



Hubungan Efek Samping Penggunaan KB Suntik 3 Bulan dengan Tingkat Kecemasan di Wilayah Kelurahan Mojovento Kota Kediri

Wella Wahyuningtias

Poltekkes Kemenkes Malang

Desy Dwi Cahyani

Poltekkes Kemenkes Malang

Susanti Pratamaningtyas

Poltekkes Kemenkes Malang

Rahajeng Siti Nur Rahmawati

Poltekkes Kemenkes Malang

Alamat: Poltekkes Kemenkes Malang

Korespondensi penulis: wellawahyuningtias@gmail.com

Abstract. *The 3-month injectable contraception is one of the family planning methods widely used by women of reproductive age due to its high effectiveness and ease of use. However, its side effects, such as menstrual disorders, weight gain, and psychological changes, can trigger anxiety among acceptors. This anxiety may contribute to the high dropout rate from the family planning program. This study aims to determine the relationship between the side effects of using the 3-month injectable contraceptive and anxiety levels. This research employs an analytical observational study with a cross-sectional approach, involving a sample of 89 individuals selected from a total population of 810 using a simple random sampling technique. The research instrument used was a questionnaire. The data were analyzed using the Chi-Square test, which showed a significant value of $0.000 < 0.05$, indicating that H_0 was rejected. This means there is a relationship between the side effects of the 3-month injectable contraceptive and anxiety levels, with a result of $C = 0.996$, signifying a very strong correlation. Based on this study, it can be concluded that the side effects of using the 3-month injectable contraceptive have a significant relationship with the anxiety levels of acceptors. More intensive education and counseling are crucial to enhancing acceptors' understanding of contraceptive side effects and strategies to manage them, ultimately reducing anxiety and improving adherence to the 3-month injectable contraceptive.*

Keywords: *Side Effects of 3 Month Injectable Birth Control, Level of Anxiety*

Abstrak. Kontrasepsi suntik 3 bulan merupakan salah satu metode keluarga berencana yang banyak digunakan oleh wanita usia subur karena efektivitasnya yang tinggi dan kemudahan dalam penggunaan. Namun, efek samping yang ditimbulkan, seperti

gangguan menstruasi, kenaikan berat badan, serta perubahan psikologis, dapat memicu kecemasan pada akseptor. Kecemasan ini dapat berdampak pada tingginya angka drop-out dari program KB. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan efek samping penggunaan KB suntik 3 bulan dengan tingkat kecemasan. Penelitian ini menggunakan penelitian analitik observasional dengan metode pendekatan *cross sectional*, sampel sebanyak 89 orang dari total populasi 810 orang menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrument penelitian ini menggunakan lembar kuisioner. Kemudian dianalisis menggunakan uji *Chi Square* yang menunjukkan nilai signifikan $0,000 < 0,05$ yaitu H_0 ditolak artinya ada hubungan antara efek samping penggunaan KB suntik 3 bulan dengan tingkat kecemasan dan didapatkan hasil $C = 0,996$ yang berarti memiliki keeratan sangat kuat. Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan Efek samping penggunaan KB suntik 3 bulan memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan akseptor. Edukasi dan konseling yang lebih intensif sangat penting untuk meningkatkan pemahaman akseptor terkait efek samping kontrasepsi serta strategi dalam mengatasinya guna mengurangi kecemasan dan terhadap penggunaan kontrasepsi KB suntik 3 bulan.

Kata kunci: Efek Samping Kb Suntik 3 Bulan, Tingkat Kecemasan

LATAR BELAKANG

Program keluarga berencana merupakan salah satu kebijakan pemerintah untuk mengatur pertumbuhan penduduk di Indonesia. Untuk mendukung hal tersebut pemerintah membuat pelayanan kontrasepsi yang merupakan salah satu jenis layanan program keluarga berencana. Banyak sekali faktor-faktor yang mempengaruhi akseptor dalam memilih alat kontrasepsi yang sesuai, diantaranya adalah faktor ekonomi, kesehatan dan lain sebagainya (Lestari & Amalia, 2021). Program tersebut memiliki beberapa manfaat, antara lain menjaga kesehatan ibu dan bayi, mempromosikan pola asuh yang baik dan asupan ASI yang cukup bagi anak, mencegah kehamilan yang tidak diinginkan, melindungi orang dari penyakit menular seksual, serta membentuk keluarga yang berkualitas tinggi (Janani & Arifin, 2024).

Pemilihan kontrasepsi oleh wanita usia subur yang sesuai keinginan sangat penting, salah satu kontrasepsi yang banyak dipilih adalah KB suntik, karena suntik merupakan alat kontrasepsi yang praktis, aman murah (Sartika & Qomariah, 2020). Meskipun banyak digunakan KB suntik 3 bulan, sering menimbulkan efek samping yang dapat berdampak pada kondisi fisik dan psikologis akseptor. Efek samping seperti gangguan siklus menstruasi, keputihan, dan kenaikan berat badan menjadi perhatian utama di masyarakat, karena memicu kecemasan di kalangan ibu-ibu yang menggunakan metode kontrasepsi

ini. Ketidaktahuan ibu mengenai efek samping KB suntik 3 bulan sering kali menimbulkan rasa takut, yang pada akhirnya dapat memengaruhi keputusan mereka untuk menggunakan metode ini. Penelitian (Wahyuni, 2022) menunjukkan bahwa kecemasan terkait efek samping KB suntik 3 bulan dapat menyebabkan ketidaknyamanan pada pengguna dan meningkatkan risiko *drop out* dari program KB.

Data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2023 tingkat prevalensi kontrasepsi (persentase perempuan berusia 15–49 tahun yang menggunakan metode kontrasepsi apapun) meningkat dari 47,7% menjadi 49,0%. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023 didapatkan hasil pencapaian peserta Keluarga Berencana (KB) aktif per alat kontrasepsi sebagai berikut: Suntik sebanyak 35,3%, Pil sebanyak 13,2%, Implan sebanyak 10,5%, *Intra Uterine Device* (IUD) sebanyak 8,9%, Metode Operasi Wanita (MOW) sebanyak 4,1%, Kondom sebanyak 1,6%, Metode Amenore Laktasi (MAL) sebanyak 1,9% dan Metode Operasi Pria (MOP) sebanyak 0,2%. Di Jawa Timur kontrasepsi yang paling diminati para akseptor yaitu KB suntik sebanyak 42,0%, Pil sebanyak 8,9%, IUD sebanyak 5,9%, implant sebanyak 4,7%, MOW sebanyak 3,2%, Kondom sebanyak 1,6%, MAL sebanyak 1,03% dan MOP sebanyak 0,11% (Kemenkes RI, 2023).

Di Kota Kediri, metode kontrasepsi suntik menjadi yang paling dominan digunakan, dengan akseptor mencapai 49,7% dari total pengguna KB pada tahun 2023. Dari jumlah tersebut, 10,7% akseptor menghentikan penggunaan metode ini, dengan alasan utama kecemasan terhadap efek samping yang dirasakan. (Dinkes Jatim, 2023). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di dinas kesehatan kota Kediri Diwilayah Kota Kediri akseptor KB aktif suntik terbanyak yaitu di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame yang mencapai 3.876 akseptor ditahun 2023. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Sukorame menunjukkan pravelensi akseptor KB Suntik tertinggi pada tahun 2023 yaitu di Wilayah Kelurahan Mojoroto hingga mencapai 1.037 jiwa yang didominasi oleh akseptor KB Suntik 810 diantaranya menggunakan KB Suntik 3 bulan. Meskipun demikian angka putus pakai / *droup out* menggunakan KB suntik masih tergolong tinggi, Khususnya di Kelurahan Mojoroto, yang mencapai 193 akseptor dari total 1.037 akseptor KB suntik selama periode Januari hingga Oktober 2024 dengan alasan efek samping yang timbul dari kontrasepsi tersebut (Dinkes Kota Kediri, 2023). Hal ini juga di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Arsesiana et al., 2022) yang

menunjukkan bahwa salah satu faktor penyebab tingginya angka putus pakai KB suntik adalah kecemasan akibat efek samping yang ditimbulkan oleh KB suntik 3 bulan (Arsesiana et al., 2022).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Putri et al., 2024) menunjukkan bahwa efek samping berupa amenorea sekunder pada penggunaan KB suntik DMPA memiliki hubungan signifikan dengan tingkat kecemasan akseptor KB. Penelitian ini menyoroti pentingnya konseling untuk mengurangi kecemasan akibat efek samping kontrasepsi. Namun, studi ini terbatas hanya pada efek samping amenorea sekunder tanpa mengeksplorasi efek samping lain secara komprehensif. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan (Sitepu & Pasaribu, 2022) menemukan bahwa efek samping KB suntik 3 bulan, seperti gangguan menstruasi dan peningkatan berat badan, memiliki hubungan signifikan dengan tingkat kecemasan akseptor. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh beliau terletak pada teknik sampling dan instrument kuisisioner yang digunakan, dalam penelitiannya teknik sampling yang digunakan yaitu dengan teknik *purpove sampling*. Serta kuisisioner yang digunakan yaitu kuisisioner kecemasan HARS yang menekankan pada evaluasi klinis kecemasan dengan tujuan diagnostik dan pemantauan terapi. Sedangkan teknik sampling pada penelitian ini menggunakan probability sampling dengan teknik *simple random sampling* serta kuisisioner kecemasan pada penelitian ini menggunakan kuisisioner kecemasan DASS yang bersifat lebih umum dan menyeluruh dalam mengevaluasi kondisi emosional dengan tujuan utama untuk mendukung eksplorasi dan analisis dalam penelitian.

Penelitian sebelumnya juga dilakukan oleh (Arsesiana et al., 2022) yang menunjukkan bahwa gambaran tingkat pengetahuan responden sebagian besar kurang dalam memahami efek samping KB Suntik 3 bulan. Hal ini disebabkan karena pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh umur, pendidikan, pekerjaan dan sumber informasi. Untuk meningkatkan pengetahuan akseptor KB maka, dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat perlu mengetahui karakteristik pada masyarakat tersebut dan saat menyampaikan informasi dapat menggunakan media bantu yang mudah dipahami oleh masyarakat. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang, karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih bermakna daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Purwanti, 2020). Oleh karena itu, Kurangnya

pengetahuan secara baik yang dimiliki oleh akseptor KB tentang efek samping KB suntik 3 bulan akan menyebabkan akseptor KB mengalami ketakutan dan kecemasan akibat efek samping yang ditimbulkan oleh KB suntik 3 bulan (Arsesiana et al., 2022).

Kecemasan yang berlebihan dapat berpengaruh buruk terhadap kesehatan. Reaksi kecemasan yang terlalu berlebihan dan menetap terus menerus dalam jangka waktu yang cukup lama dapat berubah menjadi sebuah gangguan, yaitu gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Sifat gangguan kecemasan dapat menghasilkan respon terhadap fisik maupun psikologis. Akibatnya mereka sulit untuk rileks dan juga sulit merasa tenang dalam banyak situasi, hingga menyebabkan ibu tidak dapat melakukan pekerjaan apapun (Purnamasari et al., 2023). Dalam konteks penggunaan KB suntik 3 bulan, komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) sangat penting untuk meningkatkan pemahaman akseptor mengenai efek samping yang mungkin terjadi, sehingga dapat meminimalkan kecemasan.

Berdasarkan paparan tersebut, pentingnya memahami hubungan antara efek samping penggunaan KB suntik 3 bulan dengan tingkat kecemasan menjadi fokus penelitian ini. Dengan prevalensi penggunaan KB suntik yang tinggi di Kota Kediri, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dengan mengeksplorasi faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan akseptor secara komprehensif, sehingga dapat menjadi dasar untuk meningkatkan kualitas layanan kontrasepsi di wilayah ini.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Jenis penelitian yang di gunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik korelasi dengan desain survey cross sectional. Survey cross sectional merupakan suatu rancangan penelitian non eksperimental untuk mempelajari dinamika korelasi antara factor faktor risiko dengan efek. Desain penelitian ini hanya melakukan observasi dan pengukuran variable pada satu saat tertentu saja dimana fenomena yang diteliti adalah selama satu periode pengumpulan data. Pengukuran variable tidak terbatas harus tepat pada satu waktu bersamaan, namun mempunyai makna bahwa setiap subyek hanya dikenai satu kali pengukuran, tanpa dilakukan tidak lanjut atau pengulangan pengukuran (I. K. Swarjana, 2015).

Desain penelitian ini di rancang untuk mengetahui dan mempelajari hubungan

efek samping penggunaan KB suntik 3 bulan dengan tingkat kecemasan di Wilayah Kelurahan Mojoroto Kota Kediri

Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: Obyek / Subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018).

Populasi dalam penelitian ini adalah akseptor KB Suntik 3 bulan di Kelurahan Mojoroto yang berjumlah sebanyak 810 akseptor.

Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2018). Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagian dari akseptor KB aktif suntik 3 bulan di kelurahan Mojoroto. Dalam menentukan jumlah sampel dari suatu populasi, peneliti menggunakan rumus slovin.

Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah probability sampling yakni menggunakan simple random sampling. Dengan pengambilan sampel secara acak dari anggota populasi tanpa mempertimbangkan strata populasi yang ada.

Berdasarkan rumus yang didapatkan sampel adalah sebanyak 89 Akseptor KB suntik 3 bulan di Kelurahan Mojoroto, yang telah diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Sampel yang dipilih menggunakan bantuan Microsoft Excel

Lokasi dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian tidak lain adalah tempat dimana proses studi yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan dalam pemecahan masalah penelitian berlangsung (Sukardi, 2021). Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kelurahan Mojoroto Kota Kediri Provinsi Jawa Timur.

Waktu penelitian dilakukan pada bulan Januari 2025 – Februari 2025 yaitu mulai dari penyusunan proposal skripsi sampai skripsi di seminarkan.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data pada penelitian ini yaitu Instrumen kecemasan DASS. Kuisisioner yang digunakan oleh peneliti adalah kuisisioner yang sudah disediakan pilihan jawaban dan peneliti tinggal memilih pernyataan pernyataan yang disebutkan oleh responden terdapat pada kolom jawaban yang telah

disediakan.

Untuk mengetahui efek samping akseptor KB Suntik 3 bulan, peneliti menggunakan data primer melalui kuisisioner yang diisi oleh responden untuk pengumpulannya. Kuisisioner berisi 12 pertanyaan berbentuk ceklist dengan menggunakan pilihan “Ya” dan “Tidak”. Kuisisioner ini terdiri 12 pertanyaan positif. Pada pertanyaan positif jika di jawab “Ya” memperoleh 1 poin dan “tidak” memperoleh poin 0.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah teknik atau cara yang dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka mencapai tujuan penelitian (Wildan, 2024).

Pada penelitian ini sumber data primer diperoleh dari lembar kuisisioner yang diisi oleh akseptor KB Aktif Suntik 3 Bulan di lokasi penelitian. Sedangkan sumber data sekunder pada penelitian ini diperoleh dari studi pendahuluan di wilayah kerja puskesmas Sukorame, yang memberikan informasi terkait data jumlah akseptor KB Suntik 3 bulan yang terbanyak tepatnya di wilayah kelurahan Mojoroto

Teknik Pengumpulan Data

Langkah-langkah teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah mengajukan izin penelitian kepada ketua program studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri Poltekkes Kemenkes Malang, mengajukan izin penelitian di Puskesmas Sukorame untuk menjadi salah satu kelurahan di wilayah kerjanya sebagai lokasi penelitian, koordinasi dengan bidan dan kader di wilayah puskesmas Sukorame untuk mengetahui nama nama responden, mempersiapkan nama nama yang akan dijadikan responden dengan teknik simple random sampling, mendatangi calon responden yang terpilih, peneliti menjelaskan kepada responden terkait tujuan penelitian, informasi penelitian dan jika responden bersedia dijadikan objek maka peneliti memberikan *informed consent* terhadap klien untuk dipahami dan ditanda tangani, setelah responden mengisi dan menandatangani *informed consent* peneliti menjelaskan cara mengisi kuisisioner dan melakukan pendampingan selama pengisian, lembar kuisisioner di isi oleh responden. Jika klien tidak memahami pertanyaan yang tertera pada lembar kuisisioner, peneliti bertindak sebagai fasilitator dan membantu klien dalam mengisi formulir.

Selanjutnya, kuisisioner yang telah diisi diserahkan kepada peneliti. Kemudian peneliti mengecek kelengkapan pengisian kuisisioner, kemudian peneliti melakukan pengolahan data sampai hasil akhir penelitian, kemudian peneliti memberikan bingkisan sebagai ucapan rasa terimakasih.

Metode Pengolahan Data

1. Editing

Editing adalah kegiatan memeriksa kelengkapan dan kejelasan pengisian instrument pengumpulan data (Ramdhan, 2021). Dalam penelitian ini dilakukan pengecekan terhadap instrumen yang telah diisi oleh responden yang terdiri dari kelengkapan data diri responden serta jawaban dari responden.

2. Coding

Coding yaitu proses identifikasi dan klasifikasi dengan memberikan simbol berupa angka pada tiap jawaban responden berdasarkan variabel yang diteliti (Ramdhan, 2021).

3. Processing

Processing adalah tahapan kegiatan memproses data agar dapat dianalisis (Lapau, 2019).

4. Cleaning

Cleaning adalah tahapan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah di entry dan melakukan koreksi bila terdapat kesalahan (Lapau, 2019).

Analisis Data

1. Analisis Univariat

Data yang di analisis yaitu gambaran karakteristik responden yang meliputi usia, pekerjaan, pendidikan, paritas, dan lama penggunaan. Untuk data khusus yang di analisis yaitu ada atau tidaknya efek samping serta tingkat kecemasan meliputi tidak ada kecemasan, kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, dan kecemasan sangat berat. Kemudian dianalisis dengan menggunakan rumus presentase sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P: Presentase

F: Skor yang diperoleh

N: Skor Maksimal

2. Analisis Bivariat

Dalam penelitian ini dilakukan analisis data menggunakan Chi square dengan

Rumus:

$$X^2 = \sum \frac{(f_0 - fh)^2}{fh}$$

$$x^2 \text{ tabel } 0,05 (db) = x^2 \text{ tabel } 0,05 (k - 1)(b - 1)$$

Jika didapatkan x^2 hitung $> x^2$ tabel maka terdapat hubungan yang bermakna antara variabel dependen dengan variabel independen. Jika didapatkan hasil hitung x^2 hitung $< x^2$ tabel maka tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kedua variabel tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengumpulann data yang telah dilakukan di kelurahan Mojoroto pada bulan Januari 2025, didapatkan 89 responden yang memenuhi kriteria inklusi, teknik pengambilan sampel yaitu dengan *simple random sampling* dimana responden diteliti sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisisioner yang diberikan kepada akseptor KB Suntik 3 bulan.

Berikut ini disajikan hasil gambaran karakteristik responden yang meliputi usia, pekerjaan, pendidikan, paritas, dan lama penggunaan.

Tabel 1. Karakteristik di Wilayah Kelurahan Mojoroto Kota Kediri

Karakteristik Responden	Jumlah	Presentase
Usia		
< 20 Tahun	2	2,2 %
21-35 Tahun	36	40,4 %
> 35 Tahun	51	57,3%
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	68	76,4 %
Swasta	7	7,9 %
PNS	1	1,1 %
Lain lain	13	14,6 %
Pendidikan		
SD	4	4,5 %
SMP	19	21,3 %

SMA	46	51,7 %
Perguruan Tinggi	20	22,5 %
Paritas		
Primipara	14	15,7 %
Multipara	75	84,3 %
Lama Penggunaan		
< 3 Tahun	40	45,0 %
>3 Tahun	49	55,0%

Hasil analisis karakteristik responden seperti yang ada pada tabel diatas dapat dijelaskan bahwa dari 89 responden yang diteliti untuk karakteristik berdasarkan usia, responden tertinggi adalah kelompok usia > 35 Tahun yaitu 51 orang dengan presentase 57,3%. Dan dilihat dari pekerjaan sebagian besar yaitu ibu rumah tangga 68 orang dengan presentase 76,4 % Untuk tingkat pendidikan sebagian besar yaitu SMA sebanyak 20 orang dengan presentase 51,7%. Untuk paritas sebagian besar respnden yaitu ibu multipara sebanyak 75 orang dengan presentase 84,3 % Dan untuk lama penggunaan sebagian besar responden yaitu > 3 tahun sebanyak 49 orang dengan presentase 55,0%.

Efek Samping Menggunakan KB Suntik 3 Bulan

Distribusi frekuensi berdasarkan kejadian efek samping penggunaan KB Suntik 3 bulan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Efek Samping KB Suntik 3 Bulan Di Wilayah Kelurahan Mojoroto Kota Kediri

Mengalami Efek Samping	Frekuensi	Presentase
Ya	54	60,7 %
- Perubahan pola menstruasi	(20)	(37%)
- Nyeri perut	(1)	(1,38%)
- Perubahan berat badan	(15)	(27,7%)
- Mual muntah	(1)	(1,38%)
- Sakit kepala	(4)	(7,4%)
- Keputihan	(6)	(11%)
- Jerawat	(3)	(5,5%)
- Penurunan gairah seksual	(1)	(1,38%)
- Mudah lelah	(2)	(3,7%)

- Perubahan suasana hati	(2)	(3,7%)
Tidak	35	39,3 %
Total	89	100 %

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa responden penelitian Kb Suntik 3 bulan sebagian besar yaitu mengalami efek samping yaitu 60,7% (54 orang). Klasifikasi efek samping yang terjadi pada akseptor suntik 3 bulan yaitu perubahan pola menstruasi 37 % (20 orang), perubahan berat badan 27,7 % (15 orang), keputihan 11 % (6 orang), sakit kepala 7,4 % (4 orang) , timbulnya jerawat 5,5 % (3 orang), mudah lelah 3,7 % (2 orang), perubahan suasana hati 3,7 % (2 orang), perut tidak nyaman 1,38 % (1 orang), penurunan gairah seksual 1,38 % (1 orang), mual muntah 1,38 % (1 orang).

Faktor yang mempengaruhi terjadinya efek samping pada penggunaan KB Suntik 3 bulan salah satunya adalah usia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Astria & Rahmawati, 2023) dari penelitian tersebut diketahui bahwa dari responden yang memiliki usia < 20 tahun, >35 tahun sebanyak 20 (54,1%) responden mengalami kejadian efek samping dari penggunaan kontrasepsi DMPA. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,036 < 0,05 (\alpha)$ artinya H_0 ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara usia dengan kejadian efek samping penggunaan kontrasepsi DMPA di Puskesmas Tabir Lintas Tahun 2022. DMPA (Depo Medroxyprogesterone Acetate) merupakan kontrasepsi suntik yang sering dipakai dan memiliki efektivitas yang baik. Akan tetapi dalam penggunaannya, DMPA memiliki beberapa efek samping seperti gangguan pola menstruasi, peningkatan berat badan dan dalam penggunaan jangka panjang dapat menyebabkan gangguan emosi. Semakin bertambahnya usia akseptor, risiko mengalami efek samping dari penggunaan kontrasepsi DMPA cenderung lebih tinggi. Hal ini di sebabkan oleh perubahan hormonal yang semakin cepat seiring bertambahnya usia, serta gangguan pola haid yang lebih sering terjadi. Pada usia yang mendekati masa premenopause, kadar hormone dalam tubuh mengalami penurunan, sehingga keseimbangan hormone menjadi tidak stabil.

Paritas juga mempengaruhi terjadinya efek samping dari penggunaan KB Suntik 3 bulan. Pada penelitian ini sebagian besar responden multipara mengalami efek samping dari penggunaan KB Suntik 3 bulan sebanyak 47 responden (52,8%). Hasil penelitian ini

sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Cahyaningsih & Rosyati, 2024) dengan hasil penelitian menunjukkan ibu yang memiliki anak >1 mengalami kenaikan berat badan dengan p-value 0,000 yang menandakan adanya hubungan antara paritas dengan kenaikan berat badan pada akseptor KB Suntik 3 bulan.

Jumlah anak dapat mempengaruhi calon akseptor KB dalam penggunaan kontrasepsi yang sesuai yang akan digunakan. Calon akseptor KB dengan jumlah anak hidup masih sedikit cenderung menggunakan kontrasepsi yang efektifitasnya rendah. Sedangkan calon akseptor KB dengan jumlah anak hidup banyak cenderung menggunakan kontrasepsi dengan efektifitas tinggi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Wungubelen et al., 2020) menunjukkan 52,4% pengguna kontrasepsi adalah multipara yang memiliki jumlah anak hidup tinggi sehingga memilih kontrasepsi dengan efektifitas tinggi seperti kontrasepsi suntik.

Selain itu lama penggunaan juga mempengaruhi terjadinya efek samping dari penggunaan KB Suntik 3 bulan, pada penelitian ini sebagian besar responden dengan lama penggunaan > 3 tahun yang mengalami efek samping sebanyak 31 responden, kemudian dengan lama penggunaan < 3 tahun sebanyak 23 responden yang mengalami efek samping dari penggunaan KB Suntik 3 bulan. Menurut (Hermawati et al., 2022) efek samping dari penggunaan KB Suntik misalnya ketidakaturan menstruasi termasuk menometroragi dan amenorea terjadi pada beberapa bulan setelah pemakaian umumnya pada 1 tahun pertama, kemudian jika pemakaian KB suntik di hentikan, siklus menstruasi yang teratur akan kembali terjadi dalam waktu 6 bulan – 1 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kesuma et al., 2023) dengan hasil lama pemakaian kontrasepsi suntik mayoritas > 2 tahun sebanyak 72 responden (72%). Mayoritas responden mengalami efek samping KB suntik berupa amenorea dan kenaikan berat badan. Kemudian hasil dari penelitian tersebut yaitu ada hubungan yang signifikan antara lama pemakain dengan efek samping kontrasepsi pada akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan dengan nilai ($p=0,000$). Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara lama penggunaan KB Suntik 3 bulan dengan efek samping KB suntik 3 bulan.

Salah satu faktor utama yang mempengaruhi terjadinya efek samping adalah usia. Penelitian ini menguatkan temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa semakin bertambahnya usia, terutama di atas 35 tahun, maka risiko mengalami efek samping semakin tinggi. Hal ini dapat dikaitkan dengan perubahan hormonal yang lebih cepat serta

ketidakseimbangan kadar hormon yang sering terjadi pada usia menjelang premenopause. Selain usia, paritas atau jumlah anak juga berpengaruh terhadap efek samping yang dirasakan. Responden dengan jumlah anak lebih dari satu cenderung lebih banyak mengalami efek samping. Hal ini dapat dijelaskan dengan adanya perubahan fisiologis pada tubuh ibu setelah melahirkan beberapa kali, yang mungkin berdampak pada metabolisme hormon dan respons tubuh terhadap kontrasepsi hormonal.

Faktor lainnya yang berperan adalah lama penggunaan KB Suntik 3 bulan. Responden yang telah menggunakan metode ini lebih dari tiga tahun menunjukkan tingkat efek samping yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang menggunakannya dalam waktu yang lebih singkat. Ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa efek samping seperti gangguan menstruasi, peningkatan berat badan, serta gangguan emosional lebih sering terjadi pada pemakaian jangka panjang.

Dari data yang telah disajikan, penting bagi tenaga kesehatan untuk lebih memperhatikan edukasi kepada calon akseptor KB mengenai potensi efek samping dari metode kontrasepsi yang akan mereka pilih. Konseling yang lebih komprehensif mengenai efek jangka panjang, serta pemilihan metode kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi fisik dan kebutuhan individu, sangat diperlukan agar pengguna KB dapat mengambil keputusan yang lebih bijak dan tepat. Dengan demikian, meskipun KB Suntik 3 bulan merupakan metode yang efektif dalam mencegah kehamilan, penggunaannya tetap harus disertai dengan pemantauan medis yang baik untuk mengurangi risiko efek samping yang merugikan.

Tingkat Kecemasan Akseptor KB Suntik 3 Bulan

Distribusi frekuensi berdasarkan kejadian tingkat kecemasan, dapat dilihat di table di bawah ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Wilayah Kelurahan Mojoroto Kota Kediri

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Presentase
Tidak Cemas	13	14,6 %
Cemas Ringan	13	14,6 %
Cemas Sedang	26	29,2 %
Cemas Berat	24	27 %
Cemas Sangat Berat	13	14,6 %

Total	89	100 %
-------	----	-------

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa responden penelitian Kb Suntik 3 bulan sebagian besar yaitu mengalami cemas sedang yaitu 26 responden (29,2%). Klasifikasi tingkat kecemasan berdasarkan efek samping yang di alami pengguna yaitu mayoritas perubahan berat badan dengan kecemasan sedang dengan presentase 22,2 % (12 orang).

Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekankan kehidupan seseorang. Kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala gejala lain dari berbagai gangguan emosi (Putri et al., 2022). Banyak perempuan mengalami kesulitan di dalam menentukan pilihan jenis kontrasepsi. Kecemasan merupakan salah satu factor yang mempengaruhi dalam memilih jenis kontrasepsi, salah satunya cemas dalam menggunakan alat kontrasepsi suntik, seseorang cemas dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang alat kontrasepsi yang digunakan ketika tidak tahu maka responden ragu-ragu dalam memakai alat kontrasespi tersebut. Sehingga pengetahuan yang baik sangat penting dimiliki oleh reponden sebelum menggunakan alat kontrasepsi (Bana & Korbaffo, 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Amelia, 2023) hasil analisis hubungan emosional dengan penggunaan suntik KB 3 bulan pada penelitian ini ada sebanyak 16 orang (55,2%) dari 29 orang yang tidak mengalami perubahan emosional dan menggunakan KB suntik 6 bulan sebanyak 25 orang (96,2%) dari 26 orang. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,000$. Berdasarkan nilai tersebut karena nilai $p < 0,05$ dapat diambil kesimpulan bahwa “ada hubungan yang bermakna antara emosional dengan penggunaan suntik KB 3 bulan”. Dalam penggunaan alat kontrasepsi sering kita melihat efek samping yang sering dirasakan pengguna terutama kontrasepsi hormonal. Efek samping yang sering terjadi pada ibu yaitu perubahan berat badan dengan kecemasan sedang berdasarkan penelitian hal ini menyebabkan emosional seorang ibu tidak stabil atau moody sehingga memicu emosional yang terkadang berlebih kepada setiap hal yang membuatnya merasa tidak nyaman.

Emosional yang berlebihan dapat mengakibatkan stres. Kondisi stres ini cenderung akan mengakibatkan seseorang menjadi mudah marah serta stress memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap system metabolisme tubuh (Rahmi, 2023). Depresi juga dapat terjadi pada orang yang menerima kontrasepsi hormonal mungkin disebabkan oleh stres

yang berkepanjangan. Stres bisa timbul dari hilangnya kepercayaan diri karena kenaikan berat badan yang cepat. Hormon progesterone dapat memfasilitasi konversi karbohidrat dan gula menjadi lemak dan merangsang nafsu makan serta dapat mengurangi aktivitas fisik. Depresi adalah suatu gangguan keadaan tonus perasaan yang secara umum ditandai oleh rasa kesedihan, apatis, pesimisme dan kesepian. Pengaruh progesterone terhadap kejadian depresi masih perlu dibuktikan lebih jauh (Akbar, 2020). Terdapat pengaruh lamanya penggunaan alat kontrasepsi hormonal terhadap tingkat depresi. Hal tersebut diakibatkan progesterone yang disuntikkan secara rutin dapat mengurangi kadar serotonin dalam otak secara terus menerus. Dimana salah satu fungsi serotonin adalah pengatur mood / perasaan seseorang (Priyanto, 2023).

Kecemasan dalam penggunaan KB Suntik 3 bulan bisa disebabkan oleh berbagai faktor, kurangnya edukasi dan konseling sebelum serta selama penggunaan KB suntik 3 bulan untuk membantu akseptor memahami efek samping yang mungkin terjadi, perubahan emosional akibat ketidakseimbangan hormon, serta kekhawatiran terhadap dampak jangka panjang. Seperti yang disebutkan dalam penelitian sebelumnya, penggunaan kontrasepsi hormonal dapat menyebabkan perubahan mood, stres, bahkan depresi karena gangguan metabolisme dan perubahan kadar serotonin dalam otak. Selain itu, faktor kenaikan berat badan akibat penggunaan KB hormonal juga bisa menjadi pemicu kecemasan. Banyak perempuan merasa tidak percaya diri dengan perubahan fisik yang mereka alami, yang pada akhirnya berdampak pada kondisi emosional mereka. Ini diperburuk dengan efek progesteron yang meningkatkan nafsu makan dan mengurangi aktivitas fisik, yang bisa membuat pengguna merasa kehilangan kendali atas tubuh mereka.

Konseling sebelum penggunaan KB sangat diperlukan agar akseptor dapat memahami risiko yang mungkin mereka hadapi dan menemukan strategi untuk mengelola kecemasan mereka. Selain itu, adanya dukungan dari tenaga medis, keluarga, dan lingkungan sosial dapat membantu mengurangi stres dan memberikan pengalaman yang lebih positif dalam penggunaan kontrasepsi. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang efek KB Suntik 3 bulan terhadap kesehatan mental, diharapkan perempuan dapat membuat keputusan yang lebih matang dalam memilih metode kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi fisik dan psikologis mereka

Hubungan Efek Samping KB Suntik 3 Bulan dengan tingkat kecemasan di Wilayah Kelurahan Mojooroto Kota Kediri

Tabel 4. Distribusi frekuensi Hubungan Efek Samping KB Suntik 3 bulan dengan tingkat kecemasan di Wilayah Kelurahan Mojooroto Kota Kediri

Efek Samping	Tingkat Kecemasan										Jumlah	P value	
	Tidak Ada Kecemasan		Cemas Ringan		Cemas Sedang		Cemas Berat		Cemas Sangat Berat				
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	
Ada	6	6,7%	8	9%	22	24,7%	17	19,1%	1	1,1%	54	60,7%	(23.730)
Tidak Ada	7	7,9%	5	5,6%	4	4,5%	7	7,9%	12	13,5%	35	39,3%	0,000
Jumlah	13	14,6%	13	14,6%	26	29,2%	24	27%	13	14,6%	89	100%	

Berdasarkan tabel 4 yang menjelaskan tentang hubungan efek samping penggunaan KB Suntik 3 bulan dengan tingkat kecemasan di wilayah Kelurahan Mojooroto Kota Kediri bahwa dari 89 responden dengan memiliki efek samping dengan tidak ada kecemasan sebanyak 6 reponden (6,7 %), Memiliki efek samping dengan cemas ringan sebanyak 8 responden (9%). Memiliki efek samping dengan cemas sedang sebanyak 22 responden (24,7%). Memiliki efek samping dengan cemas berat sebanyak 17 reponden (19,1%). Memiliki efek samping dengan cemas sangat berat sebanyak 1 reponden (1,1%). Kemudian untuk kategori tidak memiliki efek samping dengan tidak ada kecemasan sebanyak 7 reponden (7,9%). Tidak memiliki efek samping dengan cemas ringan sebanyak 5 responden (5,6%). Tidak memiliki efek samping dengan cemas sedang sebanyak 4 responden (4,5 %). Tidak memiliki efek samping dengan cemas berat sebanyak 7 responden (7,9%). Tidak memiliki efek samping dengan cemas sangat berat 12 reponden (13,5%). Setelah dilakukan uji statistic dengan menggunakan uji *Chi-square* diperoleh ($X_2 = 23.730$, p-value 0,000 yang berarti kurang dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa H_0 di tolak, ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan efek samping KB Suntik 3 bulan dengan tingkat kecemasan di wilayah Kelurahan Mojooroto Kota Kediri. Kemudian untuk X^2 hitung (23.370) > X^2 tabel (9.488) jadi efek samping KB suntik 3 bulan berasosiasi signifikan dengan tingkat kecemasan.

Setelah uji X^2 signifikan selanjutnya untuk mengetahui seberapa besar keterkaitan antar variable dihitung dengan menggunakan koefisiensi kontingensi. Dari hasil perhitungan $C = 0,996$ yang kemudian dilihat pada table interval koefisiensi kontingensi berada pada kriteria sangat kuat dengan interval $0,80 - 0,999$. Kemudian dapat disimpulkan keeratn hubungan kedua variable berada pada kriteria sangat kuat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2024) populasi dalam penelitian ini adalah akseptor KB suntik 3 bulan. Hasil penelitian dengan uji statistik Chi-square diperoleh p -value $0,000$ yang berarti p -value $< 0,05$ (H_a diterima dan H_0 ditolak) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan efek samping dengan tingkat kecemasan Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Putri et al., 2024) dalam penelitian ini dari 42 responden yang mengalami amenorrhea sekunder, dengan tingkat kecemasan ringan yaitu 34 responden. Berdasarkan uji statistic Chi-square didapatkan nilai p -value yaitu $0,020$ yaitu $< 0,05$ sehingga hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara amenorrhea sekunder dengan tingkat kecemasan di BPM Sagita Palembang tahun 2021.

Berdasarkan hasil analisis dalam tabel, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efek samping penggunaan KB suntik 3 bulan dengan tingkat kecemasan yang dialami oleh responden. Hasil penelitian ini di simpulkan bahwa sebagian besar responden yakni memiliki efek samping dengan tingkat kecemasan sedang. Responden yang mengalami efek samping cenderung lebih banyak mengalami kecemasan dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalami efek samping. Tingkat kecemasan yang dialami bervariasi, mulai dari kecemasan ringan hingga sangat berat, menunjukkan bahwa efek samping KB suntik 3 bulan dapat berdampak pada kondisi psikologis penggunanya. Efek samping yang terjadi pada ibu yang sering mempengaruhi kecemasan yaitu perubahan berat badan dengan kecemasan sedang. Selain itu, hasil analisis statistik menunjukkan bahwa hubungan ini tidak terjadi secara kebetulan, melainkan memiliki signifikansi yang kuat. Artinya, penggunaan KB suntik 3 bulan berpotensi menjadi salah satu faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan, terutama pada individu yang sensitif terhadap perubahan hormonal. Hal ini sejalan dengan teori

yang menyatakan bahwa perubahan kadar hormon dalam tubuh akibat kontrasepsi hormonal dapat memengaruhi kondisi emosional dan psikologis seseorang.

Menurut asumsi peneliti, dampak dari kontrasepsi hormonal terutama KB suntik 3 bulan, tidak hanya terbatas pada kondisi fisik tetapi juga berpengaruh besar terhadap kesejahteraan psikologis penggunanya. Efek samping seperti amenorea, kenaikan berat badan, dan perubahan hormon dapat memicu perasaan cemas, terutama bagi individu yang kurang mendapatkan edukasi mengenai konsekuensi jangka panjang dari metode kontrasepsi ini. Hal ini diperkuat oleh penelitian lain yang menyatakan bahwa ketidakseimbangan hormon akibat penggunaan KB suntik dapat memengaruhi kondisi emosional seseorang, meningkatkan risiko stres, kecemasan, hingga depresi. Peran tenaga kesehatan menjadi sangat penting dalam memberikan edukasi dan pendampingan kepada calon akseptor. Penyuluhan mengenai efek samping dan risiko psikologis harus menjadi bagian dari program keluarga berencana, agar setiap individu dapat membuat keputusan yang tepat sesuai dengan kondisi fisik dan mental mereka. Konseling yang baik sebelum dan selama penggunaan KB suntik dapat membantu mengurangi kecemasan dengan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang efek samping yang mungkin terjadi dan cara mengatasinya.

Upaya pemantauan berkala bagi pengguna KB suntik 3 bulan juga harus dilakukan untuk mendeteksi potensi gangguan kecemasan sejak dini. Jika ditemukan gejala kecemasan yang berat, tenaga medis dapat mempertimbangkan untuk mengganti metode kontrasepsi dengan opsi lain yang lebih ramah secara hormonal. Pendekatan holistik, termasuk dukungan psikologis, pola hidup sehat, serta terapi relaksasi, juga dapat menjadi solusi bagi pengguna yang mengalami kecemasan akibat efek samping KB suntik. Kesadaran masyarakat mengenai dampak psikologis dari kontrasepsi hormonal perlu ditingkatkan oleh pemerintah dan tenaga kesehatan. Ke depannya, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menggali lebih dalam faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi kecemasan pada pengguna KB suntik 3 bulan. Dengan begitu, dapat dikembangkan strategi yang lebih efektif dalam mendukung kesehatan mental dan fisik para akseptor KB. Misalnya dengan memberikan dukungan psikologis, terapi relaksasi, atau perubahan gaya hidup sehat untuk membantu mengurangi kecemasan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan Efek Samping Penggunaan KB Suntik 3 bulan Dengan Tingkat Kecemasan Di Wilayah Kelurahan Mojoroto Kota Kediri” diperoleh hasil berikut mayoritas akseptor KB suntik 3 bulan di wilayah Kelurahan Mojoroto, Kota Kediri, mengalami efek samping, sedangkan sebagian lainnya tidak mengalami efek samping. Tingkat kecemasan akseptor KB suntik 3 bulan dalam menghadapi efek samping yang ditimbulkan sebagian besar mengalami kecemasan sedang. Terdapat hubungan antara efek samping penggunaan KB suntik 3 bulan dengan tingkat kecemasan di Wilayah Kelurahan Mojoroto Kota Kediri

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, E. H., Makkasau, Fitriani, Latifah, A., Eppang, M., Buraerah, S., Syatriani, S., Ilmiah, W. S., Suhartini, T., & Widia, L. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rizmedia Pustaka Indonesia.
https://books.google.co.id/books?id=y8q_EAAAQBAJ
- Akbar, N. (2020). *Pengaruh Depo Medroxy Progesteron Acetate (DMPA) Terhadap Kadar Endotelin 1 (ET-1) Pada Tikus Wistar (Rattus Norvegicus) : Buku Monograf: Jariah Publishing*. Jariah Publishing Intermedia.
<https://books.google.co.id/books?id=OYI3EAAAQBAJ>
- Amalia, A. N., & Arthur, R. (2023). *Penyusunan Instrumen Penelitian: Konsep, Teknik, Uji Validitas, Uji Reliabilitas, dan Contoh Instrumen Penelitian*. Penerbit NEM.
<https://books.google.co.id/books?id=rx3JEAAAQBAJ>
- Amelia, L. (2023). Hubungan Kenaikan Berat Badan , Siklus Menstruasi dan Emosional dengan Penggunaan Suntik KB 3 Bulan di BPM Lia Amelia. *Indonesia Journal of Midwifery Science*, 002(01), 207–217.
- Arisanti, Vi. (2021). Pengaruh Kontrasepsi Hormonal Terhadap Disfungsi Seksual Pada Wanita. *Jurnal Medika Huta,A*, 02(02).
- Arsesiana, A., Hertati, D., Oktarina, L., & Utami, D. T. (2022). Gambaran Pengetahuan Akseptor KB Suntik 3 Bulan tentang Efek Samping KB Suntik 3 Bulan. *Jurnal Surya Medika*, 8(2), 1–9. <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i2.3847>
- Astria, N., & Rahmawati, D. (2023). Lama pemakaian dan usia dengan kejadian efek samping kontrasepsi progestin Depomedroksi Progesteron Acetat (DMPA) pada Wanita Usia Subur. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak (KIA)*, 2(1), 1–6.

- [http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3305637&val=29006&title=Lama Pemakaian dan Usia dengan Kejadian Efek Samping Kontrasepsi Progesterin Depomedroksi Progesteron Acetat DMPA pada Wanita Usia Subur](http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3305637&val=29006&title=Lama%20Pemakaian%20dan%20Usia%20dengan%20Kejadian%20Efek%20Samping%20Kontrasepsi%20Progesterin%20Depomedroksi%20Progesteron%20Acetat%20DMPA%20pada%20Wanita%20Usia%20Subur)
- Azhari, M. T., Bahri, A. F., Asrul, Rafida, T., & Juansa. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=P7OpEAAAQBAJ>
- Bana, M., & Korbaffo, A. R. (2021). Pengetahuan Dan Sikap Akseptor Suntik Terhadap Kecemasan Akibat Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik: Literatur Review. *Journal of Health Science Community*, 1(4), 4. <https://thejhsc.org/index.php/jhsc/article/view/118>
- Cahyani. (2021). *Stres Akademik dan Penanganannya*. GUEPEDIA. <https://books.google.co.id/books?id=SqpMEAAAQBAJ>
- Cahyaningsih, T., & Rosyati, H. (2024). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kenaikan Di Klinik Pratama Tritunggal Jakarta Utara Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8, 5844–5851.
- Casey, F. E. (2023). Kontrasepsi Oral. *Pusat Medis Universitas Virginia Commonwealth*, 1–26.
- Dinkes Jatim. (2023). *PROFIL KESEHATAN Provinsi Jawa Timur Tahun 2023*.
- Dinkes Kota Kediri. (2023). *Laporan Kegiatan Keluarga Berencana (KB Aktif)*.
- Ekasari, R. (2023). *Metodologi Penelitian*. AE Publishing. <https://books.google.co.id/books?id=BUrrEAAAQBAJ>
- Elvera, & Astarina, Y. (2021). *METODOLOGI PENELITIAN*. Penerbit Andi. <https://books.google.co.id/books?id=p2rDEAAAQBAJ>
- Hariani, H., L. N., Rahmatia, H. St., Suhartatik, D. H., Fauziah, A., & Kurnia Rahma Syarif. (2024). *BUKU AJAR GANGGUAN GINEKOLOGI*. Nas Media Pustaka. <https://books.google.co.id/books?id=Vaz-EAAAQBAJ>
- Haryono, E. (2024). *METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF DAN KUANTITATIF*. Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia Anggota Ikapi Jawa Barat. <https://books.google.co.id/books?id=HCwREQAAQBAJ>
- Herawati, I., Faridah, I., Agustin, W., Astuti, Y. N., Herawati, D., Vidiawati, L., Lestari, E. M., Rahmawati, D. A. E., & Wardhani, A. D. (2022). *Pemilihan Alat dan Efek Samping Kontrasepsi*. Penerbit NEM.

- <https://books.google.co.id/books?id=I7KpEAAAQBAJ>
- Hermawati, A. H., Astuti, Y., Lestari, H. D., Dari, T. W., & Murniasih, E. (2022). *Buku Ajar Pengantar Keperawatan Maternitas*. Penerbit Adab.
- <https://books.google.co.id/books?id=lqpgEAAAQBAJ>
- Hotimah, E. C., Handian, F. I., & Lumadi, S. A. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Tentang Efek Samping Tindakan Hemodialisa Rutin terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Hemodialisa di RSSA Malang. *Malahayati Nursing Journal*, 4(8), 1901–1915. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i8.6910>
- I Ketut Swarjana, S. K. M. M. P. H. D. P. H. (2022). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan – Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuesioner*. Penerbit Andi. <https://books.google.co.id/books?id=aPFfeEAAAQBAJ>
- Ichinose, Y. (2024). *Rahasia Mengatasi Kecemasan: Panduan Praktis untuk Hidup Lebih Tenang dan Bahagia: Rahasia Hidup Tenang dengan Teknik Praktis dan Teruji Mengatasi Kecemasan*. Yumeko Ichinose.
- <https://books.google.co.id/books?id=PuIREQAAQBAJ>
- Imelisa, R., Roswendi, A. S., Wisnusakti, K., Ayu, I. R., Restiana, N., Kafkaylea, & Premium. (2021). *Keperawatan Kesehatan Jiwa Psikososial*. Edu Publisher.
- <https://books.google.co.id/books?id=kMtMEAAAQBAJ>
- Indrayani, T., & Carolin, B. T. (2020). Asian Research Midwifery and Basic Science Asian Research Midwifery and Basic Science. *Asian Research Midwifery and Basic Science Journal*, 1(1), 166–173.
- Irianto, K. (2015). *Pelayanan Keluarga Berencana*. Cv Alfabeta.
- Janani, M., & Arifin, K. I. (2024). *Menjalankan Program Keluarga BerENCANA*. 1(2), 8–17.
- Kemenkes RI. (2023). Profil Kesehatan Indonesia. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*. <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf>
- Kesuma, N., Haryadi, & Marsoyo, A. (2023). Analisis Lama Pemakaian Dengan Efek Samping Kontrasepsi Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik 3 Bulan. *Journal of Health Reserch*, 6(2), 154.

- Khawarizmi, A. (2022). *Kecemasan dan Serangan Panik - Cara Tepat Mengendalikan Diri Anda*. Al Khawarizmi. <https://books.google.co.id/books?id=CtKREAAAQBAJ>
- Kirana, W., Litaqia, W., Karlistiyaningsih, B., & Hidayah, N. (2022). *Buku Panduan Self Talk Positive dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan dan Stres Garda Terdepan Penanganan COVID-19*. Penerbit NEM. <https://books.google.co.id/books?id=t-leEAAAQBAJ>
- Kusumawati, E., Anjani, R. D., Ulfa, N. L., Team, E., Guidelines, A., Process, P. R., Statement, E., Frequency, P., Submission, O., Policy, O. A., & Notice, C. (2022). *SAFARI KB AKBK PADA PUS KERJASAMA DENGAN P2KP-KR KOTA SEMARANG Refbacks*. 1–2.
- Lapau, B. (2019). *Metode Penelitian Kesehatan: Metode Ilmiah Penulisan Skripsi, Tesis, dan Disertasi (Edisi Revisi)*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=zXMbDAAAQBAJ>
- Lestari, V. A., & Amalia, E. L. (2021). *Implementasi Fuzzy Inference System untuk Menentukan Alat Kontrasepsi Program Keluarga Berencana*. 10, 239–249.
- Madiuw, D., & Tahapary, W. (2023). *Buku Keterampilan Klinis: Keperawatan Kesehatan Reproduksi*. Penerbit NEM. <https://books.google.co.id/books?id=yMDbEAAAQBAJ>
- Mulyana, A., Susilawati, E., Fransisca, Y., Arismawati, M., Madrapriya, F., Phety, D. T. O., Putranto, A. H., Fajriyah, E., Kurniawan, R., & Asri, Y. N. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif*. TOHAR MEDIA. <https://books.google.co.id/books?id=axwnEQAAQBAJ>
- Prasida, D. wasthu. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemilihan Alat Kontrasepsi. *Jurnal Ilmiah Global Education*, 4(2), 809–813.
- Priyanto, B. (2023). *Kegawatdaruratan di Bidang Bedah Saraf*. Penerbit Salemba. <https://books.google.co.id/books?id=hDHZEAAAQBAJ>
- Purnamasari, D., Sulistiyaningsih, S. H., & Irnawati, Y. (2023). *Hubungan Gangguan Siklus Menstruasi dengan Tingkat Kecemasan pada Akseptor KB Suntik DMPA di BPM Bidan Dewi di Desa Bojong Menteng Kecamatan Rawa Lumbu Kota Bekasi*. 392–401.
- Purwanti, S. (2020). Dampak Penurunan Jumlah Kunjungan KB terhadap Ancaman Baby Boom di Era COVID-19. *Jurnal Bina Cipta Husada*, 16(2), 105–118.

- Putri, U. N. H., Nur'aini, Sari, A., & Mawaadah, S. (2022). *MODUL KESEHATAN MENTAL*. CV. AZKA PUSTAKA. <https://books.google.co.id/books?id=yL MEAAAQBAJ>
- Putri, V. D., Purwani, R., & Wijayanti, A. (2024). Hubungan Amenorhea Sekunder Dengan Tingkat Kecemasan Akseptor KB Suntik DMPA. *Journal of Language And Health*, 5(1), 7–14.
- Rahmi, U. (2023). *Patofisiologi untuk Vokasi Keperawatan*. bumi aksara pt. <https://books.google.co.id/books?id=KdfHEAAAQBAJ>
- Ramdhan, M. (2021). *Metode Penelitian*. Cipta Media Nusantara. <https://books.google.co.id/books?id=Ntw EAAAQBAJ>
- Ridawati Sulaeman, S. K. N. M. M., Dewi Purnamawati, M. K., & Eka Rudy Purwana, S. S. T. M. K. (2022). *Remaja dan Kesehatan Reproduksi*. CV. Bintang Semesta Media. <https://books.google.co.id/books?id=jxWtEAAAQBAJ>
- Roesminingsih, M. V, Widyaswari, M., Rosyanafi, R. J., & Zakariyah, F. (2024). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bayfa Cendekia Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=UpfvEAAAQBAJ>
- Rokayah, Y., Inayanti, E., & Rusyanti, S. (2021). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi & Keluarga Berencana (KB)*. Penerbit NEM. <https://books.google.co.id/books?id=fLIHEAAAQBAJ>
- Sari, K., Irnawati, Y., Ristyningrum, E. E., & Annisa, S. (2024). Hubungan Efek Samping Kb Dengan Tingkat Kecemasan Pada Akseptor Kb Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Bandarjaya Lampung. *Midwifery Educational Reseach Journal*, 2(2), 59–64.
- Sartika, W., & Qomariah, S. (2020). *Faktor Yang Mempengaruhi Penggunaan KB Suntik Factors Affecting The Use of Injection KB*. 7(1), 1–8.
- Sitepu, J., & Pasaribu, A. (2022). Hubungan Efek Samping Dengan Kecemasan Akseptor Kb Suntik 3 Bulan. *Jambura Health and Sport Journal*, 4(1), 37–43. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v4i1.13570>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suhartatik, S., & Mutmainna, A. (2019). Pengaruh Penggunaan Alat Kontrasepsi Iud Dan Suntik Terhadap Siklus Haid Diwilayah Kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14(1), 79–84.

<https://doi.org/10.35892/jikd.v14i1.103>

- Sukardi. (2021). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Praktiknya (Edisi Revisi)*. Bumi Aksara. https://books.google.co.id/books?id=gJo_EAAAQBAJ
- Sukmawati, A. S., Sabur, F., Nur, M., Darmawan, A. R., Sa'dianoor, S., Mahbub, K., Irmawati, I., Silviana, S., Tawil, M. R., & Sampurno, C. B. K. (2023). *BUKU AJAR METODOLOGI PENELITIAN*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=vrrIEAAAQBAJ>
- Sultan, S., Bashar, A., Bazhair, R. M., Abdurahman, D. O., & Alrehaili, R. A. (2024). *Association of Hormonal Contraceptives with Depression among Women in Reproductive Age-Groups- a Cross-Sectional Analytic Study Depression among Women in Reproductive*. 2024. <https://doi.org/10.1155/2024/7309041>
- Susmiati. (2021). *SOCIAL CAPITAL : Solusi Praktis Menurunkan Stigma & Stress Psikologis Pengobatan Kusta*. Zifatama Jawa. <https://books.google.co.id/books?id=I2ktEAAAQBAJ>
- Swarjana, i ketut. (2022). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid 19, Akses Layanan Kesehatan Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuisisioner*. Cv Andi Offset.
- Swarjana, I. K. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Edisi Revisi)* (M. Bendatu (ed.); Edisi Revi). Penerbit Andi.
- Tanjung, Y. L., Nugrahmi, M. A., & Haninda, P. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Dan Dukungan Suami Dengan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Di PMB Hj Nidaul Hasna AMd. Keb. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 6(1), 92–99. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/3873>
- Wahyuni, R. (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Persepsi Ibu Tentang Kb Suntik 3 Bulan Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Gangguan Menstruasi Di Puskesmas Baktiya Kabupaten Aceh Utara*. 6, 2444–2451.
- WHO. (2023). *Anxiety disorders*. 6–10. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/anxiety-disorders>
- Wildan, M. A. (2024). *Modul Metode Penelitian*. CV. Adanu Abimata.
- Wungubelen, M. S., Lebuan, A., & Supardi, S. (2020). Hubungan Pengetahuan, Paritas Dengan Penggunaan Kontrasepsi Suntik Pada Akseptor Keluarga Berencana (Kb)

Di Pustu Lokea Kabupaten Flores Timur. *Carolus Journal of Nursing*, 3(1), 60–70.

Zemła, A., Nowicka-sauer, K., Jarmoszewicz, K., Wera, K., Batkiewicz, S., & Pietrzykowska, M. (2019). *Measures of preoperative anxiety*. 51(1), 64–69.