

Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik dengan Perubahan Siklus Menstruasi pada Akseptor KB

Safira Devi Zafarina^{1*}, Tri Iriyani², Tutik Ekasari³

¹⁾Program Studi Kebidanan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, devizafarina20@gmail.com

²⁾Program Studi Kebidanan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, triiriyani2793@gmail.com

³⁾Program Studi Kebidanan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, ekasari372011@gmail.com

ABSTRAK

Keluarga Berencana (KB) merupakan upaya strategis dalam pengendalian kelahiran dan peningkatan kesejahteraan ibu. Salah satu metode kontrasepsi yang paling banyak digunakan adalah kontrasepsi suntik, baik suntik 1 bulan maupun 3 bulan. Penggunaan kontrasepsi suntik dapat menimbulkan efek samping hormonal, salah satunya berupa perubahan siklus menstruasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan siklus menstruasi pada akseptor KB. Penelitian ini menggunakan desain korelatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh ibu akseptor KB suntik di PMB Ani Farmadiani sebanyak 95 orang dengan pemberian suntik KB 1 bulan dan 3 bulan, dengan teknik pengambilan sampel accidental sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan lembar observasi, kemudian dianalisis menggunakan uji chi-square dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pengguna KB suntik 3 bulan mengalami siklus menstruasi tidak teratur, sedangkan pengguna KB suntik 1 bulan cenderung memiliki siklus menstruasi teratur. Uji statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,005 ($p < 0,05$) yang menandakan adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan siklus menstruasi. Simpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan siklus menstruasi, di mana perubahan lebih banyak terjadi pada pengguna KB suntik 3 bulan. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan konseling kontrasepsi kepada akseptor KB.

Kata kunci: akseptor KB, kontrasepsi suntik, siklus menstruasi

ABSTRACT

Family Planning (FP) is a strategic effort in birth control and improving maternal welfare. One of the most widely used contraceptive methods is injectable contraception, both 1-monthly and 3-monthly injections. The use of injectable contraception can cause hormonal side effects, one of which is changes in the menstrual cycle. The purpose of this study was to analyze the relationship between injectable contraception use and changes in the menstrual cycle in family planning users. This study used a correlative design with a cross-sectional approach. The study population was all 95 mothers who accepted injectable contraception at PMB Ani Farmadiani, using an accidental sampling technique. Data were collected using questionnaires and observation sheets, then analyzed using the chi-square test with the help of SPSS. The results showed that most users of 3-monthly injectable contraception experienced irregular menstrual cycles, while users of 1-monthly injectable contraception tended to have regular menstrual cycles. Statistical tests showed a p-value of 0.005 ($p < 0.05$), indicating a significant relationship between injectable contraception use and changes in the menstrual cycle. The conclusion of this study is that there is a relationship between injectable contraception use and changes in the menstrual cycle, where changes occur more frequently in users of 3-monthly injectable contraception. It is hoped that the results of this study can be used as a consideration for health workers in providing contraceptive counseling to family planning acceptors.

Keywords: KB acceptors, injectable contraception, menstrual cycle

**Correspondence Author: Safira Devi Zafarina, Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, Probolinggo, devizafarina20@gmail.com, 085917542277.*

I. PENDAHULUAN

Perencanaan kehamilan merupakan aspek penting dalam kesehatan reproduksi karena kehamilan tidak selalu mudah dijalani oleh setiap pasangan suami istri. Dalam mempersiapkan

kehamilan, pasangan perlu mempertimbangkan berbagai faktor seperti manfaat dan risiko kesehatan, tingkat kesuburan, usia, akses terhadap layanan kesehatan, kondisi sosial ekonomi, serta dukungan keluarga¹. Pengaturan

jarak kehamilan menjadi hal yang krusial untuk mencegah komplikasi kehamilan serta meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan ibu dan bayi.

Keluarga Berencana (KB) merupakan upaya strategis dalam pengaturan kehamilan dan jarak kelahiran guna meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Melalui konseling dan pemilihan metode kontrasepsi yang tepat, program KB membantu pasangan usia subur dalam mencegah kehamilan yang tidak direncanakan serta mendukung kesehatan reproduksi secara berkelanjutan.²

Menurut World Health Organization, penggunaan kontrasepsi secara global masih didominasi oleh metode hormonal. Di Indonesia, kontrasepsi suntik menjadi metode yang paling banyak digunakan oleh pasangan usia subur karena dinilai praktis, efektif, dan mudah diakses.³ Tingginya penggunaan kontrasepsi suntik menjadikan metode ini penting untuk dikaji, khususnya terkait efek samping yang ditimbulkannya.

Kontrasepsi suntik merupakan metode kontrasepsi hormonal yang bekerja dengan mengatur hormon estrogen dan progesteron sehingga mencegah terjadinya ovulasi. Meskipun memiliki efektivitas tinggi, kontrasepsi suntik dapat menimbulkan efek samping hormonal, salah satunya berupa gangguan atau perubahan siklus menstruasi yang sering dikeluhkan oleh akseptor.

Siklus menstruasi dikatakan normal apabila berlangsung setiap 24–35 hari dengan lama perdarahan 3–7 hari (4). Penggunaan kontrasepsi hormonal dapat memengaruhi keseimbangan hormon reproduksi, menyebabkan perubahan endometrium, dan berdampak pada pola menstruasi. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pengguna KB suntik, khususnya suntik 3 bulan, memiliki risiko lebih tinggi mengalami amenorea, oligomenorea, maupun spotting.²⁻⁴

Perubahan siklus menstruasi pada pengguna kontrasepsi suntik terutama dipengaruhi oleh hormon progesteron yang berperan dalam menghambat pelepasan hormon

folikel dan luteinizing hormone.⁵ Kondisi tersebut menyebabkan terhambatnya ovulasi serta perubahan pada lapisan endometrium. Akibatnya, sebagian pengguna kontrasepsi suntik mengalami gangguan siklus menstruasi dalam jangka waktu tertentu.⁶

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di PMB Ani Farmadiani menunjukkan bahwa sebagian besar (78%) akseptor KB suntik mengalami perubahan siklus menstruasi. Kondisi ini menunjukkan adanya permasalahan yang perlu mendapat perhatian khusus dalam pelayanan KB⁷. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk menganalisis hubungan penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan siklus menstruasi sebagai dasar peningkatan kualitas konseling dan pelayanan kesehatan reproduksi.

Meskipun berbagai penelitian telah melaporkan adanya hubungan antara penggunaan kontrasepsi suntik dengan gangguan siklus menstruasi, sebagian besar studi dilakukan di fasilitas kesehatan tingkat pertama berskala besar seperti puskesmas atau rumah sakit, dengan karakteristik responden yang heterogen. Data mengenai hubungan penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan siklus menstruasi pada tingkat praktik mandiri bidan (PMB), khususnya dengan dominasi penggunaan KB suntik 3 bulan dan latar belakang pendidikan akseptor yang relatif beragam, masih terbatas.

PMB Ani Farmadiani merupakan salah satu fasilitas pelayanan KB di mana penggunaan kontrasepsi suntik, terutama suntik 3 bulan, cukup dominan. Kondisi ini berpotensi meningkatkan kejadian gangguan siklus menstruasi yang dapat memengaruhi keberlanjutan penggunaan kontrasepsi apabila tidak disertai konseling yang adekuat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan siklus menstruasi pada akseptor KB di PMB Ani Farmadiani. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan evidensi ilmiah kontekstual bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan, dalam meningkatkan kualitas konseling kontrasepsi

serta membantu akseptor KB dalam memilih metode kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi kesehatan reproduksi ibu..

II. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan cross-sectional, yaitu penelitian yang mengkaji hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yang diukur pada waktu yang sama. Desain cross-sectional dipilih karena mampu menggambarkan hubungan antara faktor risiko dan efek secara simultan tanpa adanya intervensi peneliti.⁸ Pendekatan ini sesuai untuk menilai hubungan penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan siklus menstruasi pada akseptor KB.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu akseptor KB suntik yang terdaftar di PMB Ani Farmadiani sebanyak 95 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan accidental sampling, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan responden yang secara kebetulan ditemui dan memenuhi kriteria penelitian. Kriteria inklusi meliputi ibu pengguna KB suntik 1 bulan yang mengandung kombinasi hormon estrogen dan progesteron serta ibu pengguna KB suntik 3 bulan yang mengandung hormon progesteron, berusia 25–30 tahun. Kriteria eksklusi meliputi ibu pengguna kontrasepsi implant, IUD, dan pil kontrasepsi.⁹

Variabel independen dalam penelitian ini adalah jenis kontrasepsi KB suntik (suntik 1 bulan dan suntik 3 bulan), sedangkan variabel dependen adalah perubahan siklus menstruasi pada ibu akseptor KB. Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar kuesioner terstruktur yang diisi berdasarkan laporan responden (self-report) mengenai pola menstruasi selama tiga bulan terakhir. Siklus menstruasi dikategorikan teratur apabila interval siklus berada pada rentang 24–35 hari, dan tidak teratur apabila interval siklus <24 hari atau >35 hari, termasuk kondisi amenorea (tidak mengalami menstruasi sama sekali selama ≥ 3 bulan). Jenis KB suntik yang digunakan dicatat melalui lembar observasi berdasarkan data

pelayanan KB di PMB Ani Farmadiani. Definisi operasional variabel disusun untuk memastikan keseragaman pengukuran dan meminimalkan bias penelitian..

Data yang telah dikumpulkan dianalisis menggunakan perangkat lunak IBM *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 27. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi karakteristik responden dan variabel penelitian. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji chi-square (χ^2) untuk mengetahui hubungan antara penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan siklus menstruasi pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$ ¹⁰.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Hafshawaty Zainul Hasan dengan Nomor: 315/KEPK-UNHASA/VI/2025, yang berlaku pada periode 1 Juni 2025–1 Juni 2026 . Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan prinsip etika penelitian kesehatan yang meliputi informed consent, otonomi responden, anonimitas, dan kerahasiaan data. Setiap responden diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, serta prosedur penelitian sebelum pengambilan data dilakukan. Identitas responden dijaga kerahasiaannya dengan penggunaan kode numerik pada seluruh dokumen penelitian..

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berada pada kelompok usia akhir 20 hingga awal 30 tahun, dengan dominasi usia 30 tahun. Temuan ini menunjukkan bahwa pengguna KB suntik didominasi oleh ibu pada usia reproduksi matang. Distribusi ini menunjukkan bahwa pengguna KB suntik didominasi oleh ibu pada usia reproduksi matang, yaitu rentang usia di mana pasangan umumnya telah memiliki anak dan mulai memprioritaskan pengaturan jarak maupun jumlah kehamilan.²⁶

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Usia (Tahun)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
26	1	1,1
27	4	4,2
28	15	15,8

Usia (Tahun)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
29	22	23,2
30	45	47,4
Total	95	100

Usia reproduksi matang berkaitan erat dengan kesiapan biologis dan psikologis ibu dalam memilih metode kontrasepsi yang efektif dan praktis. Pada usia ini, ibu cenderung memilih metode kontrasepsi jangka menengah seperti KB suntik karena dianggap lebih aman, tidak mengganggu aktivitas sehari-hari, serta memiliki efektivitas tinggi dalam mencegah kehamilan. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa faktor usia berpengaruh terhadap preferensi dan kepatuhan penggunaan kontrasepsi.¹¹

Selain itu, dominasi usia 30 tahun pada penelitian ini juga dapat dikaitkan dengan upaya pencegahan risiko kehamilan pada usia yang lebih tua. Kehamilan pada usia di atas 35 tahun diketahui memiliki risiko komplikasi yang lebih tinggi, sehingga pengaturan kehamilan melalui kontrasepsi menjadi strategi penting dalam menjaga kesehatan ibu. Oleh karena itu, pemilihan KB suntik pada kelompok usia ini dapat dipandang sebagai bentuk kesadaran terhadap kesehatan reproduksi.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
SD	30	31,6
SMP	23	24,2
SMA	42	44,2
Total	95	100

Berdasarkan Tabel 2, mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan SMA (44,2%), diikuti pendidikan SD (31,6%) dan SMP (24,2%). Distribusi ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu akseptor KB suntik memiliki tingkat pendidikan menengah, yang secara umum telah memiliki kemampuan dasar dalam menerima dan memahami informasi kesehatan reproduksi¹². Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang memengaruhi pengetahuan

dan sikap individu terhadap penggunaan kontrasepsi.

Pendidikan berperan penting dalam proses pengambilan keputusan terkait pemilihan metode kontrasepsi. Ibu dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai manfaat, mekanisme kerja, serta efek samping kontrasepsi hormonal, sehingga lebih siap dalam menerima perubahan fisiologis seperti gangguan siklus menstruasi¹³. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa peningkatan tingkat pendidikan berhubungan dengan meningkatnya kesadaran dan perilaku sehat dalam kesehatan reproduksi.

Meskipun demikian, keberadaan responden dengan tingkat pendidikan rendah yang tetap menggunakan KB suntik menunjukkan bahwa pemilihan kontrasepsi tidak hanya dipengaruhi oleh pendidikan formal. Peran tenaga kesehatan, khususnya bidan, sangat menentukan melalui pemberian konseling yang jelas, sederhana, dan mudah dipahami.¹⁴ Dengan pendekatan komunikasi yang tepat, ibu dari berbagai latar belakang pendidikan tetap dapat menggunakan metode kontrasepsi secara optimal dan berkelanjutan.¹⁵

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis KB Suntik

Jenis KB Suntik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Suntik 1 bulan	41	43,2
Suntik 3 bulan	54	56,8
Total	95	100

Berdasarkan Tabel 3, sebagian besar responden menggunakan KB suntik 3 bulan (56,8%) dibandingkan KB suntik 1 bulan (43,2%). Dominasi penggunaan KB suntik 3 bulan menunjukkan bahwa ibu akseptor cenderung memilih metode kontrasepsi yang lebih praktis dengan interval penyuntikan yang lebih panjang. Metode ini dinilai lebih efisien karena mengurangi frekuensi kunjungan ke fasilitas pelayanan kesehatan, sehingga sesuai dengan kebutuhan ibu usia reproduksi yang memiliki aktivitas sehari-hari cukup padat¹³.

Preferensi terhadap KB suntik 3 bulan juga berkaitan dengan persepsi efektivitas dan kenyamanan penggunaan. Kontrasepsi suntik jangka menengah diketahui memiliki tingkat efektivitas yang tinggi dalam mencegah kehamilan dan tidak memerlukan kepatuhan harian seperti pil¹³. Namun demikian, pemilihan metode ini perlu disertai dengan konseling yang adekuat mengenai kemungkinan efek samping hormonal, termasuk perubahan siklus menstruasi, agar ibu akseptor memiliki pemahaman yang komprehensif sebelum menentukan pilihan kontrasepsi.

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi

Siklus Menstruasi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Teratur	54	56,8
Tidak teratur	41	43,2
Total	95	100

Berdasarkan Tabel 4, sebanyak 56,8% responden memiliki siklus menstruasi teratur, sedangkan 43,2% mengalami siklus menstruasi tidak teratur. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar ibu akseptor KB suntik masih mengalami siklus menstruasi yang teratur, proporsi gangguan siklus menstruasi tergolong cukup tinggi. Perubahan siklus menstruasi merupakan salah satu efek samping yang sering terjadi pada penggunaan kontrasepsi hormonal, khususnya KB suntik¹⁶.

Gangguan siklus menstruasi pada pengguna KB suntik berkaitan dengan mekanisme kerja hormon progesteron yang memengaruhi keseimbangan hormon reproduksi dan perubahan endometrium¹⁷. Paparan hormon progesteron dalam jangka waktu tertentu dapat menyebabkan ovulasi terhambat serta peluruhan dinding rahim menjadi tidak teratur. Kondisi ini perlu dipahami oleh ibu akseptor agar perubahan siklus menstruasi tidak menimbulkan kecemasan berlebihan dan tidak menjadi alasan penghentian kontrasepsi tanpa konsultasi tenaga kesehatan.¹⁵

Tabel 5. Hubungan Penggunaan KB Suntik dengan Siklus Menstruasi

Jenis KB Suntik	Siklus Teratur n (%)	Siklus Tidak Teratur n (%)	Total
Suntik 1 bulan	30 (73,2)	11 (26,8)	41
Suntik 3 bulan	24 (44,4)	30 (55,6)	54
Total	54	41	95

Berdasarkan Tabel 5, terlihat bahwa proporsi siklus menstruasi tidak teratur lebih banyak dialami oleh pengguna KB suntik 3 bulan (55,6%) dibandingkan pengguna KB suntik 1 bulan (26,8%). Sebaliknya, mayoritas pengguna KB suntik 1 bulan masih memiliki siklus menstruasi yang teratur. Pola ini menunjukkan adanya perbedaan efek hormonal antara kedua jenis KB suntik terhadap keteraturan siklus menstruasi.

Perbedaan tersebut dapat dijelaskan melalui mekanisme kerja kontrasepsi suntik 3 bulan yang mengandung hormon progesteron dosis tinggi. Paparan progesteron jangka panjang menyebabkan penekanan ovulasi secara berkelanjutan serta perubahan pada struktur endometrium, sehingga siklus menstruasi menjadi tidak teratur atau bahkan tidak terjadi sama sekali.¹⁸ Kondisi ini lebih jarang ditemukan pada pengguna KB suntik 1 bulan yang mengandung kombinasi estrogen dan progesteron.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa gangguan siklus menstruasi lebih banyak ditemukan pada pengguna KB suntik 3 bulan dibandingkan KB suntik 1 bulan. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa penggunaan kontrasepsi suntik berbasis progesteron berhubungan dengan terjadinya amenorea, oligomenorea, dan spotting, tanpa menyatakan besaran risiko secara kuantitatif.¹⁸

Secara fisiologis, KB suntik 3 bulan mengandung hormon progesteron dosis tinggi yang bekerja dengan menekan sekresi folicle stimulating hormone (FSH) dan luteinizing hormone (LH) pada hipotalamus-hipofisis. Penekanan hormon tersebut menghambat proses

ovulasi dan menyebabkan endometrium menjadi tipis serta mengalami atrofi. Kondisi endometrium yang tidak berkembang optimal inilah yang berkontribusi terhadap terjadinya gangguan siklus menstruasi, termasuk perdarahan tidak teratur maupun amenorea pada sebagian akseptor KB suntik.¹⁸

Dari sudut pandang pelayanan kesehatan, hasil ini menegaskan pentingnya konseling kontrasepsi yang komprehensif sebelum pemilihan metode KB. Ibu akseptor perlu mendapatkan informasi yang jelas mengenai kemungkinan perubahan siklus menstruasi agar memiliki kesiapan psikologis dan tidak menghentikan penggunaan KB secara sepihak.¹¹ Dengan konseling yang tepat, efek samping hormonal dapat dikelola dengan baik dan keberlanjutan penggunaan kontrasepsi dapat ditingkatkan.

Hasil uji statistik menggunakan chi-square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,005 ($< 0,05$). Hasil ini menandakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan KB suntik dengan perubahan siklus menstruasi pada ibu akseptor KB suntik. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_1) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak, yang berarti secara statistik penggunaan KB suntik berpengaruh terhadap keteraturan siklus menstruasi.

Hubungan signifikan antara penggunaan KB suntik dan perubahan siklus menstruasi dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui mekanisme kerja hormon yang terkandung dalam kontrasepsi suntik. KB suntik 3 bulan mengandung hormon progesteron dosis tinggi yang bekerja dengan menekan sekresi follicle stimulating hormone (FSH) dan luteinizing hormone (LH) pada poros hipotalamus–hipofisis–ovarium. Penekanan kedua hormon tersebut menghambat proses ovulasi dan menyebabkan perubahan struktur serta fungsi endometrium, sehingga siklus menstruasi menjadi tidak teratur atau tidak terjadi sama sekali dalam periode tertentu.¹⁶

Selain itu, paparan progesteron jangka panjang menyebabkan endometrium menjadi tipis dan mengalami atrofi, sehingga proses

peluruhan dinding rahim tidak terjadi secara fisiologis seperti pada siklus normal. Kondisi ini menjelaskan mengapa gangguan siklus menstruasi, termasuk amenorea dan spotting, lebih sering ditemukan pada pengguna KB suntik 3 bulan dibandingkan KB suntik 1 bulan yang mengandung kombinasi estrogen dan progesterone.^{17,18} Dengan demikian, perbedaan kandungan dan mekanisme hormonal antar jenis KB suntik menjadi dasar biologis yang mendukung temuan hubungan signifikan antara penggunaan KB suntik dan perubahan siklus menstruasi pada penelitian ini..

Temuan penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menyatakan adanya hubungan bermakna antara penggunaan kontrasepsi hormonal, khususnya KB suntik, dengan gangguan siklus menstruasi.^{16–18} Oleh karena itu, hasil uji statistik ini memberikan dasar ilmiah yang kuat bagi tenaga kesehatan untuk meningkatkan kualitas konseling kontrasepsi serta mempertimbangkan faktor efek samping hormonal dalam pemilihan metode KB bagi ibu akseptor.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Desain cross-sectional yang digunakan hanya menggambarkan hubungan antara penggunaan KB suntik dan perubahan siklus menstruasi pada satu waktu tertentu, sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat secara longitudinal. Selain itu, data siklus menstruasi diperoleh berdasarkan laporan responden (self-report), yang berpotensi menimbulkan bias ingatan. Penelitian ini juga belum mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi siklus menstruasi, seperti lama penggunaan KB suntik, status gizi, tingkat stres, dan kondisi hormonal individu. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal dengan pengukuran yang lebih objektif serta mempertimbangkan variabel perancu lainnya untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan KB suntik dengan perubahan siklus menstruasi pada ibu akseptor KB suntik di PMB Ani Farmadiani, di mana gangguan siklus menstruasi lebih banyak terjadi pada pengguna KB suntik 3 bulan dibandingkan KB suntik 1 bulan. Disarankan kepada tenaga kesehatan, khususnya bidan, untuk meningkatkan kualitas konseling kontrasepsi dengan memberikan informasi yang komprehensif mengenai efek samping hormonal sebelum pemilihan metode KB. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengkaji faktor lain seperti lama penggunaan KB suntik, status gizi, dan kondisi psikologis yang dapat memengaruhi siklus menstruasi.

REFERENSI

1. Kemenkes KKRI. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021. Jakarta; 2021.
2. Simanjuntak L, Handayani P, Iazzati Ar Raudah H, Ivana J, Pancasila dan Kewarganegaraan P. Implementasi Kebijakan Pemerintah Mendorong Pelaksanaan Keluarga Berencana (KB). *Jurnal Multimedia Dehasen*. 2023;2(3):381–8.
3. Liwang F, Bhargah A, Kusuma IBH, Prathiwinda GG, Surya Putra IGI, Ani LS. Gambaran penggunaan kontrasepsi hormonal dan non hormonal di wilayah kerja UPT Puskesmas Tampak Siring 1. *Intisari Sains Medis*. 2018 Dec 1;9(3).
4. Martini De. Lama Penggunaan Implant Terhadap Siklus Dan Periode Menstruasi Di Pmb Kirang Naning Amd.Keb Desa Kedali Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan. *Jurnal Surya*. 2020 Jul 8;12(1):38–44.
5. Metri D, Program Studi Ilmu Keperawatan D, Kedokteran F, Malahayati Bandar Lampung U, Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang Prodi Kotabumi Provinsi Lampung D. Abstract : Experiences Of Injectable Contraceptive Users And Menstrual Disorder Among Contraceptive Consumers At Health Public Services (Puskesmas) Kotabumi Ii North Lampung 2018. Vol. 12. 2018.
6. Nugroho MA, Lubis TT, Ariati A, Yusria A. Hubungan Lamanya Penggunaan Kb Suntik Progestin Terhadap Siklus Menstruasi Pada Wanita Usia Reproduksi Di Puskesmas Kinali Kabupaten Pasaman Barat Tahun 2024. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan - Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*. 2025 Jul 1;24(2):413–20.
7. Saswita R, Emilda S, Marini Y, Agustin A. Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Akseptor Kb Suntik Di Pmb Husniyati. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*. 2024 Jul 23;14(2):47–53.
8. Sofya A, Novita NC, Afgani MW, Isnaini M. Metode Survey: Explanatory Survey dan Cross Sectional dalam Penelitian Kuantitatif. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2024 Dec 15;4(3):1696–708.
9. Mandasari P. Factors That Influence Fp Acceptors In Choosing Injective Contraception Methods In Practice Independent Midwife (Pmb) Annisa Prabumulih City. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*. 2024 Jul 31;14(2):120–31.
10. Ramdani F, Hilmiyah F, Indriyani V. The Impact of SPSS on Research Completion. *TOFEDU: The Future of Education Journal*. 2025 Feb 13;4(2):419–29.
11. Maryam S, Rastiti IAA, Kusika SY, Kunang A, Strisanti IAS, Judijanto L, et al. Kesehatan Reproduksi Keluarga Berencana. 1st ed. Sepriano, editor. Jambi: Penerbit Buku Sonpedia; 2025. 1–112 p.
12. Deviana STIKES Telogorejo Semarang Widya Mariyana S, Rinda Intan Sari N. Hubungan Tingkat Pendidikan, Pekerjaan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Pemilihan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang Pada Wanita Usia Subur Di Klinik Bpjs Irma Solikin Mranggen Demak. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*. 2023;1(1).
13. Deasy Christania Embong Bulan, Nelfa Takahepis, Zainar Kasim. Pengetahuan Ibu tentang Metode KB dengan Pemilihan Metode Kontrasepsi. *Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Umum dan Farmasi (JRIKUF)*. 2025 May 9;3(3):38–48.
14. Elizawarda E, Yulifatimah Y, Suryani S, Perbaungan MHS. Pengaruh Konseling KB Terhadap Pengambilan Keputusan Pemilihan Metode Kontrasepsi Pada Ibu Nifas. *VJKM: Varians Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2025 Jul 1;3(1):31–7.
15. Khalimah N, Norhapifah H, Sulistyorini C, Triptiwi S. Hubungan Tingkat Pengetahuan Mengenai Efek Samping Kb dan Dukungan Suami dengan Pemilihan Kontrasepsi Pada Akseptor di PMB Anik Sriwijayati.
16. Pangesti AH, Widyaningrum DA. Hubungan Penggunaan Kb Suntik Dengan Siklus Menstruasi

- Pada Ibu Pengguna Kb Suntik. *Enfermeria Ciencia*. 2025 Feb 28;3(1):21–31.
17. Asmiranda A. Hubungan Kontrasepi Hormonal Dengan Perubahan Pola Haid Pada Akseptor KB. Vol. 7, *JMNS Journal of Midwifery and Nursing Studies*. 2020.
 18. Rajadiah EY, Sunartono S, Suryantara B. Perubahan Siklus Menstruasi Akseptor Kontrasepsi Suntik 1 Bulan Cyclofem dan Suntik 2 Bulan Gestin F2. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*. 2024 Dec 31;12(1):27–37.