

Study Korelasi: Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Di Klinik Aura Syifa 2 Kabupaten Kediri

Estin Gita Maringga¹, Dewi Taurisiawati Rahayu², Dahliya³

¹STIKES Karya Husada Kediri, estingita1012@gmail.com, 081357673430

²STIKES Karya Husada Kediri, deetaurisia@gmail.com, 082301110990

³STIKES Karya Husada Kediri, dahliyacantik8@gmail.com, 082334568431

Abstrak

Kontrasepsi suntik merupakan salah satu metode kontrasepsi yang paling efektif dan reversibel untuk mencegah terjadinya konsepsi. Efek samping utama suntik DMPA yaitu perubahan berat badan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pemakaian kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan akseptor KB di Klinik Aura Syifa 2 Kabupaten Kediri tahun 2025. Desain penelitian menggunakan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor KB suntik 3 bulan mulai bulan Juli-Agustus 2025, Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling, dan jumlah sample yang diperoleh sebanyak 57 responden. Penelitian dilaksanakan di Klinik Aura Syifa 2 Kabupaten Kediri pada tanggal 17 Juli sampai 20 Agustus tahun 2025. Uji statistik menggunakan chi square. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar akseptor di Klinik Aura Syifa 2 Kabupaten Kediri menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan selama >2 tahun dari 57 responden diketahui sebanyak 36 responden (61,4%) dan mengalami peningkatan berat badan yaitu sebanyak 42 responden (73,7%). Hasil uji statistik menggunakan chi square, menunjukkan nilai p-value (0,025) < α= (0,05), artinya ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB di Klinik Aura Syifa 2 Kabupaten Kediri. Lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan mempengaruhi peningkatan berat badan akseptor KB. Sehingga diperlukan suatu edukasi Kesehatan yang efektif dan efisien kepada akseptor KB suntik 3 bulan tentang gaya hidup sehat (diet rendah kalori, konsumsi serat dan cairan, olahraga rutin), mengedukasi tentang efek samping hormon yang mungkin terjadi, dan menganjurkan akseptor untuk mengonsultasikan kondisi mereka jika ada kenaikan berat badan yang signifikan.

Kata kunci: suntik KB, kenaikan, berat badan

Abstract

Injectable contraception is one of the most effective and reversible contraceptive methods to prevent conception. The main side effect of DMPA injection is weight change. The purpose of this study was to determine the relationship between the use of injectable contraception and weight gain of family planning acceptors at Aura Syifa 2 Clinic, Kediri Regency in 2025. The study design used a cross-sectional approach. The population in this study were all 3-month injectable contraception acceptors from July to August 2025. The sampling technique used was simple random sampling, and the number of samples obtained was 57 respondents. The study was conducted at Aura Syifa 2 Clinic, Kediri Regency from July 17 to August 20, 2025. Statistical tests used chi square. The results of the study showed that most acceptors at Aura Syifa 2 Clinic, Kediri Regency used 3-month injectable contraception for >2 years from 57 respondents, known as 36 respondents (61.4%) and experienced weight gain, namely 42 respondents (73.7%). The results of the statistical test using chi square showed a p-value (0.025) < α= (0.05), meaning that there is a relationship between the length of use of 3-month injectable contraception and the increase in body weight of KB acceptors at the Aura Syifa 2 Clinic, Kediri Regency. Long-term use of the 3-month injectable contraceptive affects weight gain in contraceptive users. Therefore, effective and efficient health education is needed for 3-month injectable contraceptive users about a healthy lifestyle (low-calorie diet, fiber and fluid intake, and regular exercise), educating them about possible hormonal side effects, and encouraging them to consult a doctor if they experience significant weight gain.

Keywords: birth control injection, weight gain

PENDAHULUAN

Keluarga Berencana atau Family Planning adalah suatu usaha untuk menjarangkan atau merencanakan jumlah dan jarak kehamilan dengan memakai alat kontrasepsi. Setiap jenis kontrasepsi memiliki kelebihan dan kekurangan sehingga pemilihannya harus disesuaikan

dengan status kesehatan wanita, efek samping, konsekuensi kehamilan yang tidak diinginkan, kerja sama pasangan, serta norma budaya.¹

Berdasarkan data BKKBN tahun 2023, metode kontrasepsi yang paling banyak digunakan oleh peserta KB aktif adalah

kontrasepsi suntik dan pil, dengan proporsi lebih dari 80% dibandingkan metode lainnya.^{2 3}

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan berat badan sebesar 6,1 kg pada pengguna kontrasepsi suntik DMPA selama 30 bulan pemakaian.⁵ Efek peningkatan berat badan pada pengguna DMPA juga dilaporkan oleh WHO, di mana terjadi peningkatan berat badan rata-rata 2,7 kg pada tahun pertama, 4 kg setelah dua tahun, dan 7 kg setelah tiga tahun pemakaian.^{4 11}

Penelitian lain menunjukkan adanya perbedaan berat badan sebelum dan sesudah pemakaian DMPA selama enam bulan, dengan peningkatan rata-rata dari 50,7 kg menjadi 54,9 kg.⁵

Kenaikan berat badan menjadi salah satu alasan utama akseptor menghentikan penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dan berpotensi menyebabkan drop out. Berat badan berlebih dapat meningkatkan risiko osteoarthritis, hipertensi, penyakit jantung, dan diabetes melitus.^{7 25}

Kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik disebabkan oleh pengaruh hormon progesteron yang meningkatkan nafsu makan dan mempermudah konversi karbohidrat menjadi lemak. Kondisi ini dapat menyebabkan peningkatan berat badan secara progresif hingga 2–4 kg dalam dua bulan apabila tidak diimbangi dengan pola hidup sehat.²⁶

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan *cross sectional* karena setiap variabel dalam penelitian ini diteliti dalam waktu yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah akseptor KB suntik 3 bulan pada bulan Januari hingga Februari tahun 2025 di Klinik Aura Syifa 2 Kabupaten Kediri

dengan total 67 orang. Pada penelitian ini yang menjadi sampel adalah sebagian akseptor KB suntik 3 bulan pada bulan Juli-Agustus tahun 2025 di Klinik Aura Syifa 2 Kabupaten Kediri yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah sampel yang akan dilakukan pengambilan data penelitian sesuai dengan perhitungan rumus slovin yaitu sebanyak 57 responden dengan teknik *simple random sampling*.

Instrumen yang digunakan yaitu buku registrasi KB yang terdapat di Klinik Aura syifa 2 Kabupaten Kediri dan kartu kunjungan KB yang dibawa oleh akseptor KB setiap kali melakukan suntikan DMPA ke petugas kesehatan. Lembar ceklist yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian ini meliputi identitas responden (usia, jumlah anak, Pendidikan terakhir, pekerjaan, riwayat kontrasepsi sebelumnya). Timbangan berat badan yang digunakan untuk mengukur berat badan akseptor KB suntik DMPA menggunakan timbangan manual GEA ZT-120.

Analisa bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diteliti yaitu lama waktu penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dan peningkatan berat badan menggunakan uji korelasi *Chi Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan pada tanggal 17 Juli sampai dengan 20 Agustus 2025. Hasil penelitian yang diperoleh, dapat dilihat pada tabel berikut: Tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan umur

	Umur Ibu	Responden	
		Jumlah	Persentase (%)
1	<20 tahun dan >35 tahun	19	33,3
2	20-35 tahun	38	66,7
	Total	57	100,0

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar umur responden pada rentang usia 20-35 tahun (66,7%), hal ini menunjukkan responden dalam penelitian ini berada dalam kategori usia reproduksi sehat.

Tabel 2 Karakteristik responden berdasarkan paritas

Paritas	Responden	
	Jumlah	Prosentase (%)
1 Primipara	21	36,8
2 Multipara	36	63,2
Total	57	100,0

Hasil penelitian pada tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar paritas responden adalah multipara yaitu berjumlah 36 responden (63,2%). Data ini menunjukkan bahwa akseptor KB yang menjadi responden penelitian didominasi oleh kelompok ibu multipara.

Tabel 3 Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Responden	
	Jumlah	Prosentase (%)
1 Pendidikan dasar	11	19,3
2 Pendidikan menengah	31	54,4
3 Pendidikan tinggi	15	26,3
Total	57	100,0

Hasil penelitian pada tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat Pendidikan responden adalah menengah yaitu berjumlah 31 responden (54,4%).

Tabel 4 Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Pekerjaan	Responden	
	Jumlah	Prosentase (%)
1 IRT	22	38,6
2 Petani/buruh tani	5	8,8
3 Swasta	11	19,3
4 Wiraswasta	12	21,1
5 PNS	7	12,3
Total	57	100,0

Hasil penelitian pada tabel 4 menunjukkan bahwa hampir setengah responden adalah ibu rumah tangga yaitu berjumlah 22 responden (38,6%).

Tabel 5 Karakteristik responden berdasarkan riwayat KB sebelumnya

Riwayat KB	Responden	
	Jumlah	Prosentase (%)
1 Suntik	19	33,3
2 Pil	14	24,6
3 Kondom	7	12,3
4 IUD	12	21,1
5 Implan	5	8,8
Total	57	100,0

Hasil penelitian pada tabel 5 menunjukkan bahwa hampir setengah responden dengan riwayat KB sebelumnya adalah suntik yaitu berjumlah 19 responden (33,3%).

Tabel 6 Lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan

Lama penggunaan	Responden	
	Jumlah	Prosentase (%)
1 1-2 tahun	22	38,6
2 >2 tahun	35	61,4
Total	57	100,0

Hasil penelitian pada tabel 6 menunjukkan bahwa dari total sampel 57 responden, sebagian besar dari responden yaitu 36 responden (61,4%) menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan selama >2 tahun.

Tabel 7 Peningkatan berat badan akseptor KB

Peningkatan berat badan	Responden	
	Jumlah	Prosentase (%)
1 Ya	42	73,7
2 Tidak	15	26,3
Total	57	100,0

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden yaitu 42 responden (73,7%) mengalami peningkatan berat badan. Peningkatan berat badan dalam penelitian ini jika terjadi peningkatan berat ≥ 2 kg setelah penggunaan suntik KB 3 bulan. Dalam penelitian ini peningkatan berat badan paling banyak adalah 6,8kg.

Tabel 8 Hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan BB

Lama penggunaan	Peningkatan berat badan						p value
	Tidak		Ya		Total		
	F	%	F	%	f	%	
1-2 tahun	13	22,8	9	15,8	22	38,6	
>2 tahun	2	3,5	33	57,9	35	61,4	0,025
Total	15	26,3	42	73,7	57	100,0	

Berdasarkan tabel 8, menunjukkan bahwa sebagian besar pada akseptor KB > 2 tahun mengalami kenaikan berat badan sebanyak 57,9 %. Terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan dengan p value 0,025

Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan

Hasil penelitian pada tabel 6 menunjukkan bahwa dari total sampel 57 responden, sebagian

besar dari responden yaitu 36 responden (61,4%) menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan selama >2 tahun.

Kontrasepsi KB suntik ini banyak dipilih karena merupakan alternatif kontrasepsi yang sangat baik bagi wanita yang meng inginkan kontrasepsi jangka panjang yang sangat efektif. Selain itu karena kontrasepsi ini juga tidak mempengaruhi proses menyusui terutama KB suntik 3 bulan, tidak bergantung pada faktor senggama, bisa digunakan oleh semua wanita usia produktif, praktis dan mudah karena mereka hanya perlu melakukannya 3 bulan sekali serta murah⁽¹²⁾

Menurut teori perilaku bahwa keputusan seseorang dalam menggunakan alat kontrasepsi dipengaruhi oleh 3 faktor yaitu faktor predisposisi (struktur sosial, kepercayaan kesehatan, dan karakteristik demografi meliputi umur, pendidikan, pengetahuan, jumlah anak), faktor pendukung (akses pelayanan kesehatan, pendapatan dan pemanfaatan asuransi kesehatan), faktor kebutuhan (persepsi terhadap status kesehatan dan simptom/ diagnosis).⁽¹³⁾ Hasil ini sesuai dengan karakteristik umum responden dalam penelitian ini yang didominasi oleh usia reproduksi sehat dan tingkat pendidikan menengah, sehingga mempengaruhi keputusan akseptor KB untuk memilih durasi atau lama penggunaan metode kontrasepsi yang telah dipilih.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingginya akseptor KB suntik 3 bulan dengan lama pemakaian >2 tahun. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat penerimaan dan keberlanjutan yang tinggi di kalangan akseptor. Selain itu, temuan ini mengindikasikan bahwa metode ini dianggap efektif dan cukup sesuai

untuk kebutuhan mereka, meskipun terdapat berbagai efek samping yang mungkin muncul.

Peningkatan berat badan akseptor KB

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa dari total sampel 57 responden, sebagian besar dari responden yaitu 42 responden (73,7%) mengalami peningkatan berat badan. Peningkatan berat badan dalam penelitian ini jika terjadi peningkatan berat ≥ 2 kg setelah penggunaan suntik KB 3 bulan. Dalam penelitian ini peningkatan berat badan paling banyak adalah 6,8kg.

Depo provera, dengan nama kimiawi 6-alfa-medroksiprogesteron telah digunakan untuk tujuan kontrasepsi perenteral, mempunyai efek progestagen yang kuat dan sangat efektif. Hormon progesteron dapat memicu perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah. ⁽²²⁾. Kondisi ini memicu terjadinya peningkatan BB yang signifikan pada akseptor KB suntik 3 bulan

Konsep teori lainnya menunjukkan bahwa suntikan DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus, yang menyebabkan akseptor makan mempunyai nafsu makan lebih banyak dari biasanya. Sistem pengontrol yang mengatur perilaku makanan terletak pada suatu bagian otak yang disebut hipotalamus. Hipotalamus mengandung banyak pembuluh darah, kemudian bertugas menggerakkan nafsu makan sehingga menyebabkan kenaikan berat badan akibat dari nafsu makan yang meningkat. ⁽²¹⁾

Hasil penelitian lainnya menunjukkan bahwa peningkatan pada berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di Klinik Bidan Rahmatun Azmi Desa Pargarutan Tahun 2021 dimana mayoritas

responden mengalami kenaikan berat badan sebanyak 37 orang (72,5%) dan sebanyak 14 responden (27,5%) tidak mengalami kenaikan berat badan. ⁽⁵⁾

Hasil penelitian ini juga menunjukkan hasil bahwa responden yang tidak mengalami peningkatan berat badan yaitu sebanyak 15 orang (26,3%). Tidak adanya perubahan berat badan pada beberapa akseptor kb suntik disebabkan karena beberapa usaha yang dapat dilakukan untuk mengurangi berat badan antara lain olahraga, mengkonsumsi serat makanan, mengurangi konsumsi lemak, lebih banyak mengkonsumsi protein dan serat serta adanya perubahan perilaku seperti mengikuti pola hidup sehat, dan lain-lain.

Dapat disimpulkan bahwa efek samping dari KB suntik DMPA mayoritas akseptor akan mengalami kenaikan berat badan. Hal ini bisa terlihat dari beberapa penelitian dan juga dari teori yang menyebutkan bahwa hormon progesteron akan merangsang nafsu makan sehingga bisa menyebabkan kenaikan berat badan.

Hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kb suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan, dengan nilai p-value $(0,025) < \alpha = (0,05)$

Depo medroksiprogesteron asetat yang digunakan untuk tujuan kontrasepsi mempunyai efek progestogen yang kuat dan sangat efektif. Dalam penggunaan jangka panjang DMPA yang lebih dari 2 tahun dapat menyebabkan terjadinya peningkatan berat badan. Hal ini dikarenakan penggunaan hormonal yang lama dapat

mengganggu keseimbangan hormon estrogen dan progesterone dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadinya perubahan sel yang normal menjadi sel yang tidak normal.⁽²¹⁾

Kenaikan berat badan, kemungkinan disebabkan karena hormon progesterone yang mampu berfungsi sebagai katalisator sehingga mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, dengan demikian lemak dibawah kulit bertambah, selain itu hormon progesterone juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik sebagai salah satu akibat pemakaian kontrasepsi suntikan yang juga akan berdampak terhadap bertambahnya berat badan. ⁽²¹⁾.

Selain hormon progesteron kontrasepsi hormonal juga dapat memberikan efek pertambahan berat badan akibat dari resistensi cairan karena ada cairan yang terjebak di ekstra seluler. Akibat dari resistensi cairan dan meningkatnya nafsu makan berpengaruh pada penurunan aktivitas fisik sehingga akseptor pengguna kontrasepsi hormonal dalam jangka waktu tertentu mengalami peningkatan berat badan yang umumnya bervariasi, kenaikan berat badan yang terjadi antara 1 kg sampai 5 kg dalam satu tahun awal pemakaian.⁽²¹⁾

Efek samping yang paling sering pada akseptor KB suntik yang sering muncul yaitu adanya nyeri tekan payudara, timbul jerawat, dan peningkatan berat badan. Peningkatan berat badan merupakan penyebab utama klien menghentikan metode ini dan rentangnya rata-rata 2-3 kg selama tahun pertama dan secara progresif terus bertambah selama tahun ke dua.⁽²⁴⁾

Hasil penelitian terdahulu menyatakan ada hubungan yang bermakna antara lamanya

pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ibu akseptor KB suntik di Bidan Praktek Mandiri Kota Banjarbaru Utara tahun 2021 dengan $p \text{ value} = 0,000 < \alpha 0,05$. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa sebagian besar responden menunjukkan lama pemakaian KB suntik 3 bulan yaitu > 36 bulan sebanyak 43 orang (62,3%) dan mengalami kenaikan berat badan kategori obesitas ($BB > 5 \text{ kg}$) sebanyak 51 orang (73,9%)⁽²⁷⁾

Lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan berkaitan dengan penambahan berat badan. Hasil ini dipicu oleh hormon progesteron yang dapat meningkatkan nafsu makan serta mempermudah perubahan karbohidrat menjadi lemak, sehingga penumpukan lemak yang menyebabkan berat badan semakin bertambah.

SIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar akseptor di Klinik Aura Syifa 2 Kabupaten Kediri menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan selama > 2 tahun dari yaitu 36 responden (61,4%). Sebagian besar akseptor KB suntik 3 bulan di Klinik Aura Syifa 2 Kabupaten Kediri mengalami peningkatan berat badan yaitu sebanyak 42 responden (73,7%). Terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB di Klinik Aura Syifa 2 Kabupaten Kediri tahun 2025, dengan $p\text{-value} (0,025) < \alpha = (0,05)$.

Disarankan bagi akseptor KB suntik 3 bulan untuk menjaga asupan kalori, mengonsumsi makanan tinggi serat dan cairan, serta berolahraga secara rutin. Jika kenaikan berat badan tetap terjadi meskipun sudah menerapkan pola hidup sehat, penting untuk berkonsultasi dengan dokter untuk pemeriksaan

lebih lanjut dan mendapatkan saran metode kontrasepsi lain yang lebih sesuai.

Bagi Klinik Aura Syifa 2 Kabupaten Kediri, diharapkan meningkatkan penyuluhan tentang gaya hidup sehat (diet rendah kalori, konsumsi serat dan cairan, olahraga rutin), mengedukasi tentang efek samping hormon yang mungkin terjadi, dan menganjurkan akseptor untuk mengonsultasikan kondisi mereka jika ada kenaikan berat badan yang signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. Keluarga berencana dan kesehatan reproduksi. Jakarta: BKKBN; 2022.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil kesehatan Indonesia tahun 2023. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI; 2023.
3. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Provinsi Jawa Timur. Indikator sasaran strategis BKKBN periode 2020–2023. Surabaya: BKKBN Jawa Timur; 2024.
4. Cunningham FG, Leveno KJ, Bloom SL, Spong CY, Dashe JS. Williams obstetrics. 23rd ed. New York: McGraw-Hill Education; 2018.
5. Nurmainah N, Wahdaningsih S, Innas SQ. Analisis pengaruh penggunaan depot medroxyprogesterone acetate terhadap kenaikan berat badan akseptor di Puskesmas Perumnas II Pontianak. *J Pharmascience*. 2020;7(2):149–56.
6. Febriani R, Ramayanti I. Analisis perubahan berat badan pada pemakaian KB suntik depo medroksi progesteron asetat (DMPA). *Jurnal 'Aisyiyah Medika*. 2020;5(1):113–21.
7. Hartanto H. Keluarga berencana dan kontrasepsi. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan; 2010.
8. Zahari AFM, Utomo PP, et al. Partisipasi masyarakat dalam pelaksanaan program keluarga berencana (KB) di Desa Liku Kecamatan Samaturu Kabupaten Kolaka. Kolaborasi: *Jurnal Administrasi Publik*. 2022;8(2):192–206.
9. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman pelayanan kontrasepsi dan keluarga berencana. Jakarta: Direktorat Kesehatan Keluarga; 2021.
10. Nugroho T, Nurrezki AMK, Warnaliza D, Willis AMK. Buku ajar asuhan kebidanan. Yogyakarta: Nuha Medika; 2019.
11. World Health Organization. Family planning/contraception methods. Geneva: WHO; 2019.
12. Matahari R, Utami FP, Sugiharti S. Buku ajar keluarga berencana dan kontrasepsi. Yogyakarta: Pustaka Ilmu; 2018.
13. Nursalam. Pendekatan praktik metodologi riset keperawatan. Jakarta: CV Sagung Seto; 2018.
14. Mochache V, Lakhani A, El-Busaidy H, Temmerman M, Gichangi P. Pattern and determinants of contraceptive usage among women of reproductive age from the Digo community residing in Kwale, Kenya: a cross-sectional household survey. *BMC Womens Health*. 2018;18(1):1–11.
15. Handayani S. Buku ajar pelayanan KB. Yogyakarta: Pustaka Rihana; 2018.
16. Afifah Nurullah F. Perkembangan metode kontrasepsi di Indonesia. *Cermin Dunia Kedokteran*. 2021;48(3):166–70.
17. Manuaba IBS. Ilmu kebidanan, penyakit

kandungan, dan KB untuk pendidikan bidan.
Edisi ke-2. Jakarta: EGC; 2019.

18. Proverawati A, dkk. Panduan memilih kontrasepsi. Yogyakarta: Nuha Medika; 2019.
19. Wiknjosastro H. Ilmu kebidanan. Edisi ke-4. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2017.
20. Varney H. Buku ajar asuhan kebidanan. Jakarta: EGC; 2019.
21. Saifuddin AB. Buku panduan praktis pelayanan kontrasepsi. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2018.
22. Irianto K. Keluarga berencana untuk paramedis dan nonmedis. Bandung: CV Yrama Widya; 2018.
23. Anggraini DD. Pelayanan kontrasepsi. Medan: Yayasan Kita Menulis; 2021.
24. Handayani. Keluarga berencana dan kontrasepsi. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan; 2016.
25. Almtsier S. Prinsip dasar ilmu gizi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2016.