna kontrasepsi tersebut. Semakin lama kontrasepsi tersebut digunakan, semakin sering tubuh menerima paparan hormon yang berpotensi berkaitan dengan perubahan berat badan. Penelitian Lestari et al. (2023) di Puskesmas Rajeg, Kabupaten Tangerang, menemukan bahwa mayoritas responden telah menjalani kontrasepsi suntik selama lebih dari satu tahun. Sebanyak 74,7% akseptor tercatat mengalami pertambahan berat badan. Hasil pengujian memperoleh nilai p = 0,02, sehingga menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara lamanya pemakaian kontrasepsi suntik tiga bulan dan kejadian pertambahan berat badan.

Wahidah dan Roihan (2024) melaporkan bahwa sebagian besar akseptor kontrasepsi suntik di Kabupaten Cianjur yang telah menggunakan metode tersebut selama lebih dari enam bulan mengalami kenaikan berat badan. Penelitian dengan desain *cross-*

sectional tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif dan uji *Chi-Square* untuk menilai hubungan antara durasi pemakaian suntikan tiga bulanan dan perubahan berat badan. Kajian Junita et al. (2024) di Kota Kediri juga menelaah kejadian pertambahan berat badan pada pengguna kontrasepsi suntik tiga bulan dengan mempertimbangkan lamanya penggunaan sebagai variabel penelitian. Kedua kajian tersebut menunjukkan pentingnya memperhatikan riwayat pemakaian kontrasepsi hormonal ketika menilai perubahan berat badan pada akseptor KB.

Perubahan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan dapat menunjukkan pola yang berbeda meskipun durasi penggunaannya relatif sama. Perbedaan tersebut mengindikasikan bahwa respons tubuh dan karakteristik individu turut berperan selama pemakaian kontrasepsi hormonal. Lee et al. (2009) melaporkan bahwa pengguna yang mengalami pertambahan berat badan melebihi 5% pada enam bulan awal cenderung mengalami kenaikan lebih lanjut pada periode pemakaian berikutnya. Temuan tersebut menggambarkan adanya variasi perubahan berat badan di antara akseptor DMPA. Oleh karena itu, penelitian pada lingkungan pelayanan kesehatan yang berbeda tetap diperlukan untuk memperoleh gambaran hubungan lama pemakaian kontrasepsi dan kejadian kenaikan berat badan berdasarkan karakteristik akseptor setempat.

Penelitian ini berfokus pada hubungan antara lamanya penggunaan kontrasepsi suntik tiga bulan dan perubahan berat badan yang dialami oleh perempuan akseptor keluarga berencana. Kajian ini memberikan penekanan khusus pada durasi pemakaian sebagai variabel yang berpotensi berhubungan dengan perubahan berat badan, bukan sekadar menggambarkan keluhan fisik yang muncul selama penggunaan kontrasepsi hormonal. Penekanan tersebut didasarkan pada pertimbangan bahwa pemberian hormon secara berulang dalam periode tertentu memungkinkan terjadinya perubahan respons tubuh yang berkaitan dengan pengaturan berat badan. Dengan demikian, penelitian ini diarahkan untuk memperjelas hubungan kedua variabel melalui pengamatan empiris pada kelompok akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan.

Pengumpulan data dilakukan pada akseptor KB yang memperoleh pelayanan di Puskesmas Selajambe, Kabupaten Sukabumi. Melalui penelitian ini, hubungan antara riwayat penggunaan kontrasepsi suntik tiga bulan dan perubahan berat badan dikaji berdasarkan data akseptor yang memperoleh pelayanan di Puskesmas Sejalambe. Kontribusi kajian ini terletak pada penyediaan bukti empiris dalam konteks pelayanan kesehatan setempat, dengan durasi pemakaian kontrasepsi ditempatkan sebagai variabel utama yang dianalisis. Informasi yang diperoleh diharapkan dapat mendukung tenaga kesehatan dalam menyampaikan edukasi yang lebih terarah, khususnya mengenai kemungkinan perubahan berat badan serta pentingnya evaluasi kondisi fisik secara berkala selama penggunaan kontrasepsi.

Penelitian ini bertujuan menilai hubungan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik tiga bulan dan kejadian pertambahan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Sejalambe, Kabupaten Sukabumi, tahun 2026. Temuan yang diperoleh diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam meningkatkan mutu pelayanan kontrasepsi, khususnya melalui pemeriksaan berat badan secara rutin dan penyampaian

informasi mengenai kemungkinan perubahan berat badan selama masa penggunaan kontrasepsi hormonal.

METODE PENELITIAN

Studi ini dilaksanakan dengan metode kuantitatif melalui rancangan observasional analitik *cross-sectional* untuk mengidentifikasi keterkaitan antara durasi pemakaian kontrasepsi suntik tiga bulan sebagai variabel bebas dan kejadian pertambahan berat badan sebagai variabel terikat. Data kedua variabel dihimpun dalam satu periode pengamatan, kemudian dianalisis untuk mengetahui hubungan berdasarkan informasi yang diperoleh dari responden. Penelitian dilaksanakan pada September 2026 di Puskesmas Sejalambe, Kabupaten Sukabumi, yang dipilih dengan mempertimbangkan tersedianya pelayanan keluarga berencana, terutama kontrasepsi hormonal suntik tiga bulanan. Sebelum pengumpulan data dilakukan, peneliti memperoleh izin dari pihak yang berwenang. Calon peserta mendapatkan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian serta diminta menyatakan kesediaannya melalui persetujuan setelah memperoleh informasi (*informed consent*) sebagai bentuk penghormatan terhadap hak dan keputusan sukarela responden.

Populasi penelitian mencakup seluruh akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan yang tercatat memperoleh pelayanan keluarga berencana di Puskesmas Selajambe, Kabupaten Sukabumi, selama periode penelitian. Berdasarkan dokumentasi pada register pelayanan KB, jumlah akseptor yang menjadi populasi penelitian tercatat sebanyak 170 orang. Dari keseluruhan populasi tersebut, sebanyak 63 akseptor ditetapkan sebagai sampel berdasarkan kesesuaian karakteristik dengan persyaratan penelitian. Responden yang dapat diikutsertakan merupakan pengguna aktif kontrasepsi suntik tiga bulan di Puskesmas Selajambe, menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi, serta mempunyai informasi mengenai riwayat pemakaian kontrasepsi dan berat badan yang memungkinkan dilakukan pengukuran maupun perbandingan. Sebaliknya, akseptor dengan gangguan kesehatan tertentu yang secara langsung berpotensi memengaruhi berat badan tidak diikutsertakan untuk meminimalkan kemungkinan pengaruh faktor perancu terhadap hasil analisis. Pengecualian juga diberlakukan bagi responden yang belum dapat menyediakan informasi penelitian secara memadai meskipun telah dilakukan klarifikasi sesuai prosedur. Penetapan kondisi medis sebagai dasar eksklusi dilakukan dengan mempertimbangkan keterkaitannya secara ilmiah terhadap variabel yang diteliti.

Responden dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kesesuaian karakteristik individu dengan persyaratan keikutsertaan dan pengecualian yang telah ditentukan dalam penelitian. Jumlah sampel ditentukan berdasarkan besarnya populasi menggunakan pendekatan perhitungan Slovin. Metode perhitungan tersebut digunakan dengan mempertimbangkan jumlah populasi penelitian yang telah diketahui, yaitu sebanyak 170 akseptor. Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh kebutuhan sampel sebesar 62,9 yang kemudian dibulatkan menjadi 63 responden sebagaimana berikut:

$$\mathbf{n = N / (1 + N(e^2))}$$

$$n = \frac{170}{1 + 170(0,10)^2}$$

$$n = \frac{170}{1 + 1,70}$$

$$n = \frac{170}{2,70}$$

$$n = 62,96$$

Gambar 1. Rumus Slovin untuk Menentukan Jumlah Sampel Penelitian

Dua variabel yang dikaji dalam penelitian ini meliputi lama pemakaian kontrasepsi suntik tiga bulan sebagai variabel bebas dan kejadian pertambahan berat badan sebagai variabel terikat. Riwayat penggunaan kontrasepsi diklasifikasikan menurut jumlah penyuntikan yang telah diterima, meliputi kelompok satu kali, dua hingga tiga kali, dan lebih dari tiga kali. Selain mengidentifikasi perubahan berat badan, status berat badan responden dikelompokkan berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) menjadi kategori kurang, normal, dan berlebih.

Data primer dan sekunder digunakan untuk mengumpulkan data. Data utama dikumpulkan dalam bentuk wawancara dalam bentuk kuesioner dan pengukuran berat badan responden. Data mengenai karakteristik responden dan informasi mengenai lamanya responden menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulanan dikumpulkan melalui kuesioner. Skala timbangan Puskesmas digunakan untuk mengukur berat badan responden, di mana responden diukur dengan cara yang sama. Register keluarga berencana, kartu peserta keluarga berencana, catatan layanan atau dokumen Puskesmas lainnya tentang penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulanan memberikan data sekunder. Semua data berat badan sebelumnya sebagian besar didasarkan pada data layanan kesehatan sehingga perbandingan berat badan dapat lebih objektif. Data yang dikumpulkan diverifikasi kelengkapannya kemudian diproses dan dianalisis.

Proses pengolahan data meliputi penyuntingan data, pengkodean, entri data, pembersihan, dan tabulasi. Penyuntingan dilakukan untuk memastikan tanggapan responden lengkap dan konsisten. Pengkodean telah dilakukan dengan mengkode setiap kategori variabel penelitian. Setelah proses pengodean selesai, data dimasukkan ke dalam perangkat lunak statistik. Selanjutnya, dilakukan pemeriksaan kembali terhadap data yang telah dientri untuk mengidentifikasi kemungkinan kesalahan pencatatan sebelum tahap analisis.

Analisis data dilaksanakan dalam dua tahap. Tahap pertama menggunakan analisis univariat untuk menyajikan karakteristik responden, riwayat pemakaian kontrasepsi suntik tiga bulan, dan kejadian pertambahan berat badan melalui distribusi frekuensi serta persentase. Tahap berikutnya berupa analisis bivariat yang bertujuan menguji hubungan antara frekuensi penyuntikan dan status kenaikan berat badan. Karena kedua variabel

dinyatakan dalam kategori, pengujian dilakukan dengan *Pearson Chi-Square*. Apabila asumsi mengenai frekuensi harapan tidak terpenuhi, penggunaan uji *Fisher's Exact* dipertimbangkan dengan memperhatikan bentuk tabel kontingensi. Taraf signifikansi ditetapkan sebesar 5% ($\alpha = 0,05$) dengan tingkat kepercayaan 95%. Nilai p yang lebih kecil dari 0,05 menjadi dasar penolakan hipotesis nol (H_0), sedangkan nilai $p \geq 0,05$ menunjukkan bahwa bukti statistik belum cukup untuk menolak H_0. Keputusan tersebut digunakan untuk menilai kebermaknaan hubungan antara riwayat penyuntikan kontrasepsi tiga bulanan dan kejadian pertambahan berat badan.

Pelaksanaan penelitian mengacu pada prinsip etika yang menekankan penghormatan terhadap otonomi, privasi, dan kerahasiaan informasi peserta. Sebelum pengumpulan data, setiap calon responden memperoleh penjelasan mengenai tujuan serta prosedur penelitian dan diberikan kebebasan untuk menentukan kesediaannya melalui persetujuan setelah memperoleh informasi (*informed consent*). Identitas pribadi tidak dicantumkan dalam penyajian hasil, sedangkan seluruh informasi yang diperlakukan sebagai informasi rahasia serta dimanfaatkan secara khusus untuk keperluan penelitian. Seluruh data peserta diperlakukan secara konfidensial dan penggunaannya dibatasi untuk kepentingan penelitian. Pelaksanaan studi ini telah mendapatkan persetujuan etik dengan nomor 007381/KEP STIKES SUKABUMI/2026.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian yang dilaksanakan pada September 2026 ini melibatkan 63 pengguna kontrasepsi suntik tiga bulan. Data penelitian dianalisis secara univariat untuk menyajikan gambaran responden dan sebaran variabel, kemudian dilanjutkan dengan analisis bivariat menggunakan uji *Pearson Chi-Square* guna menguji hubungan antara frekuensi pemakaian kontrasepsi dan kejadian pertambahan berat badan. Berdasarkan Tabel 1, responden paling banyak berada pada rentang usia 20–35 tahun, yaitu 38 orang (60,3%). Sebanyak 19 responden (30,2%) berusia lebih dari 35 tahun, sedangkan kelompok usia kurang dari 20 tahun berjumlah 6 orang (9,5%) dan menjadi kelompok dengan proporsi terkecil.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Usia

Kelompok usia	n	%
< 20 tahun	6	9,5
20–35 tahun	38	60,3
> 35 tahun	19	30,2
Total	63	100

Berdasarkan lama penggunaan KB (Tabel 2), sebanyak 10 responden (15,9%) berada pada kelompok penggunaan KB satu kali, 13 responden (20,6%) berada pada kelompok penggunaan 2–3 kali, dan 40 responden (63,5%) berada pada kelompok penggunaan lebih dari tiga kali.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Lama Penggunaan KB

Lama penggunaan KB	n	%
1 kali	10	15,9
2–3 kali	13	20,6
> 3 kali	40	63,5
Total	63	100

Berdasarkan kejadian kenaikan berat badan (Tabel 3), tercatat 47 akseptor (74,6%) mengalami pertambahan berat badan, sementara 16 akseptor lainnya (25,4%) tidak menunjukkan adanya peningkatan berat badan.

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Kenaikan Berat Badan

Kejadian kenaikan berat badan	n	%
Mengalami kenaikan	47	74,6
Tidak mengalami kenaikan	16	25,4
Total	63	100

Berdasarkan Tabel 4, seluruh akseptor yang baru menerima satu kali suntikan KB tidak menunjukkan pertambahan berat badan. Pada kelompok penggunaan 2–3 kali, terdapat 10 responden (76,9%) dengan kenaikan berat badan dan 3 responden (23,1%) tanpa kenaikan. Sementara itu, pada kelompok penggunaan lebih dari tiga kali, pertambahan berat badan tercatat pada 37 responden (92,5%), sementara 3 responden (7,5%) tidak mengalami peningkatan.

Tabel 4. Hubungan Lama Penggunaan KB dengan Kejadian Kenaikan Berat Badan

Lama Penggunaan KB	Mengalami Kenaikan n (%)	Tidak Mengalami Kenaikan n (%)	Total
1 Kali	0 (0)	10 (100,0)	10
2-3 Kali	10 (76,9)	3 (23.1)	13
>3 Kali	37 (92,5)	3 (7,5)	40
Total	47 (74,6)	16 (25,4)	63

Hasil Uji Chi-Square

Hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik tiga bulan dan kejadian pertambahan berat badan diuji secara statistik menggunakan *Pearson Chi-Square* dengan tingkat signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$).

Tabel 5. Hasil Uji Pearson Chi-Square Hubungan Lama Penggunaan KB dengan Kenaikan Berat Badan

Uji Statistik	Nilai
Pearson Chi-Square	36.174
df	2
p-value	<0,001
N of Valid Cases	63

Berdasarkan hasil pengujian pada Tabel 5, diperoleh nilai *Pearson Chi-Square* sebesar 36,174 dengan derajat kebebasan 2 dan nilai $p < 0,001$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa frekuensi penggunaan kontrasepsi suntik tiga bulan memiliki hubungan yang signifikan secara statistik dengan kejadian pertambahan berat badan pada responden penelitian.

Pembahasan

Temuan penelitian memperlihatkan perbedaan proporsi kenaikan berat badan berdasarkan jumlah penyuntikan kontrasepsi tiga bulanan, dengan hubungan yang bermakna secara statistik. Seluruh akseptor dalam kelompok satu kali penyuntikan tidak mengalami pertambahan berat badan. Pada kelompok dua hingga tiga kali penyuntikan, sebanyak 76,9% responden mengalami kenaikan berat badan, sedangkan proporsinya mencapai 92,5% pada kelompok yang telah menerima lebih dari tiga kali suntikan. Pola tersebut menunjukkan bahwa kejadian pertambahan berat badan lebih sering ditemukan pada responden dengan riwayat penyuntikan yang lebih banyak.

Proporsi responden yang mengalami pertambahan berat badan cenderung meningkat seiring bertambahnya frekuensi pemakaian kontrasepsi suntik. Analisis Pearson Chi-Square menghasilkan $\chi^2 = 36,174$, derajat kebebasan (df) = 2, dan $p < 0,001$. Hasil pengujian memperlihatkan bahwa perbedaan frekuensi penyuntikan kontrasepsi tiga bulanan berkaitan secara bermakna dengan kejadian kenaikan berat badan pada responden penelitian.

Temuan tersebut didukung oleh penelitian Aprilia dan Dharmayanti (2025), yang melaporkan adanya keterkaitan bermakna antara lamanya pemakaian kontrasepsi suntik tiga bulan dan pertambahan berat badan, dengan nilai $p = 0,02$. Penelitian Yuria et al. (2023) juga menunjukkan hasil yang bermakna secara statistik terkait lama pemakaian Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) ($p = 0,001$). Sementara itu, Dewi et al. (2023) mengungkapkan bahwa peningkatan berat badan memiliki keterkaitan dengan jenis kontrasepsi hormonal yang digunakan serta lamanya pemakaian ($p = 0,0001$). Kesamaan hasil dari beberapa penelitian tersebut menunjukkan bahwa durasi penggunaan kontrasepsi hormonal merupakan aspek penting dalam mengevaluasi perubahan berat badan pada akseptor.

Beksinska et al. (2021) turut melaporkan perbedaan pertambahan berat badan menurut metode kontrasepsi. Selama pengamatan 12–18 bulan, pengguna DMPA intramuskular mengalami kenaikan rata-rata 3,5 kg, sedangkan pengguna alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR) tembaga mengalami kenaikan 1,5 kg. Perbedaan antara kedua kelompok menunjukkan signifikansi secara statistik ($p < 0,001$). Walaupun tidak menguji hubungan berdasarkan pengelompokan durasi pemakaian, penelitian tersebut menunjukkan bahwa perubahan berat badan dapat berbeda menurut jenis kontrasepsi.

Dari aspek fisiologis, pertambahan berat badan pada akseptor DMPA diperkirakan berkaitan dengan perubahan selera makan, konsumsi kalori, serta penumpukan jaringan lemak. Meski demikian, respons setiap pengguna dapat berbeda akibat pengaruh usia, kebiasaan makan, tingkat aktivitas, dan metabolisme tubuh. Dengan demikian,

keterkaitan yang diperoleh perlu dikaji secara hati-hati karena kemungkinan pengaruh variabel lain belum dapat dikesampingkan. Rancangan *cross-sectional* juga membatasi kesimpulan penelitian pada hubungan antarvariabel, bukan pembuktian sebab dan akibat.

Hasil kajian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan keterkaitan antara lamanya pemakaian suntik KB tiga bulanan dan pertambahan berat badan. Nilai tambah penelitian terletak pada data yang diperoleh dari pelayanan KB di Puskesmas Selajambe, Kabupaten Sukabumi. Informasi tersebut dapat mendukung petugas kesehatan dalam memberikan edukasi tentang perubahan berat badan sekaligus menganjurkan penimbangan rutin kepada akseptor. Namun, pemanfaatan temuan tetap perlu memperhatikan perbedaan kondisi responden dan didukung oleh kajian lanjutan.

Ketika membahas perubahan berat badan, hal ini dapat dikaitkan dengan reaksi individu terhadap metode kontrasepsi yang digunakan. Perubahan hormonal yang menyertai perubahan penggunaan beberapa kontrasepsi juga dapat dikaitkan dengan perubahan komposisi tubuh, retensi cairan, dan nafsu makan. Meskipun demikian, interpretasi tersebut harus mempertimbangkan jenis kontrasepsi yang digunakan, di mana setiap jenis memiliki berbagai fitur dan tindakan.

Jika penelitian bersifat cross-sectional, maka temuan tersebut tidak dapat digunakan untuk memverifikasi hubungan temporal antara lamanya penggunaan kontrasepsi dan penambahan berat badan. Dengan demikian, lebih tepat untuk menafsirkan hasil penelitian dengan makna terjadinya hubungan statistik dalam populasi penelitian. Desain penelitian longitudinal atau kohort harus dilakukan dalam penelitian selanjutnya untuk menilai perubahan berat badan dengan lebih baik selama penggunaan kontrasepsi.

Kontribusi penelitian ini terletak pada penyajian bukti empiris mengenai hubungan jumlah penyuntikan kontrasepsi tiga bulanan dengan kejadian kenaikan berat badan berdasarkan data akseptor di Puskesmas Sejalambe, Kabupaten Sukabumi. Yuria et al. (2023) telah mengidentifikasi hubungan durasi penggunaan kontrasepsi suntik *Depo Medroxyprogesterone Acetate* (*DMPA*) dengan perubahan berat badan. Temuan sejalan dikemukakan Dewi et al. (2023) melalui kajian jenis dan masa pemakaian kontrasepsi hormonal, serta Aprilia dan Dharmayanti (2025) yang melaporkan hubungan bermakna pada pengguna suntikan tiga bulanan. Penelitian ini secara khusus membandingkan kejadian pertambahan berat badan pada kelompok akseptor dengan riwayat penyuntikan sebanyak satu kali, dua hingga tiga kali, dan lebih dari tiga kali di Puskesmas Sejalambe. Oleh karena itu, sumbangan penelitian lebih diarahkan pada penyediaan data dari kelompok akseptor dan lingkungan pelayanan yang berbeda, bukan pada pengungkapan hubungan yang sama sekali baru.

Hasil kajian ini dapat dimanfaatkan sebagai informasi pendukung bagi petugas kesehatan dan pengguna KB dalam pelaksanaan pelayanan kontrasepsi suntik tiga bulan yang memperhatikan kondisi masing-masing akseptor. Persentase pertambahan berat badan yang lebih besar pada pengguna dengan masa pemakaian lebih panjang dapat menjadi pertimbangan bagi bidan dalam memberikan penjelasan tentang perubahan berat badan dan pentingnya pemeriksaan rutin selama berkontrasepsi. Perhatian terhadap karakteristik setiap pengguna turut didukung oleh kajian Nurhalizah et al. (2023)

mengenai pengetahuan, aktivitas fisik, dan durasi pemakaian kontrasepsi terkait pertambahan berat badan, serta Hasanah et al. (2025) yang membahas hubungan aktivitas fisik dengan kejadian kenaikan berat badan pada pengguna *DMPA*. Dengan demikian, temuan ini dapat menjadi rujukan tambahan dalam penyuluhan kontrasepsi yang memperhatikan riwayat pemakaian, kebiasaan bergerak, dan keadaan individu. Meskipun demikian, rancangan *cross-sectional* yang diterapkan belum memungkinkan penarikan kesimpulan mengenai sebab dan akibat secara langsung.

KESIMPULAN

Berdasarkan data 63 akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan di Puskesmas Sejalambe, Kabupaten Sukabumi, ditemukan keterkaitan secara statistik antara jumlah penyuntikan yang telah diterima dan kejadian kenaikan berat badan ($\chi^2 = 36{,}174$; $p < 0{,}001$). Dari keseluruhan responden, 47 orang (74,6%) tercatat mengalami pertambahan berat badan. Tidak ditemukan kenaikan berat badan pada kelompok yang baru menjalani satu kali penyuntikan, sementara proporsinya mencapai 76,9% pada kelompok dua hingga tiga kali dan 92,5% pada kelompok dengan riwayat lebih dari tiga kali penyuntikan. Perbedaan tersebut memperlihatkan kecenderungan meningkatnya proporsi akseptor yang mengalami kenaikan berat badan seiring bertambahnya jumlah suntikan. Temuan ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi individual dan melakukan evaluasi berat badan secara berkala selama pelayanan KB. Mengingat penelitian menggunakan rancangan *cross-sectional*, hasil yang diperoleh terbatas pada hubungan statistik dan belum dapat menjelaskan keterkaitan sebab-akibat secara langsung.

REFERENSI

Affandi, B., Adriaansz, G., Gunardi, E. R., & Koesno, H. (2014). *Buku panduan praktis pelayanan kontrasepsi* (Edisi ke-3). PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Aprilia, S. F., & Dharmayanti, L. (2025). The relationship between the duration of 3-month injectable contraceptive use and weight gain of contraceptive acceptors at the Ny. I TPMB in Pasuruan City. *Jurnal Persada Husada Indonesia*, *12*(4), 1–6. https://doi.org/10.56014/jphi.v12i4.448

Beksinska, M., Issema, R., Beesham, I., Lalbahadur, T., Thomas, K., Morrison, C., Hofmeyr, G. J., Steyn, P. S., Mugo, N., Palanee-Phillips, T., Ahmed, K., Nair, G., Baeten, J. M., & Smit, J. (2021). Weight change among women using intramuscular depot medroxyprogesterone acetate, a copper intrauterine device, or a levonorgestrel implant for contraception: Findings from a randomised, multicentre, open-label trial. *EClinicalMedicine*, *34*, 1-9. https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2021.100800

Citra, R. M., & Handayani, W. (2024). Hubungan penggunaan KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada wanita akseptor KB. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa, 3*(2), 93–99. https://doi.org/10.57218/jkj.Vol3.Iss2.1286

Dahlan, M. S. (2019). *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan: Deskriptif, bivariat, dan multivariat* (Edisi ke-6). Epidemiologi Indonesia.

Dewi, A. R., Putri, H. F. W., Soyanita, E., & Frafitasari, D. Y. (2025). Hubungan usia dan lama penggunaan KB suntik 3 bulan terhadap kenaikan berat badan. *Jurnal Bidan Pintar, 6(2),* 706–716. https://doi.org/10.30737/jubitar.v6i2.6970

Dewi, N. K. E. K., Wandia, I. M., & Permatananda, P. A. N. K. (2023). Type and duration of use of hormonal contraceptives as a trigger for maternal weight increase in family planning acceptors in Bali: A cohort study. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai, 16*(2), 109–116. https://doi.org/10.26630/jkmsaw.v16i2.3674

Hartanto, H. (2015). *Keluarga berencana dan kontrasepsi*. Pustaka Sinar Harapan.

Hasanah, Z., Merawati, D., Raja Azidin, R. M. F., Amelia, D., Puriastuti, A. C., Novembriani, R. P., Viandika, N., & Dewi, P. N. (2025). The correlation between the amount of weight gain and physical activity levels in Depot Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) users. *Indonesian Journal of Research in Physical Education, Sport, and Health, 3(1)*, 18–26. https://doi.org/10.17977/um086v3i12025p18-26

Junita, M. E., Mulazimah, & Nurahmawati, D. (2024). Hubungan lama pemakaian kontrasepsi terhadap kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik tiga bulan di PMB Veronika Kota Kediri. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains dan Pembelajaran, 4*(1), 273–281. https://doi.org/10.29407/hpn0hx92

Le, Y. C. L., Rahman, M., & Berenson, A. B. (2009). Early weight gain predicting later weight gain among depot medroxyprogesterone acetate users. Obstetrics & Gynecology, 114(2), 279–284. https://doi.org/10.1097/AOG.0b013e3181af68b2

Lestari, M., Suksesty, C. E., & Habibah, P. (2023). Hubungan lama penggunaan kontrasepsi KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan di Puskesmas Rajeg Kabupaten Tangerang. *IMJ (Indonesian Midwifery Journal), 7*(1), 44–63. https://jurnal.umt.ac.id/index.php/imj/article/view/11228

Miati, N. K., Oktya, T., Sadzidah, M., Hozanah, N., Gajah, N. L., & Ningtari, S. A. (2024). Hubungan penggunaan KB suntik 1 bulan dan KB suntik 3 bulan terhadap kenaikan berat badan di Bidan Praktek Mandiri "V" tahun 2024. *Jurnal Ilmiah Bidan, 8*(2), 1-8. https://doi.org/10.69935/jidan.v8i2.77

Ntobuo, M. H., Fatiah, M. S., Hasmi, & Tambing, Y. (2022). Perubahan berat badan akseptor kontrasepsi suntik Depo Medroxy Progesterone Acetat (DMPA). *Jurnal Keperawatan Tropis Papua,* 5(2), 71-77. https://doi.org/10.47539/jktp.v5i2.315

Nuraini, Hindriyawati, W., & Sumirah. (2024). Pertambahan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Danurejan 1 Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Science), 11*(2), 43–52. https://doi.org/10.36307/p5xv3245

Nurhalizah, N., Dewi, M. K., & Sugesti, R. (2023). Hubungan pengetahuan, aktivitas fisik, lama penggunaan KB terhadap kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di PMB Hj. Sumiyati, S.ST.Bdn Kabupaten Bogor tahun 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah, 2*(12), 5347–5355. https://doi.org/10.55681/sentri.v2i12.1930

Pratiwi, R. E., Pratamaningtyas, S., & Rahayu, D. E. (2023). Hubungan pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada akseptor: Studi literatur. *Indonesian Health Issue, 2*(1), 1–8. https://doi.org/10.47134/inhis.v2i1.39

Sodikoh, I., & Sutarno, M. (2024). Hubungan pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di TPMB Bidan Titin Duratul Kabupaten Tangerang Banten tahun 2023. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan, 14*(1), 38–43. https://doi.org/10.61902/involusi.v14i1.949

Wahidah, N., & Roihan, A. (2024). Hubungan lama penggunaan KB suntik 3 bulan terhadap berat badan akseptor di PMB N Kabupaten Cianjur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Kebidanan, 3*(2), 13–20. https://ojs.akbidbibogor.ac.id/index.php/JIKK/article/download/40/37/319

Yuria, M., Gustina, I., & Anggraeni, L. (2023). Analisis lama pemakaian KB suntik Depo Medroxy Progesteron Acetate dengan peningkatan berat badan. *Zona Kebidanan: Program Studi Kebidanan Universitas Batam, 13*(1), 55-64. https://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonabidan/article/view/1092