

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan wanita usia subur. Jumlah responden 66 di Bidan Eka Santi Prabekti tahun 2025, maka didapatkan sebagai berikut:

1. Proporsi lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan terbesar yaitu lebih dari 12-60 bulan ada 83,3% (55 responden).
2. Proporsi peningkatan berat badan terbesar yaitu ≥ 3 kg ada 75,8% (50 responden).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan wanita usia subur *p-value*: 0,036.

B. Saran

1. Bagi akseptor KB

Diharapkan agar akseptor KB suntik 3 bulan lebih memperhatikan efek samping yang mungkin terjadi, seperti peningkatan berat badan. Akseptor disarankan untuk mengimbangnya dengan pola makan sehat dan rutin beraktivitas fisik.

2. Bagi petugas kesehatan

Disarankan kepada petugas kesehatan agar tetap melakukan pemantauan dan memberikan pendampingan lanjutan kepada akseptor yang tetap memilih kontrasepsi suntik meskipun mengetahui efek sampingnya, guna mencegah terjadinya komplikasi dan membantu menjaga kesehatan akseptor secara menyeluruh.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan menambahkan variabel lain seperti pola makan, tingkat aktivitas fisik guna memperoleh hasil yang lebih komprehensif.