

BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan tujuan dan hasil penelitian mengenai hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Begalung 2016 maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Jumlah responden yang mengalami peningkatan berat badan hampir sama (56,5%) dengan jumlah responden yang tidak mengalami peningkatan berat badan, dengan lama pemakaian lebih dari 2 tahun dengan persentase 60%. Berdasarkan variabel umur, lebih dari separuh responden yang beresiko (≥ 35 tahun) dengan persentase 61,9% dengan umur yang beresiko untuk terjadi peningkatan berat badan, sedangkan pola konsumsi lebih pada akseptor KB suntik DMPA ini berjumlah 52 responden (56,5%) dan 46,7% responden melakukan aktifitas fisik ringan.
2. Terdapat hubungan yang bermakna antara lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan. Responden yang menggunakan kontrasepsi suntik DMPA lebih dari 2 tahun beresiko 1,9 kali lebih besar mengalami peningkatan berat badan.
3. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara umur dengan peningkatan berat badan.
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara pola konsumsi dengan peningkatan berat badan. Responden dengan pola konsumsi lebih, beresiko 1,5 kali lebih besar mengalami peningkatan berat badan.

5. Terdapat hubungan yang bermakna antara aktifitas fisik dengan peningkatan berat badan. Responden dengan aktifitas yang ringan beresiko 1,5 kali lebih besar mengalami peningkatan berat badan.
6. Tidak ada pengaruh umur terhadap hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Begalung tahun 2016.
7. Ada pengaruh pola konsumsi terhadap hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Begalung tahun 2016.
8. Ada pengaruh aktifitas fisik terhadap hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Begalung tahun 2016.

6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka dapat diberikan beberapa saran, yakni sebagai berikut:

1. Bagi Bidan Praktek Mandiri

Sebagai tenaga kesehatan yang ada di Bidan Praktek Mandiri disarankan dapat mengajak akseptor suntik DMPA untuk melakukan olah raga / senam minimal satu kali seminggu dan mengajarkan pengaturan pola makan agar tidak terjadi peningkatan berat badan selama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan agar dapat meneliti bagaimana trend kejadian peningkatan berat badan akseptor suntik DMPA setelah dua tahun masa pemakaian.

Selain itu peneliti menyarankan untuk peneliti selanjutnya agar dapat menganalisis perbedaan peningkatan berat badan akseptor KB suntik DMPA dan NET-EN

