

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan lama penggunaan kontrasepsi *Depo Medroksiprogesteron Asetat* (DMPA) dengan indeks massa tubuh dan kadar kolesterol total pada akseptor di UPTD Puskesmas II Pekutatan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar akseptor menggunakan kontrasepsi DMPA selama 3–6 tahun, yaitu sebanyak 57 responden (78,1%), sedangkan penggunaan >6 tahun sebanyak 16 responden (21,9%).
2. Sebagian besar akseptor memiliki indeks massa tubuh kategori kelebihan berat badan sebanyak 35 responden (47,9%), diikuti kategori normal sebanyak 21 responden (28,8%), obesitas sebanyak 14 responden (19,2%), dan berat badan kurang sebanyak 3 responden (4,1%).
3. Sebagian besar akseptor memiliki kadar kolesterol total normal sebanyak 32 responden (43,8%), sedangkan 30 responden (41,1%) berada pada kategori batas tinggi dan 11 responden (15,1%) berada pada kategori tinggi.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi DMPA dengan indeks massa tubuh pada akseptor di UPTD Puskesmas II Pekutatan, dengan nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi $r_s = 0,390$ yang menunjukkan hubungan positif dengan kekuatan korelasi lemah. Semakin lama penggunaan kontrasepsi DMPA, semakin tinggi kecenderungan indeks massa tubuh akseptor.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi

DMPA dengan kadar kolesterol total pada akseptor di UPTD Puskesmas II Pekutatan, dengan nilai $p = 0,006$ ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi $r_s = 0,319$ yang menunjukkan hubungan positif dengan kekuatan korelasi lemah. Semakin lama penggunaan kontrasepsi DMPA, semakin tinggi kecenderungan kadar kolesterol total akseptor.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, adapun saran pada penelitian ini yaitu:

1. Bagi fasilitas kesehatan, Diharapkan tenaga kesehatan dapat meningkatkan edukasi dan konseling kepada akseptor kontrasepsi DMPA mengenai pentingnya menjaga pola makan sehat, melakukan aktivitas fisik secara teratur, serta melakukan pemantauan berat badan dan pemeriksaan kadar kolesterol secara berkala untuk mencegah terjadinya gangguan metabolisme.
2. Bagi Akseptor Kontrasepsi DMPA, diharapkan dapat menerapkan pola hidup sehat dengan menjaga asupan gizi seimbang, meningkatkan aktivitas fisik, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, terutama bagi akseptor yang telah menggunakan kontrasepsi DMPA dalam jangka waktu yang lama.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian mengenai berbagai efek samping penggunaan kontrasepsi suntik DMPA selain perubahan indeks massa tubuh dan kadar kolesterol total, seperti gangguan siklus menstruasi, perubahan kepadatan tulang, perubahan kadar glukosa darah, tekanan darah, serta aspek psikologis dan kualitas hidup akseptor. Penelitian tersebut diharapkan dapat memberikan informasi yang lebih luas mengenai dampak penggunaan DMPA terhadap kondisi kesehatan wanita usia subur.