

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI DENGAN GANGGUAN MENSTRUASI PADA AKSEPTOR KB SUNTIK 3 BULAN

Nabila Taskiya¹, Intan BR Tarigan², Rona Riasma Oktobriariani³

¹⁻³Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pelita Ilmu Depok

E-mail: nabilataskiya18@gmail.com

Abstrak

Kontrasepsi suntik 3 bulan menjadi salah satu pilihan metode KB yang paling banyak dipakai masyarakat Indonesia, meskipun pemakaiannya kerap disertai keluhan berupa gangguan siklus haid seperti bercak darah (spotting), tidak haid (amenore), maupun perdarahan yang tidak teratur, yang diperkirakan dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan pengguna dan durasi pemakaian kontrasepsi tersebut. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara pengetahuan dan durasi penggunaan kontrasepsi dengan gangguan menstruasi pada pengguna KB suntik 3 bulan di TPMB R Kota Depok pada tahun 2026. Desain penelitian yang digunakan adalah survei analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sebanyak 52 responden dilibatkan sebagai sampel, dipilih melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner, kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji chi-square. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa mayoritas responden berpengetahuan baik (69,2%), telah menggunakan kontrasepsi suntik selama lebih dari satu tahun (69,2%), dan mengalami gangguan menstruasi (80,8%). Uji chi-square memperlihatkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan gangguan menstruasi ($p=0,140$), sementara ditemukan hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan kontrasepsi dengan gangguan menstruasi ($p=0,001$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa durasi pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan berkaitan dengan munculnya gangguan menstruasi, sedangkan tingkat pengetahuan tidak memperlihatkan hubungan yang bermakna. Tenaga kesehatan disarankan untuk aktif memberikan konseling, informasi, dan edukasi terkait efek samping kontrasepsi kepada para akseptor KB.

Kata kunci: Pengetahuan, lama penggunaan kontrasepsi, gangguan menstruasi

Abstract

The three-month injectable contraceptive ranks among the family planning methods most widely adopted in Indonesia, although its use is frequently linked to side effects such as menstrual irregularities, among them spotting, amenorrhea, and irregular bleeding, conditions believed to be shaped by how much acceptors know about the method and how long they have been using it. This study set out to examine the relationship between knowledge and duration of use with menstrual disturbances among users of the three-month injectable contraceptive at TPMB R in Depok City during 2026. An analytical survey with a cross-sectional design was employed. Fifty-two respondents were enrolled through purposive sampling, and data were gathered via questionnaire before being examined through univariate and bivariate chi-square analysis. Findings indicated that the majority of respondents possessed good knowledge (69.2%), had used the contraceptive for more than a year (69.2%), and reported experiencing menstrual disturbances (80.8%). The chi-square results revealed no significant association between knowledge and menstrual disturbances ($p=0.140$), whereas a significant association was found between duration of use and menstrual disturbances ($p=0.001$). These findings suggest that the length of time a woman uses the three-month injectable contraceptive is linked to the likelihood of menstrual disturbance, whereas her level of knowledge is not a significant factor. Health providers are encouraged to offer counseling, information, and education about contraceptive side effects to family planning acceptors.

Keywords: Knowledge, duration of contraceptive use, menstrual disorders

PENDAHULUAN

dengan cara mengatur sistem hormon dalam tubuh

Keluarga berencana (KB) adalah salah satu upaya untuk mengendalikan angka kelahiran, jumlah anak, serta jarak kehamilan melalui kegiatan promosi, perlindungan, dan pelayanan yang selaras dengan hak-hak reproduksi, dengan tujuan akhir mewujudkan keluarga yang sehat dan sejahtera (Nasution, dkk., 2025). Kontrasepsi hormonal, termasuk di antaranya kontrasepsi suntik, bekerja

sehingga ovulasi dapat dicegah, lendir serviks menjadi lebih kental, dan lapisan endometrium mengalami perubahan. Kontrasepsi suntik 3 bulan sendiri mengandung zat Depo Medroksiprogesteron Asetat (DMPA) sejumlah 150 mg (Machfudloh, dkk., 2025).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI dalam Profil Kesehatan Indonesia, sebagian besar akseptor KB aktif cenderung memilih metode suntik, dengan angka yang jauh melampaui metode

kontrasepsi jangka panjang seperti IUD, implan, MOW, atau MOP (Amelia dan Iqbal, 2025). Di Kota Depok sendiri, pada tahun 2023 metode suntik tercatat sebagai metode kontrasepsi dengan jumlah peserta paling banyak dibandingkan metode lainnya, meskipun di level provinsi Jawa Barat masih ditemukan angka unmet need keluarga berencana yang relatif tinggi (Kurniati, dkk., 2022; Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2016-2023).

Pemakaian kontrasepsi suntik tidak lepas dari risiko efek samping, di antaranya gangguan pada siklus menstruasi seperti bercak darah (spotting), tidak mendapat haid (amenore), maupun perdarahan yang berlangsung lebih panjang dari biasanya, yang muncul akibat ketidakseimbangan hormon sehingga memicu perubahan sitologis pada jaringan endometrium (Sitepu dan Pasaribu, 2022; Ruari, dkk., 2023). Pengetahuan akseptor turut berperan dalam menentukan ketepatan pemilihan metode kontrasepsi serta kesiapan dalam menghadapi kemungkinan efek samping yang muncul (Yani dan Wulandari, 2024), sementara lama pemakaian kontrasepsi dipengaruhi oleh sejumlah faktor, salah satunya keterlibatan pasangan dalam pengambilan keputusan (Anjani dan Marhaeni, 2023). Penelitian yang dilakukan Rahmawati, dkk. (2024) mendapati adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dengan ketidakaturan haid pada pengguna kontrasepsi suntik, tetapi tidak menemukan hubungan signifikan antara durasi pemakaian kontrasepsi dengan gangguan menstruasi, sehingga hasil penelitian pada variabel tersebut masih belum konsisten.

Studi awal yang dilaksanakan di TPMB R Kota Depok pada April 2026 melalui wawancara terhadap 10 akseptor KB suntik menemukan bahwa 6 orang di

antaranya, yang mayoritas menggunakan KB suntik

3 bulan, mengalami gangguan menstruasi berupa perdarahan tidak teratur, amenore, ataupun spotting. Bertolak dari uraian tersebut, penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui hubungan antara pengetahuan dan lama penggunaan kontrasepsi dengan gangguan menstruasi pada akseptor KB suntik 3 bulan di TPMB R Kota Depok Tahun 2026.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain survei analitik dengan pendekatan cross-sectional, dimana pengukuran variabel independen (pengetahuan serta lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan) dan variabel dependen (gangguan menstruasi) dilakukan pada waktu yang bersamaan. Lokasi penelitian berada di TPMB R, Kecamatan Pancoran Mas, Kota Depok, dengan waktu pelaksanaan mulai 5 Juni hingga 10 Juli 2026.

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh akseptor pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan di TPMB R sepanjang periode Februari-April 2026, dengan jumlah total 106 orang. Penentuan besar sampel menggunakan rumus Slovin dengan taraf ketepatan (d) 0,1, sehingga diperoleh sampel sejumlah 52 responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, dengan kriteria inklusi berupa kesediaan menjadi responden dan berstatus sebagai akseptor KB suntik 3 bulan, sementara kriteria eksklusinya adalah tidak bersedia menjadi responden serta tidak sedang melakukan kunjungan pertama.

Pengumpulan data memakai data primer melalui kuesioner yang diadaptasi dari instrumen penelitian Halawa (2017), Gulo (2021), dan Pertiwi (2022) yang validitasnya telah teruji, lalu

dimodifikasi tanpa menggeser makna maupun substansi pertanyaannya. Data yang terkumpul

diolah melalui tahapan editing, coding, scoring, tabulating, entry, dan cleaning. Analisis yang dilakukan meliputi analisis univariat guna menggambarkan distribusi frekuensi tiap variabel, serta analisis bivariat memakai uji chi-square pada taraf kepercayaan 95% untuk menguji ada tidaknya hubungan antarvariabel. Hipotesis nol dinyatakan ditolak jika nilai $p < 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan di TPMB Rohani, S.Tr.Keb yang berlokasi di Kota Depok, dengan cakupan layanan meliputi pemeriksaan kehamilan, pertolongan persalinan normal, perawatan masa nifas dan menyusui, pelayanan kesehatan bagi bayi baru lahir, pelayanan keluarga berencana, serta konseling kesehatan reproduksi.

Hasil analisis univariat dari 52 responden ditampilkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan, dan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan di TPMB R Kota Depok Tahun 2026

Variabel	Kategori	f	%
Pengetahuan	Baik	36	69,2
	Kurang	16	30,8
Lama penggunaan kontrasepsi	>1 tahun	36	69,2
	<1 tahun	16	30,8
Gangguan menstruasi	Mengalami	42	80,8
	Tidak mengalami	10	19,2

Merujuk pada Tabel 1, dari 52 responden, sebagian besar tergolong berpengetahuan baik (69,2%), telah menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan selama lebih dari 1 tahun (69,2%), dan mengalami gangguan menstruasi (80,8%).

Hasil analisis bivariat mengenai hubungan pengetahuan dengan gangguan menstruasi ditampilkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan dengan Gangguan Menstruasi pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di TPMB R Kota Depok Tahun 2026

Pengetahuan	Mengalami f (%)	Tidak Mengalami f (%)	Total f (%)	p
Baik	31 (86,1)	5 (13,9)	36 (100)	0,140
Kurang	11 (68,8)	5 (31,3)	16 (100)	

Berdasarkan Tabel 2, di antara 36 responden dengan pengetahuan baik, sebanyak 31 orang (86,1%) mengalami gangguan menstruasi, sementara dari 16 responden berpengetahuan kurang, 11 orang (68,8%) di antaranya mengalami gangguan menstruasi. Uji chi-square menghasilkan nilai p sebesar 0,140 ($p > 0,05$), sehingga H_0 diterima, yang bermakna bahwa tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan gangguan menstruasi pada akseptor KB suntik 3 bulan di TPMB R Kota Depok Tahun 2026.

Hasil analisis bivariat mengenai hubungan lama penggunaan kontrasepsi dengan gangguan menstruasi ditampilkan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi dengan Gangguan Menstruasi pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di TPMB R Kota Depok Tahun 2026

Lama Penggunaan	Mengalami f (%)	Tidak Mengalami f (%)	Total f (%)	p
<1 tahun	8 (50,0)	8 (50,0)	16 (100)	0,001
>1 tahun	34 (94,4)	2 (5,6)	36 (100)	

Berdasarkan Tabel 3, dari 36 responden dengan lama penggunaan kontrasepsi lebih dari 1 tahun, sebanyak 34 orang (94,4%) mengalami gangguan menstruasi, sedangkan dari 16 responden dengan lama penggunaan kurang dari 1 tahun, 8 orang (50,0%) di antaranya mengalami gangguan menstruasi. Uji chi-square menunjukkan nilai p sebesar 0,001 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi dengan gangguan menstruasi pada akseptor KB suntik 3 bulan di TPMB R Kota Depok Tahun 2026.

PEMBAHASAN

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa mayoritas responden tergolong berpengetahuan baik (69,2%) dibandingkan dengan yang berpengetahuan kurang (30,8%). Pengetahuan sendiri terbentuk melalui suatu proses yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu, dan menjadi ranah yang penting dalam membentuk perilaku nyata seseorang (overt behavior), termasuk dalam menentukan pilihan alat kontrasepsi (Notoatmodjo, 2018). Hasil ini selaras dengan penelitian Ruari, dkk. (2023) yang mendapati bahwa mayoritas akseptor memiliki tingkat pengetahuan baik hingga cukup, sehingga makin tinggi pemahaman akseptor terhadap efek samping kontrasepsi suntik, walaupun hal ini tidak selalu berdampak pada kejadian gangguan menstruasi.

Terkait lama pemakaian kontrasepsi, mayoritas responden (69,2%) tercatat telah memakai kontrasepsi suntik 3 bulan lebih dari satu tahun. Pemakaian jangka panjang ini erat kaitannya dengan sejumlah keuntungan kontrasepsi suntik, seperti biaya yang relatif terjangkau, jadwal penyuntikan yang tidak terlalu rapat, serta tidak mengganggu aktivitas seksual, sehingga tidak sedikit akseptor yang tetap bertahan menggunakan metode ini dalam waktu lama kendati berisiko mengalami efek samping berupa gangguan menstruasi (Amelia dan Iqbal, 2025).

Mayoritas responden (80,8%) tercatat mengalami gangguan menstruasi, baik dalam bentuk amenore, perdarahan tidak teratur, maupun bercak darah. Hasil ini sejalan dengan penelitian Yuliawati, dkk. (2026) yang turut mendapati bahwa sebagian besar akseptor KB suntik mengalami gangguan serupa pada siklus menstruasinya. Gangguan

menstruasi pada pengguna KB suntik 3 bulan

berkaitan dengan kandungan hormon progestin di dalamnya, ditambah faktor gaya hidup yang turut memengaruhi respons tubuh terhadap hormon tersebut (Sitepu dan Pasaribu, 2022).

Uji chi-square memperlihatkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan gangguan menstruasi ($p=0,140$). Hal ini menunjukkan bahwa tingginya pengetahuan akseptor tidak selalu sejalan dengan rendahnya risiko gangguan menstruasi, sebab kemunculan gangguan tersebut lebih banyak dipengaruhi oleh respons hormonal tubuh masing-masing individu terhadap kandungan hormon pada kontrasepsi suntik (Notoatmodjo, 2018; Ruari, dkk., 2023). Kendati begitu, pengetahuan yang baik tetap memiliki peran penting dalam membantu akseptor menentukan metode kontrasepsi yang tepat serta mempersiapkan diri menghadapi efek samping yang mungkin muncul (Yani dan Wulandari, 2024).

Berbeda halnya, ditemukan hubungan yang signifikan antara lama pemakaian kontrasepsi dengan gangguan menstruasi ($p=0,001$). Semakin panjang durasi pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan, semakin besar pula kemungkinan munculnya gangguan menstruasi. Hasil ini sejalan dengan penelitian Rahmawati, dkk. (2024) yang juga mendapati adanya hubungan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik dengan gangguan menstruasi pada akseptor. Secara fisiologis, pemakaian DMPA dalam jangka panjang membuat kadar progesteron tetap berada pada level tinggi, sehingga menekan pelepasan hormon perangsang folikel (FSH) maupun hormon luteinizing (LH). Penekanan tersebut menghambat proses pematangan folikel serta ovulasi, sehingga lapisan

endometrium menjadi menipis (atrofi endometrium), yang pada gilirannya memicu perdarahan tidak teratur, oligomenore,

bahkan amenore, dengan kecenderungan insiden amenore yang lebih tinggi pada pemakaian jangka panjang (Sitepu dan Pasaribu, 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Mayoritas akseptor KB suntik 3 bulan di TPMB R Kota Depok Tahun 2026 memiliki tingkat pengetahuan baik (69,2%), telah memakai kontrasepsi tersebut selama lebih dari satu tahun (69,2%), dan mengalami gangguan menstruasi (80,8%). Tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan gangguan menstruasi ($p=0,140$), sedangkan hubungan yang signifikan justru ditemukan antara lama pemakaian kontrasepsi dengan gangguan menstruasi ($p=0,001$).

Saran

Tenaga kesehatan disarankan untuk memberikan konseling, informasi, dan edukasi terkait efek samping kontrasepsi suntik kepada para akseptor KB, terutama menyangkut risiko gangguan menstruasi akibat pemakaian jangka panjang. Akseptor KB juga disarankan untuk lebih aktif mencari informasi dari bidan atau tenaga kesehatan sebelum menentukan metode kontrasepsi yang akan digunakan, serta segera berkonsultasi apabila muncul keluhan efek samping. Bagi peneliti berikutnya, disarankan untuk menambahkan variabel lain yang berpotensi berkaitan dengan gangguan menstruasi, misalnya indeks massa tubuh, paritas, riwayat penyakit ginekologi, status gizi, ataupun tingkat stres akseptor, sehingga diperoleh gambaran yang lebih menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, P.V. dan Iqbal, T.Y., 2025. Jenis KB. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 3(4). <https://doi.org/10.55606/termometer.v3i4.5618>
- Anjani, K.P. dan Marhaeni, A.A.I.N., 2023. Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi. *E-Jurnal Ekonomi Pembangunan Universitas Udayana*. ISSN: 2303-0178.
- Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2016-2023. Jumlah Peserta Keluarga Berencana (KB) Aktif Berdasarkan Jenis Kontrasepsi di Jawa Barat. Open Data Jabar.
- Kurniati, F., Rini, A.S. dan Putri, R., 2022. Hubungan Keyakinan Persepsi Sikap terhadap Perilaku Unmet Need Keluarga Berencana pada Pasangan Usia Subur di PMB Fidia Kurniati Tahun 2022. *Open Access Jakarta Journal*, 2(1). DOI: 10.53801/oajjhs.v2i1.100.
- Machfudloh, Hardiningsih, Arsidawati, dkk., 2025. *Buku Ajar KB dan Pelayanan*. Jakarta: Optimal Untuk Negeri.
- Nasution, D.E., Hertati, D., Wahyuni, dkk., 2025. *Kontrasepsi dan Pelayanan Keluarga Berencana*. Purbalingga: Eureka Media Aksara.
- Notoatmodjo, S., 2018. *Ilmu Perilaku Kesehatan: Enam Tingkat Pengetahuan dan Pengukurannya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahmawati, D., Widyaningsih, E.B. dan Fitriani, W.N., 2024. Hubungan Pengetahuan, Lama Pemakaian, dan Jenis Kontrasepsi Suntik terhadap Gangguan Menstruasi pada Akseptor KB Suntik di TPMB Bdn. Aan Karyati, S.ST Tahun 2024. *Bunda Edu Midwifery Journal*, 8(2).
- Ruari, W., Yolandia, R.A. dan Noviyanti, E.P., 2023. Hubungan Pengetahuan, Lama Penggunaan Kontrasepsi, dan Jenis Kontrasepsi Suntik terhadap Gangguan Menstruasi pada Akseptor KB Suntik di PMB Setiawan Kotawaringin Timur Tahun 2023. *Jurnal Riset Ilmiah*, 3(5).
- Sitepu, J. dan Pasaribu, A., 2022. Hubungan Efek Samping dengan Kecemasan Akseptor KB Suntik 3 Bulan. *Jambura Health and Sport Journal*, 4(1).
- Yani, T.D. dan Wulandari, S., 2024. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemilihan Kontrasepsi KB Suntik 3 Bulan. *Inovasi Kesehatan Global*, 1(3). <https://doi.org/10.62383/ikg.v1i3.81>
- Yuliawati, E., Husna dan Arpia, 2026. Hubungan Lama Pemakaian dengan Gangguan Menstruasi pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan (Depo Provera), 6(2). DOI: 10.59395/altifani.V6i2.970.