

Hubungan Antara Metode Kontrasepsi Pada Wanita Usia Subur Dengan Siklus Mestruasi di Klinik Dona Kota Palembang

Neng Yanti Widiyanti
STikes Dona Palembang

Informasi Artikel :
Diterima : 15 Mei 2026
Direvisi : 28 Mei 2026
Disetujui : 06 Juni 2026
Diterbitkan : 30 Juni 2026

*Korespondensi Penulis :
Nengwidiyanti8@gmail.com

A B S T R A K

Banyak Perempuan yang mengeluh dan bercerita mengenai pemakaian metode kontrasepsi menyebabkan masalah menstruasi. Masalah tersebut dapat berupa tidak mengalami menstruasi sama sekali dalam waktu yang cukup lama. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan antara metode kontrasepsi pada wanita usia subur dengan siklus menstruasi di klinik dona kota Palembang. Desain penelitian ini adalah survey analitik dengan rancangan survey cohort. Penelitian ini dilakukan di Klinik Dona Palembang pada bulan Februari – Maret 2025. Jumlah sampel 53 orang responden, Instrumen penelitian menggunakan lembar Observasi. Hasil Penelitian yang didapatkan yaitu Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test* di dapatkan penggunaan alat kontrasepsi yang mengalami perubahan siklus menstruasi sebanyak (68,8%), dan tidak mengalami perubahan sebanyak (31,3%), dan di mana nilai $p = 0,005 < \alpha 0,05$. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan metode kontrasepsi pada wanita usia subur dengan gangguan siklus menstruasi di Klinik Dona Kota Palembang. Jadi untuk Para Pasangan usia subur harus lebih memahami mengenai kondisi diri masing masing supaya tidak salah dalam penggunaan metode Kontrasepsi.

Kata kunci : Penggunaan Metode Kontrasepsi, Gangguan menstruasi

A B S T R A C T

In Many women complain and share stories about the use of contraceptive methods causing menstrual problems. These problems can include not experiencing menstruation at all for a long time. The purpose of this study was to determine the relationship between contraceptive methods in women of childbearing age and menstrual cycles at the Dona Clinic in Palembang City. This study design was an analytical survey with a cohort survey design. This study was conducted at the clinic Dona in Palembang city from February to March 2025. The sample size was 53 respondents. The research instrument used an observation sheet. The results obtained were: Based on the results of statistical tests using the Fisher's Exact Test, the use of contraceptives that experienced changes in menstrual cycles was 68.8%, and did not experience changes in 31.3%, with a p value of $0.005 < \alpha 0.05$. Therefore, it can be concluded that there is a significant relationship between the use of contraceptive methods in women of childbearing age and menstrual cycle disorders at the Dona Clinic in Palembang City. Therefore, couples of childbearing age should better understand their respective conditions to avoid mistakes in using contraceptive methods.

Keywords: Use of Contraceptive Methods, Menstrual Disorders

PENDAHULUAN

Pemilihan metode kontrasepsi merupakan bagian penting dalam program keluarga berencana (KB) untuk mengendalikan pertumbuhan penduduk dan meningkatkan kesehatan reproduksi. Tingkat pengetahuan pasangan usia subur (PUS) menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi keputusan dalam memilih metode KB (Baziad A, 2020).

Berdasarkan Data WHO tahun 2022, Prevalensi Penggunaan kontrasepsi secara global mencapai sekitar 65% untuk semua metode kontrasepsi dan 58,7% untuk metode modern pada perempuan yang sudah menikah (WHO, 2022)

Keluarga Berencana (KB) sebagai faktor yang efektif untuk mengurangi angka kematian ibu dan bayi. Peran keluarga berencana sebagai besar strategi internasional untuk keselamatan ibu dan berlangsung hidup anak sangat luar biasa. Ada lebih dari 100 juta wanita di Negara berkebang, 17% dari semua yang sudah menikah, lebih suka menunda kehamilan, tetapi tanpa menggunakan segala bentuk kontrasepsi (Mohammed, 2022)

Metode kontrasepsi perkembangan dengan segala keuntungan dan kerugian dari masing - masing metode. Metode kontrasepsi dapat dibagi menjadi dua yaitu metode kontrasepsi jangka panjang (Longterm Contraceptive Method), yang termasuk metode

ini adalah IUD (Intra Uterine Device) atau AKDR (Alat Kontrasepsi Dalam Rahim), Implant, Vasektomi dan Tubektomi. Sedangkan metode bukan jangka panjang (Non - Long Contraceptive Method), yang termasuk metode ini adalah suntik, pil, kontrasepsi vagina, dan kondom. Selain itu ada juga metode KB alami yang mengikuti siklus kehamilan (Susilowati, 2022).

Kontrasepsi hormonal adalah alat atau obat untuk mencegah terjadinya kehamilan mengandung preparat estrogen dan progesteron. Kedua hormon-hormon tersebut bekerja sebagai penghambat pengeluaran folisel stimulating hormon dan leitenizing hormon sehingga menghambat proses konsepsi (Manuba, 2018).

Kontrasepsi pil mengandung estrogen dan progesteron untuk menurunkan durasi dan jumlah perdarahan menstruasi, tetapi masih menimbulkan cara yang perdarahan intermiten. Kontrasepsi suntik mengandung progestin yang membatasi pola perdarahan berhubungan dengan tidak teraturnya menstruasi (amenorrhea) Dalam Kontrasepsi implan memiliki kadar estrogen rendah sehingga rata-rata jumlah darah yang keluar saat menstruasi lebih sedikit (Manuaba, 2022).

Penggunaan kontrasepsi memiliki manfaat juga untuk kesehatan antara lain berkontribusi untuk pendidikan, pemberdayaan perempuan dan kesenjangan ekonomi keluarga, karena akses terhadap kontrasepsi ini memungkinkan perempuan dan pasangan untuk menentukan jumlah anak dan

jatak kelahiran anak sesuai rencana keluarga (WHO, 2022)

Penggunaan kontrasepsi dapat menyebabkan siklus menstruasi menjadi tidak teratur karena terjadinya penurunan kadar hormon untuk mengatur siklus menstruasi. Hal ini sangat terkait dengan perubahan hormon dalam tubuh, perubahan hormon adalah menurunnya fungsi organ reproduksi yaitu ovarium yang bisa ditandai dengan memendeknya siklus menstruasi dan menyebabkan menstruasi tidak teratur (Hasti, 2020).

Menstruasi yang tidak teratur menunjukkan ketidak beresan pada sistem metabolisme dan hormonal. Dampaknya yaitu jadi lebih sulit hamil (infertilitas). Siklus menstruasi yang memendek dapat menyebabkan wanita mengalami ovulasi karena sel telur tidak terlalu matang sehingga sulit untuk dibuahi. Siklus menstruasi yang memanjang menandakan sel telur jarang sekali diproduksi atau wanita mengalami ketidak subur yang cukup panjang. Apabila sel telur jarang diproduksi berarti pembuahan akan sangat jarang terjadi. Ketidak teraturan siklus menstruasi juga membuat wanita sulit mencari kapan masa subur. Siklus menstruasi idealnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu antara 21-35 hari setiap kali periode menstruasi. Siklus menstruasi normal secara fisiologis menggambarkan, organ reproduksi cenderung sehat dan tidak bermasalah. Sistem hormonalnya baik, ditunjukkan dengan sel telur yang terus diproduksi dan siklus menstruasinya teratur sehingga dengan siklus menstruasi yang normal, seorang wanita akan lebih mudah mendapatkan kehamilan, menata rutinitas, dan menghitung masa subur (Ulum, 2021).

Gangguan pada siklus mensturasi dipengaruhi oleh gangguan pada fungsi hormon, kelainan sistemik, stres, kelenjar

gondok, dan hormon prolaktin yang berlebihan. Gangguan dari stres mensturasi terdiri dari tiga, yaitu: siklus mensturasi pendek yang di sebut dengan polimenore, siklus mensturasi panjang atau oligomenore dan amenore jika mensturasi tidak datang dalam 3 bulan berturut – turut (Toduh, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 22 Juli 2024 di Klinik dona, pemakaian Kontrasepsi Hormonal dan Non Hormonal seluruhnya berjumlah 53 orang. KB suntik sebanyak 15 responden, pil KB 10 responden Implan 15 responden dan 12 responden memakai metode kalender, IUD. Selain itu hasil observasi dan wawancara yang di lakukan peneliti didapatkan bahwa 15 responden KB suntik mengalami >3 (amenorea) atau pendarahan tidak teratur, 5 responden pil KB mengalami pendarahn bercak dengan pendarahn tidak teratur, 5 responden KB implan mengalmi pendarahan bercak bahkan ada yang terjadi peningkatan jumlah darah menstruasi, sedangkan yang memakai kontrasepsi Non Hormonal siklus mentruasi normal dan tidak ada pendarahan bercak.

Berdasarkan latar belakan dan data diatas peneliti tertarik untuk mengetahui “Hubungan antara metode kontrasepsi pada wanita usia subur dengan siklus menstruasi di klinik dona kota Palembang”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini telah dilakukan di Klinik Dona Palembang pada bulan Februari-Maret 2025. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 153 orang responden. Teknik pengambilan sampel ditentukan dengan rumus slovin sehingga sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 53 orang responden. Uji yang di gunakan adalah uji *fisher's exact test* dengan nilai $P = 0,005$. Tingkat kepercayaan alfa (α) yang digunakan yaitu: 0,05. Jadi $P < \alpha = 0,05$. Instrumen pada penelitian ini menggunakan lembar observasi tentang hubungan penggunaan metode kontrasepsi pada wanita usia subur terhadap

siklus menstruasi ini dibuat sendiri berdasarkan buku ajar Keperawatan Marternitas, Dan metode kontrasepsi yang digunakan responden yaitu hormonal seperti suntik, pil, dan implant, kontrasepsi hormonal diberikan skor 2, sedangkan metode kontrasepsi non hormonal seperti, IUD, metode kelender, dan kondom, di berikan skor 1, Dan Terdiri dari 3 pertanyaan dengan menggunakan jenis pertanyaan tertutup (closed ended) dengan 2 pilahan jawaban pada sebelum pemberian alat kontrasepsi yaitu ada perubahan dan tidak ada perubahan, dan bila ada perubahan di berikan skor 2 sedangkan bila tidak ada perubahan siklus menstruasi di berikan skor 1 (Rinawati, 2019). Teknik analisa data yang digunakan pada penelitian ini yaitu analisa univariat dan analisa bivariat. Analisa univariat pada penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan setiap variabel diantaranya penggunaan metode kontrasepsi pada wanita usia subur dengan gangguan siklus menstruasi Sedangkan analisa bivariat dilakukan terhadap dua atau lebih variabel yang diduga memiliki korelasi, yaitu penggunaan metode kontrasepsi pada wanita usia subur dengan gangguan siklus menstruasi. dengan menggunakan uji statistik Fishers Exact pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha \leq 0.05$).

No	Paritas	Frekuensi	Persentase
1	1 orang	13	24,5%
2	2 orang	26	49,1%
3	3 orang	13	24,5%
4	4 orang	1	1,9%
	Jumlah	53	100%

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur

Berdasarkan tabel 1, umur responden terbanyak pada kelompok umur 31 – 35 tahun

No	Pendidikan	Frekuensi	Persentase
1	Tdk tmt SD	2	3,8%
2	SD	2	3,8%
3	SMP	11	20,8%
4	SMA	33	62,3%
5	PT	5	9,4%
	Jumlah	53	100%

yaitu sebanyak 19 orang reponden (38,8%), sedangkan yang paling sedikit yaitu umur > 35 tahun ke atas sebanyak 3 orang responden (5,7%).

Tabel 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Pendidikan

Berdasarkan tabel 2, pendidikan responden

No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
1	PNS	5	9,4%
2	Swasta	6	11,3%
3	Wiraswasta	3	5,7%
4	IRT	39	73,6%
	Jumlah	53	100%

terbanyak berpendidikan SMA/Sederajat yaitu sebanyak 33 orang responden (62,3%) dan yang paling sedikit tidak tamat SD dan SD yaitu sebanyak 2 orang responden (3,8%).

Tabel 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan tabel 3, pekerjaan responden terbanyak bekerja sebagai IRT yaitu sebanyak 39 orang responden (73,6%) dan paling sedikit bekerja sebagai Wiraswasta yaitu sebanyak 3 orang responden (5,7%).

Tabel 4 Distribusi frekuensi responden

No	Umur	Frekuensi	Persentase
1	19-25 Thn	14	26,4%
2	26-30 Thn	17	32,1%
3	31-35 Thn	19	38,8%
4	>35 Thn	3	5,7%
	Jumlah	53	100%

berdasarkan Paritas

Berdasarkan tabel 4, jumlah anak responden terbanyak ada 2 orang yaitu sebanyak 26 orang responden (49,1%) dan paling sedikit jumlah anak 4 orang yaitu sebanyak 1 orang responden (1,9%).

2. Analisis Univariat

Tabel 5. Distribusi Jenis Kontrasepsi Yang Di Gunakan.

No	Kontrasepsi	Frekuensi	Persentase
1	Hormonal	48	90,6%
2	Non Hormonal	5	9,4%
	Jumlah	53	100%

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh gambaran jenis kontrasepsi hormonal yang di gunakan sebanyak 48 orang responden (90,6%), sedangkan jenis kontrasepsi non hormonal sebanyak 5 orang responden (9,4%).

Tabel 6. Distribusi Siklus Mensvtruasi

Berdasarkan hasil penelitian gambaran siklus menstruasi yang tidak ada perubahan sebanyak 20 orang responden (37,7%), sedangkan siklus menstruasi yang adaperubahan sebanyak 33 orang responden (62,3%).

3. Analisis Bivariat

Tabel 7. Analisis hubungan penggunaan alat kontrasepsi pada wanita usia subur dengan siklus menstruasi

No	Jenis Kontrasepsi	Siklus Menstruasi				P Value	
		Tidak Ada Perubahan		Ada Perubahan			Total
		F	%	F	%		
1	Hormonal	15	31,3	33	68,7	48	0,005 (Bermakna)
2	Non Hormonal	5	100	0	0	5	
	Jumlah	20	37,7	33	62,3	53	

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh gambaran penggunaan alat kontrasepsi hormonal sebanyak 48 orang responden (90,6%), sedangkan jenis kontrasepsi non hormonal sebanyak 5 orang responden (9,4%). Dan gambaran siklus menstruasi ada perubahan sebanyak 33 orang responden (62,3%), sedangkan siklus menstruasi yang tidak ada perubahan sebanyak 20 orang responden (37,7%). Dari Hasil analisis statistic di dapatkan nilai $p = 0,005$. Tingkat kepercayaan alfa (α) yang digunakan yaitu: 0,05. Jadi $p < \alpha = 0,05$ sehingga H_0 ditolak artinya terdapat hubungan yang signifikan hubungan penggunaan alat kontrasepsi pada wanita usia

No	Siklus	Frekuensi	Persentase
1	Tdk ada Perubahan	20	37,7%
2	Ada Perubahan	33	62,3%
	Jumlah	53	100%

PEMBAHASAN

Dari hasil analisa data secara univariat dan bivariat antara variabel independen (siklus mensruasi) dengan variabel dependen Kesiapan pemilihan metode kontrfasepsi di Klinik dona Palembang Kota Prabumulih tahun 2025, dengan jumlah responden 53 orang diperoleh hasil pembahasan sebagai berikut:

1. Gambaran Metode Kontrasepsi Yang Di Gunakan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa gambaran penggunaan alat kontrasepsi di dapatkan responden lebih banyak menggunakan alat kontrasepsi hormonal, dibandingkan dengan alat kontrasepsi non hormonal, Sebagian besar responden lebih mengenal dan lebih memilih menggunakan alat kontrasepsi hormonal, karena alat kontrasepsi hormonal lebih efektif di bandingkan dengan alat kontrasepsi non hormonal. Hasil penelitian ini sejalan penelitian yang dilakukan oleh (Sety, 2016) yang menunjukkan sebanyak 70% responden lebih banyak menggunakan kontrasepsi hormonal. Kontrasepsi hormonal merupakan salah satu metode kontrasepsi yang paling efektif dan reversibel untuk mencegah terjadinya konsepsi.(Baziad, 2018).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Adiesti (2021) didapatkan nilai uji square p value = 0,003 yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pemakaian kontrasepsi dengan siklus menstruasi di BPM Farida Yuliani, M.Kes

Berdasarkan analisa peneliti menurut manuaba tahun 2018 Kontrasepsi hormonal merupakan kontrasepsi dimana estrogen dan progesteron memberikan upan balik terhadap kelenjar hipofisis melalui hipotalamus sehingga terjadi hambatan terhadap folikel dan proses ovulasi (Manuba 2018).

2. Gambaran siklus Menstruasi

Sebagian besar responden tidak mengalami perubahan dalam siklus menstruasinya sebanyak 20 Orang responden (37,7%), dan 33 orang responden (62,3%) mengalami perubahan gangguan dalam siklus menstruasi. Gangguan tersebut diantaranya yaitu menerangkan banyaknya darah haid yang keluar, lamanya pendarahan, dan tidak mendapat haid sama sekali. Diantara 20 orang responden yang tidak mengalami perubahan siklus menstruasi terdapat 15 orang responden yang menggunakan metode kontrasepsi hormonal, menurut responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal mereka merasa nyaman dan merasa cocok dengan kontrasepsi yang di gunakan karena metode

kontrasepsi yang digunakan tidak terlalu banyak mengandung hormon estrogen dan progesteron atau hanya mengandung hormon estrogen sehingga siklus menstruasi tidak mengalami perubahan. Hasil penelitian ini sejalan dengan (susilowati 2018). yang menunjukkan bahwa 93,3% mengalami perubahan siklus menstruasi setelah menggunakan alat kontrasepsi. Metode kontrasepsi hormonal dapat mengganggu siklus menstruasi karena kontrasepsi hormonal mengandung hormon estrogen dan progesteron sehingga memberikan umpan balik, terhadap perkembangan folikel dan proses ovulasi. Melalui hipotalamus dan hipofisis, estrogen dapat menghambat pengeluaran FSH sehingga perkembangan dan kematangan folikel de graaf tidak terjadi. di samping itu progesteron dapat menghambat pengeluaran hormon LH. Dari pada itu responden yang menggunakan metode kontrasepsi hormonal kebanyakan mengalami gangguan siklus menstruasi karena terdapat hormon estrogen dan progesteron yang berlebihan (Kusmiran, 2019).

Pada sebagian besar akseptor kotrasepsi mengalami pendarahan bercak biasanya menyebabkan gangguan siklus menstruasi dan dalam waktu yang lama, kadang-kadang terjadi oligomenore hingga amenorrhea. Siklus menstruasi yang tidak normal ini sebagian besar terjadi pengaruh terhadap faktor hormonal (Noviawati, 2021).

3. Hubungan Penggunaan Metode Kontraasepsi terhadap siklus Menstruasi di Klinik Dona Kota Palembang

Hasil analisis statistik menggunakan *uji Fishers Exact* menunjukkan nilai $p = 0,005$ dimana nilai p lebih kecil dari nilai (α) : 0,05 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan penggunaan alat kontrasepsi pada wanita usia subur terhadap siklus menstruasi di Klinik Dona kota Palembang. Penelitian yang telah dilakukan di Klinik Dona Palembang didapatkan 53 orang responden yang menggunakan alat kontrasepsi, 48 orang responden menggunakan alat kontrasepsi hormonal dan 5 orang responden lainnya menggunakan alat kontrasepsi non hormonal, dan sebanyak 15 (31,3 %) orang responden yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal tidak mengalami gangguan siklus menstruasi karena responden merasa cocok dengan

kontrasepsi yang digunakan seperti kontrasepsi suntik atau pil. Sedangkan 33 (68,8%) orang responden yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal mengalami gangguan siklus menstruasi, karena dalam alat kontrasepsi hormonal mengandung hormon progesteron dan estrogen dimana hormon tersebut mempengaruhi hipotalamus dan hipofisis sehingga menurunkan kadar FSH dan LH. Dengan demikian dari hasil penelitian yang dilakukan didapatkan hasil penelitian yang terbanyak penggunaan alat kontrasepsi hormonal. karena dalam metode kontrasepsi hormonal terdapat hormon progesteron dan hormon estrogen. Hormon progesteron dan estrogen terdapat dimetode kontrasepsi seperti metode kontrasepsi suntik, menurut teori metode kontrasepsi suntik adalah pemberian kontrasepsi suntikan sering menimbulkan gangguan siklus menstruasi (amenorrhoe) (Faridah, 2020).

Hasil penelitian juga responden yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal mengalami gangguan siklus menstruasi seperti alat kontrasepsi mini pil dan pil kombinasi. Mini pil adalah pil kb yang hanya mengandung hormon progesteron dalam dosis rendah tetapi mengakibatkan siklus menstruasi terganggu seperti bercak darah, spotting, amenorea dan tidak mendapat haid sama sekali, dan alat kontrasepsi pil kombinasi adalah pil yang mengandung hormon progesteron dan estrogen, sehingga mengakibatkan siklus menstruasi juga menjadi terganggu (Laely, 2020). Berdasarkan hasil penelitian di dapat penggunaan alat kontrasepsi hormonal lebih banyak responden yang terganggu siklus menstruasi karena menggunakan alat kontrasepsi hormonal seperti alat kontrasepsi implan adalah alat kontrasepsi yang di pasang di bawah kulit, implan juga mengakibatkan siklus menstruasi terganggu seperti pola haid yang berubah, spotting, dan amenorea (Laely, 2020).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di Klinik Dona Kota Palembang. Adanya hubungan yang bermakna antara hubungan penggunaan alat kontrasepsi hormonal pada wanita usia subur dengan siklus menstruasi di Klinik Dona Kota Palembang dengan nilai $P Value = 0,005 \leq 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Adesti, Ferilia (2021). *Hubungan Kontrasepsi hormonal dengan siklus menstruasi* : : STIKes Majapahit. Rescarh 8 juni 2026 .
- Baziad, A (2020). *Kontrasepsi Hormonal*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Faridah, (2020). *Perbedaan Pola Menstruasi Antara Pemakaian Alat Kontrasepsi Pil Dan Suntik Di Desa Getan Kecamatan Susukan Kabupaten Serang*. Semarang : FKM UNDIP. Rescarh 12 juni 2024 .
- Hasti (2020). Pengaruh Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik Terhadap Menstruasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabu Kabupaten Muna Bulan Juli Tahun 2020.
- Kusmiran, E (2019). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika. (Jounar. Vol 21)
- Laely, N, F dan Dyah, F. 2020. Perbedaan Pengaruh KB Suntik Depo Medroxi Progesteron Asetat (DMPA) dengan KB Implan Terhadap Gangguan Menstruasi Di Wilayah Kerja. Puskesmas 1 Purwonegoro Kabupaten Banjarnegara Tahun 2020
- Manuaba, (2021). *Ilmu Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*, EGC, Jakarta: Rineka Cipta
- Mohammed, N.F, (2021). *Effect of contraceptive use on menstrual cycle pattern amongf clients attending family planning clinics at assuit city*. Assiut Scientific : Nursing journal
- Notoadmodjo, S (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoadmodjo, S (2022). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Noviawati, F (2021). *Panduan lengkap Pelayanan KB terkini*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Susilowati, E. & Prasetyo, E (2022). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi Pada Peserta KB Aktif Di Desa Jati Kulon Kecamatan Jati Kulon Kabupaten Kudus. September 23, 2018. <https://ejr.stikesmuhkudus.ac>. (vol. 6. No 1 Januari 2018)

Sety, M, L (2020). Jenis Pemakaian Kontrasepsi Hormonal dan Gangguan Menstruasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kendari. Kendari : FKM Universitas Halu Oleo Kendari. Rescarh 13 Juni 2024. (Volum. V, No 1.2020)

Toduho, S (2018). Hubungan Stres Psikologi Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Kelas Satu Di SMA Negeri 3 Tidore Kepulauan. Oktober 13, 2018. <https://media.neliti.com/media/publications/107750>. (vol 2, no 2. 2018)

Ulum, N (2021). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fisioterapi Universitas Hasanudin. September 20, 2021. <https://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/>

WHO (2022) Family Planning/Contracepcion. Research 12 oktober 2024. <https://www.who.int/gho/publica>