

PERBEDAAN PENINGKATAN BERAT BADAN AKSEPTOR KONTRASEPSI SUNTIK SATU BULAN DENGAN TIGA BULAN

*The Defferece an Increase in Weight Acceptors Contraception One Month
with Three Months*

Iin Nilawati¹

¹)Dosen Program Studi D III Kebidanan Akademi Kesehatan Sapta Bakti Bengkulu
Jl. Lingkar Barat No.16. *midwiferyjournal@yahoo.com*

Abstrak

Pemakaian metode kontrasepsi suntik di Indonesia cukup banyak diminati dibandingkan dengan metode kontrasepsi lain Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan peningkatan berat badan akseptor kontraepsi suntik satu bulan dengan akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan. Populasi dalam penelitian ini adalah akseptor yang telah memakai kontrasepsi suntik selama 1 tahun. Jenis penelitian adalah *Deskriptif Comparative* dengan pendekatan *cross sectional* Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, sampelnya sebanyak 60 orang. Data analisis univariat dan bivariat menggunakan Uji Mann-Whitney. Berdasarkan uji statistik menggunakan uji *Mann-Whitney* diperoleh nilai $p = 0,000 < \alpha (0,05)$, berarti ada perbedaan peningkatan berat badan akseptor kontrasepsi suntik satu bulan dengan akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan di BPM "Y" wilayah kerja Puskesmas Lingkar Timur tahun 2016. Diperlukan diet rendah kalori dan olahraga yang teratur bagi akseptor yang mengalami peningkatan berat badan yang berlebihan jika tidak berhasil dan peningkatan berat badan terus bertambah akibat nafsu makan meningkat pemakaian kontrasepsi suntik dihentikan dan dianjurkan pada akseptor untuk mengganti dengan kontrasepsi lainnya.

Kata Kunci: Kenaikan berat badan, Kontrasepsi Suntik Satu Bulan dan Tiga Bulan

Abstract

The implementation of the contraception method of injection is more popular than other contraception methods. The porpuse of this research is to investigate the difference between the gain weight of the contraception acceptor of one-month injection and that of three-month injection. This research method used Cross Sectional design. The populations were the acceptors who had used the injection method for a year. The sampling technique applied in this research was the total sampling technique, which meant that 60 people became the samples, using the alternative T test, namely Mann-Whitney test. The Mann-Whitney test result showed that p value = 0,000 < $\alpha (0,05)$, so it was significant so that Ho was rejected and Ha was accepted, which meant there was the difference between the gain weight of the contraception acceptor of one-month injection and that of three-month injection at BPM "Y" in the working area of Local Government Clinic of Lingkar Timur in 2016. Low calorie diet and exercises in necessary for the acceptors who experience the excessive weightgain, if they do not work, and the weight gain keeps increasing due to the increasing appetite, the use of the injection must be sttoped, and it is suggested for the acceptors to replace with another contraception method.

Key Word: *Contaception, One-Month Injection, Three-Month Injection, and Wieght Gain*

PENDAHULUAN

Indonesia sebagai salah satu negara berkembang tidak lepas dari masalah laju pertumbuhan penduduk (LPP). Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan berdasarkan data Susenas tahun 2015, jumlah penduduk Indonesia mencapai

254,9 juta jiwa. Jumlah tersebut mengalami kenaikan dari tahun 2014 yang berjumlah 252 juta jiwa. Peningkatan jumlah penduduk merupakan salah satu permasalahan global yang muncul di seluruh dunia, di samping isu tentang *global warming*, keterpurukan ekonomi,

masalah pangan serta menurunnya tingkat kesehatan penduduk. Jumlah penduduk yang besar tanpa disertai dengan kualitas yang memadai, justru menjadi beban pembangunan dan menyulitkan pemerintah dalam meningkatkan pertumbuhan ekonomi dan pembangunan nasional (BKKBN, 2008).

Upaya pemerintah untuk menekan laju pertumbuhan penduduk diwujudkan melalui program Keluarga Berencana (KB). Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu pelayanan kesehatan preventif yang paling dasar dan utama bagi wanita. Untuk optimalisasi manfaat kesehatan KB, pelayanan tersebut harus disediakan bagi wanita dengan cara menggabungkan dan memenuhi kebutuhan pelayanan kesehatan reproduksi utama dan yang lain. Juga responsif terhadap berbagai tahap kehidupan reproduksi wanita. Peningkatan dan perluasan pelayanan keluarga berencana merupakan salah satu usaha untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu yang sedemikian tinggi akibat kehamilan yang dialami oleh wanita (Saifuddin, 2003).

Fakta yang perlu diperhatikan adalah pola kecenderungan pemakaian kontrasepsi dalam upaya untuk menciptakan kesejahteraan keluarga berencana salah satunya adalah mengatur jarak kehamilan dan jarak anak yaitu melalui suatu program KB, dan ini menjadi tugas pemerintah serta petugas kesehatan diantaranya adalah tugas bidan di Indonesia. Keluarga berencana (KB) adalah tindakan membantu pasangan suami istri untuk menghindari kehamilan yang tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang memang sangat diinginkan, mengatur interval diantara kehamilan, mengontrol waktu saat kelahiran dalam hubungan dengan umur suami istri serta menentukan jumlah anak dalam keluarga (Suratun, 2008). Metode KB yang dapat digunakan terdiri dari 3 macam yaitu metode kontrasepsi sederhana, metode kontrasepsi efektif (hormonal dan non

hormonal) dan metode kontrasepsi mantap (Suratun, 2008).

Salah satu jenis kontrasepsi efektif yang menjadi pilihan kaum ibu adalah KB suntik, ini disebabkan karena aman, efektif, sederhana dan murah. Kontrasepsi suntik adalah alat kontrasepsi berisi cairan hormon progesteron yang disuntikkan ke dalam tubuh wanita secara periodik satu bulan sekali atau pun tiga bulan sekali (BKKBN, 2008).

Pemakaian metode kontrasepsi suntik memperlihatkan kecenderungan peningkatan pada beberapa kurun waktu terakhir ini. Keberhasilan program tersebut dapat dilihat dari tingginya tingkat akseptor KB pasangan usia subur (PUS) yang telah mencapai 60,3%. Berdasarkan hasil Survei Demografi dan Kependudukan Indonesia (SDKI) jumlah peserta KB aktif tahun 2012 sebanyak 29.714.498 jiwa dan jumlah peserta KB baru tahun 2015 sebanyak 6.847.080 jiwa. Dengan akseptor kontrasepsi suntik paling banyak pesertanya sebesar 15.988.541 jiwa yang aktif menggunakan kontrasepsi suntik dan akseptor KB yang baru menggunakan kontrasepsi suntik sebesar 3.535.790 jiwa (BKKBN, 2015).

Disamping keberhasilan penggunaan kontrasepsi suntik ternyata muncul berbagai keluhan diantaranya amenorea, spotting (bercak darah), menoragia, dijumpai pula keluhan mual, sakit kepala (pusing), dan yang sering dikeluhkan oleh akseptor KB suntik adalah peningkatan berat badan (Hanafi, 2004). Menurut Zainal (2002) hormon progesteron akan merangsang hipotalamus lateral menyebabkan terjadinya peningkatan nafsu makan dan perubahan karbohidrat serta gula menjadi lemak. Lemak dalam tubuh tersebut akan bertambah banyak sehingga terjadi peningkatan berat badan. Peningkatan ini akan menyebabkan keterbatasan aktifitas fisik yang mendukung terjadinya obesitas. Obesitas merupakan masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian dan harus diatasi karena dapat menyebabkan

timbulnya penyakit seperti jantung, tekanan darah tinggi, penyakit syaraf, penyakit metabolic dan gangguan pernafasan yang dapat menyebabkan kematian.

Jumlah peserta KB baru pada tahun 2015 di kota Bengkulu sebanyak 2,309 dan KB aktif 49,615 jiwa. Yang menggunakan alat kontrasepsi suntik yang masih aktif sebesar 21,547 (43,4%) dan pil sebesar 13,075 (26,4%). Untuk peserta KB yang baru menggunakan alat kontrasepsi suntik sebesar 829 (35,9%) dan pil sebesar 579 (25,1%) (Dinkes Provinsi Bengkulu, 2015). Berdasarkan data yang diperoleh dari Profil Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2015 akseptor KB aktif di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur sebanyak 2,562 jiwa, dengan akseptor kontrasepsi suntik sebesar 1,022 jiwa. Di BPM "Y" wilayah kerja Puskesmas Lingkar Timur berdasarkan data register dari bulan Januari sampai April jumlah akseptor kontrasepsi suntik 246 sebanyak.

Hasil survey awal yang dilakukan pada tanggal 19-20 April 2016 terhadap 15 orang ibu yang menjadi akseptor kontrasepsi suntik di Bidan Praktek Mandiri, 6 orang ibu menggunakan kontrasepsi suntik satu bulan dan 9 orang ibu menggunakan kontrasepsi suntik tiga bulan, dari hasil wawancara dan melihat buku register pasien 4 orang yang menggunakan KB suntik satu bulan dan 9 orang yang menggunakan kontrasepsi suntik tiga bulan mengalami peningkatan berat badan dan ibu merasa terganggu dengan kenaikan berat badannya. Serta ada dua orang di antaranya mengalami obesitas.

HASIL

1. Analisis univariat

Tabel 1 Distribusi frekuensi akseptor kontrasepsi suntik di BPM "Y" Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu Tahun 2016.

Akseptor	Perubahan BeratBadan				Total	
	Naik		Tidak Naik		N	%
	N	%	N	%		
Suntik Tiga Bulan	28	93,3	2	6,7	30	50
Suntik Satu Bulan	23	76,6	7	23,4	30	50
Jumlah	51	85	9	15	60	100

Sumber : Data Sekunder, 2016

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui Perbedaan Peningkatan Berat Badan Akseptor Kontrasepsi Suntik Satu Bulan Dengan Akseptor Kontrasepsi Suntik Tiga Bulan Di BPM "Y" Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur Tahun 2016.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Deskriptif Comparative* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah akseptor kontrasepsi suntik yang masih aktif menggunakan kontrasepsi suntik selama satu tahun di BPM "Y" Wilayah Kerja Lingkar Timur. Sampel penelitian diambil dengan teknik total sampling sehingga didapatkan sampel 60 orang. Kriteria inklusinya adalah akseptor kontrasepsi suntik selama satu tahun. Variabel dependent dalam penelitian ini perubahan berat badan yaitu perubahan berat badanawal sampai akhir dilakukan pengukuran selama satu tahun dan variabel independennya adalah jenis kontrasepsi suntik yaitu suatu jenis alat kontrasepsi yang diberikan melalui suntikan tiap bulan maupun tiga bulan yang lama pemakaiannya sama (satu tahun). Penelitian ini dilakukan di BPM "Y" wilayah kerja Puskesmas Lingkar Timur, pada bulan Mei sampai Juni 2016. Penelitian ini dilakukan di BPM "Y" wilayah kerja Puskesmas Lingkar Timur, pada bulan Mei sampai Juni 2016. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder. Alat ukur yang digunakan untuk pengumpulan data adalah format pengumpulan data.

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 60 responden terdapat sebagian 30 orang (50%) yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan dan sebagian 30 orang (50%) yang menggunakan kontrasepsi suntik 1 bulan. Bahwa dari 60 responden hampir seluruh 51 orang (85%) yang mengalami kenaikan berat badan dan sebagian kecil 9 orang (15%) yang tidak mengalami kenaikan berat badan. Dari 30 akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan selama satu tahun hampir seluruhnya 28 (93,3%) orang mengalami kenaikan berat badan. Sedangkan dari 30 akseptor kontrasepsi suntik satu bulan selama satu

Tabel 2 Hasil Analisis Bivariat Perbedaan peningkatan berat badan akseptor kontrasepsi suntik satu bulan dengan akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan di BPM "Y" Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu Tahun 2016.

Peningkatan Berat Badan	Kontrasepsi Suntik Median (Min-Max)		P Value
	Satu Bulan	Tiga Bulan	
	3,00 (0 - 15)	6,00 (0 - 20)	0,000

Sumber : Data Sekunder, 2016

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa nilai tengah peningkatan berat badan akseptor kontrasepsi suntik satu bulan 3,00 dengan rentang kenaikan berat badan akseptor kontrasepsi suntik satu bulan 0-15 kg. Sedangkan nilai tengah peningkatan berat badan akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan 6,00 dengan rentang kenaikan berat badan akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan 0-20 kg. Hasil uji *Mann-Whitney* diperoleh nilai $p = 0,000 < \alpha (0,05)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada perbedaan peningkatan berat badan akseptor kontrasepsi suntik satu bulan dengan akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan di BPM "Y" wilayah kerja Puskesmas Lingkar Timur tahun 2016.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 60 responden terdapat 30 orang (50%) yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan dan 30 orang (50%) yang menggunakan kontrasepsi suntik 1 bulan. Bahwa dari 60 responden terdapat

tahun hampir seluruhnya 23 (76,6%) orang mengalami kenaikan berat badan.

2. Analisis Bivariat

Sebelum dilakukan uji T dilakukan uji normalitas terlebih dahulu. Berdasarkan uji normalitas data dengan uji *Shapiro-Wilk* (karena masing-masing data mempunyai jumlah < 50) diperoleh nilai signifikansi (p) untuk suntik 3 bulan sebesar 0,000 dan untuk suntik 1 bulan adalah 0,000, dimana kedua nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 yang berarti data berdistribusi tidak normal sehingga uji t tidak bisa digunakan, namun peneliti menggunakan uji alternatif yaitu uji *Mann-Whitney*.

sebagian 30 orang (50%) yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan dan sebagian 30 orang (50%) yang menggunakan kontrasepsi suntik 1 bulan. Bahwa dari 60 responden hampir seluruh 51 orang (85%) yang mengalami kenaikan berat badan dan sebagian kecil 9 orang (15%) yang tidak mengalami kenaikan berat badan. Dari 30 akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan selama satu tahun hampir seluruhnya 28 (93,3%) orang mengalami kenaikan berat badan. Sedangkan dari 30 akseptor kontrasepsi suntik satu bulan selama satu tahun hampir seluruhnya 23 (76,6%) orang mengalami kenaikan berat badan.

Pemakaian kontrasepsi suntik mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Hormon progesteron yang kuat mampu 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 progesteron dirubah menjadi lemak dan disimpan di bawah

kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebihan hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Mansjoer, 2003).

Menurut Zainal (2002) bahwa hormon progesteron merangsang hipotalamus lateral yang menyebabkan terjadinya peningkatan nafsu makan dan perubahan karbohidrat serta gula menjadi gula, lemak dalam tubuh tersebut akan bertambah banyak sehingga terjadi peningkatan berat badan. Peningkatan ini akan menyebabkan keterbatasan aktifitas fisik yang mendukung terjadinya obesitas.

Obesitas merupakan masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian dan harus diatasi karena dapat menyebabkan timbulnya penyakit seperti jantung, tekanan darah tinggi, penyakit syaraf, penyakit metabolic dan gangguan pernafasan yang dapat menyebabkan kematian (Zainal, 2002). Pengaturan diet merupakan pilihan yang utama. Dianjurkan untuk melaksanakan diet rendah kalori disertai olahraga, seperti olahraga teratur dan sebagainya. Bila terlalu kurus dianjurkan untuk diet tinggi kalori, bila tidak berhasil dianjurkan untuk mengganti ke kontrasepsi non hormonal (Hanafi, 2004).

Dari hasil penelitian diperoleh data perubahan berat badan untuk akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan selama satu tahun kenaikan berat badan sebesar 6,67 kg, dengan dengan rentang kenaikan berat badan akseptor kontrasepsi suntik satu bulan 0-15 kg. Sedangkan untuk yang menggunakan kontrasepsi suntik 1 bulan selama satu tahun kenaikan berat badan sebesar 3,10 kg, dengan rentang kenaikan berat badan akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan 0-20 kg. Berdasarkan hasil analisis data terhadap peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik satu bulan dan akseptor kontrasepsi tiga bulan dengan menggunakan *Mann Whitney Test* yang dilakukan pada 30 akseptor kontrasepsi suntik satu bulan dan 30 akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan diperoleh nilai *p value* = 0,000 yang

memiliki nilai lebih kecil dari α (0,05), hal ini berarti ada perbedaan peningkatan berat badan akseptor kontrasepsi suntik satu bulan dengan akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan di BPM "Y" wilayah kerja Puskesmas Lingkar Timur tahun 2016.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2014) hasil analisa data terhadap perbedaan peningkatan berat badan antara akseptor kontrasepsi suntik satu bulan dengan tiga bulan dengan menggunakan *Mann Whitney Test* didapatkan nilai *p value* sebesar 0,000 yang memiliki nilai lebih kecil dari α (0,05), yang menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara berat badan sebelum dan setelah penggunaan kontrasepsi suntik tiga bulan di Puskesmas II Denpasar. Hasil penelitian dari 30 responden yang masuk ke dalam kelompok akseptor kontrasepsi suntik satu bulan 28 responden (93,3%) mengalami peningkatan berat badan, demikian juga pada kelompok akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan dari 30 responden, 28 responden (93,3%) mengalami peningkatan berat badan.

Penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini adalah penelitian oleh Dhania (2013) yang menunjukkan bahwa rata-rata berat badan awal penggunaan KB suntik DMPA adalah 54.40 kg, sedangkan rata-rata berat badan setelah menggunakan KB adalah 58.10 kg. Perbedaan rata-rata berat badan sebelum dan setelah penggunaan KB suntik DMPA adalah 3.70 kg. Berdasarkan analisis dengan uji T didapatkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan peningkatan berat badan akseptor KB di Puskesmas Lapai Kota Padang.

Penelitian oleh Ida (2015) juga menunjukkan sebagian besar responden yang mengikuti KB suntik mengalami peningkatan berat badan, karena di dalam KB suntik mengandung hormon estrogen dan progesteron. Di mana kenaikan berat badan merupakan kelainan metabolisme yang paling sering dialami oleh manusia.

Berdasarkan analisis dengan uji T didapatkan bahwa terdapat hubungan antara kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan di BPS Dwenti Krudia. Sumberejo Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan tahun 2015 ($p:0,049$ dimana $< 0,05$).

Hasil penelitian ini juga menunjukkan rentang kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan adalah 0-20kg, dan rentang kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik satu bulan adalah 0-15kg selama satu tahun penggunaan.

Umumnya pertambahan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik tidak terlalu besar, bervariasi antara 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama. Penyebabnya belum terlalu jelas, terjadinya peningkatan berat badan disebabkan oleh *hormone progesteron* mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu *hormone progesteron* juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktifitas fisik, akibatnya pemakaian kontrasepsi suntik dapat menyebabkan bertambahnya berat badan (Hanafi, 2004).

Peningkatan berat badan pada pemakaian kontrasepsi tiga bulan lebih dari 2,3 kilogram pada tahun pertama dan selanjutnya meningkat secara bertahap hingga mencapai 7,5 kilogram selama enam tahun (Varney, 2007). Sedangkan pada kontrasepsi suntik satu bulan efek samping terhadap berat badan sangatlah ringan, rata-rata pertambahan berat badan 2 hingga 3 kilogram pada tahun pertama pemakaian dan terus bertambah selama tahun kedua (Varney, 2007). Hal ini disebabkan karena disebabkan karena dosis obat yang diberikan pada saat disuntikan berbeda, pada kontrasepsi suntik tiga bulan yang mengandung progesteron atau *medroxyprogesteron asetat* sebanyak 150 mg, sedangkan kontrasepsi suntik satu bulan yang mengandung kombinasi hormon progesteron dan estrogen atau

medroxyprogesterone asetat sebanyak 25 mg dan *estradiol cypionate* 5 mg tiap injeksi (Manuaba, 2009).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitiandari 30 orang akseptor kontrasepsi suntik satu bulan selama satu tahun, sebagian besar 23 akseptor kontrasepsi suntik satu bulan mengalami kenaikan berat badan dan sebagian kecil 7 akseptor tidak mengalami kenaikan berat badan, hampir seluruh 28 akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan mengalami kenaikan berat badan dan sebagian kecil 2 akseptor tidak mengalami kenaikan berat badan. Ada perbedaan peningkatan berat badan akseptor kontrasepsi suntik satu bulan dan akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan, dimana rentang peningkatan berat badan akseptor kontrasepsi suntik tiga bulan adalah 0-20 kg, dan rentang pada akseptor kontrasepsi suntik satu bulan adalah 0-15kg.

SARAN

Petugas kesehatan wilayah kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu hendaknya lebih sering memberikan penyuluhan kesehatan terutama yang berkaitan dengan pemakaian kontrasepsi suntik baik satu bulan maupun tiga bulan serta memberikan penjelasan keuntungan dan kerugian beserta efek samping yang bisa ditimbulkan dari penggunaan kontrasepsi suntik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Rnika Cipta.
- BKKBN. 2008. *Informasi Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta.
- . 2015. *Perhitungan Alkon*. Jakarta.
- Dahlan, S. 2009. *Besar Sampel Dan Cara Pengambilan Sampel Dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Edisi 2. Jakarta : Salemba Medika.
- Dhania. 2014. Hubungan Antara Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan di Puskesmas Lapai Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Vol 3 No 3*. Diperoleh dari

- <http://jurnal.fk.unand.ac.id> diakses 19 April 2016.
- Departemen Kesehatan RI, 2006. Manfaat Keluarga Berencana. Jakarta. Diperoleh dari <http://www.putraprabu.wordpress.com> diakses 18 April 2016.
- Dinas kesehatan Kota Bengkulu. 2015. *Profil Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2015*. Bengkulu : Dinkes Kota Bengkulu.
- Guyton & Hall. 2006. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 11*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Handayani, Sri. 2010. *Buku Ajar Pelayan Keluarga Berencana*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Hartanto, Hanafi. 2004. *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Susila, Ida. 2015. Hubungan Kontrasepsi Suntik Dengan Peningkatan Berat Badan, *Jurnal Kesehatan Vol 7 No 2 Edisi Desember*. Diperoleh dari <http://www.journal.unisla.ac.id> diakses 19 April 2016.
- Manuaba, 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : EGC.
- Mansjoer, dkk. 2003. *Kapita Selekta Kedokteran*. Jakarta: Media Aesculapius.
- Prawirohardjo,S. 2005. *Ilmu Kebidanan*. Edisi III Jakarta: YBG.
- Saifuddin. 2006. *Buku Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Varney, dkk. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 5*. Jakarta: EGC.
- Wulandari. 2011. Perbedaan Peningkatan Berat Badan Antara Akseptor Kontrasepsi Suntik Satu Bulan Dengan Tiga Bulan Di Puskesmas II Denpasar Selatan, *Jurnal Kesehatan Vol 7 No 2 Edisi November*. Diperoleh dari <http://download.portalgaruda.org/article.title> diakses 19 April 2016.
- Zainal. 2002. *Penyebab Kenaikan Berat Badan*. Jakarta : Bina Aksara.