Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Bidang Ilmu Kebidanan Optimal

OPTIMAL UNTUK NEGERI – jurnal.optimaluntuknegeri.com

ISSN 3064-2051

Vol. 2, No. 2, 2025
pp. 18-24

PENDAMPINGAN IBU AKSEPTOR KB HORMONAL DALAM MENGHADAPI EFEK SAMPING GANGGUAN MOOD DAN EMOSIONAL

Luluk Yuliati[1*], Nur Cahyani Ari Lestari[2], Lidia Aditama Putri[3], Eka Sri Rahayu Ariestiningsih[4], Dwi Faqihatus Syarifah Has [5]

[1,2]STIKes Bakti Utama Pati
[3]Universitas Sunan Gresik
[4, 5]Universitas Muhammadiyah Gresik

Article Info

Article History:
Received : Sept 19, 2025
Revised : Sept 22, 2025
Accepted : Oct 10, 2025

Keywords:
Family planning
Hormonal contraception
Assistance
Mood disorders
Psychoeducation

ABSTRAK

Kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam upaya peningkatan kualitas hidup keluarga, salah satunya melalui program keluarga berencana (KB). Kontrasepsi hormonal banyak digunakan karena efektivitas dan kemudahannya, namun efek samping emosional seperti perubahan mood sering kurang diperhatikan. Kondisi ini dapat menurunkan kenyamanan akseptor, bahkan memicu penghentian penggunaan kontrasepsi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu akseptor KB hormonal dalam menghadapi efek samping gangguan mood dan emosional melalui pendampingan psikoedukatif. Program dilaksanakan di TPMB Lidia Sidayu Gresik dengan melibatkan 20 peserta akseptor KB hormonal berusia 18–45 tahun. Metode kegiatan meliputi perencanaan bersama tenaga kesehatan, pemberian edukasi interaktif, konseling partisipatif, simulasi teknik relaksasi, serta evaluasi melalui pre–post test. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang bermakna, ditunjukkan dengan pergeseran kategori pengetahuan dari hanya 20% yang memiliki pengetahuan baik menjadi 75% baik setelah intervensi. Hasil analisis sederhana dengan uji *Wilxocon Signed-Rank Test* memiliki nilai p=0,000. Temuan ini menunjukkan bahwa pendampingan berbasis psikoedukasi efektif dalam memperkuat pemahaman akseptor dan mendukung keberlanjutan penggunaan KB hormonal. Dengan penguatan kapasitas tenaga kesehatan dan pemanfaatan media edukasi digital, kegiatan serupa berpotensi diimplementasikan lebih luas sebagai model layanan komprehensif yang mencakup aspek fisik dan psikologis akseptor.

ABSTRACT

Reproductive health is an essential aspect in improving family quality of life, one of which is through the family planning (FP) program. Hormonal contraception is widely used due to its effectiveness and practicality; however, emotional side effects such as mood changes are often overlooked. These conditions may reduce users' comfort and even lead to discontinuation of contraceptive use. This community service activity aimed to enhance knowledge and preparedness of hormonal contraceptive acceptors in managing mood and emotional disturbances through psychoeducational assistance. The program was conducted at TPMB Lidia Sidayu Gresik involving 20 participants aged 18–45 years who had been using hormonal contraception for at least

three months. The methods included joint planning with health workers, interactive education, participatory counseling, relaxation technique simulations, and evaluation using pre–post tests. The results of the activity showed a significant increase in knowledge, as indicated by a shift in the knowledge category from only 20% having good knowledge to 75% having good knowledge after the intervention. A simple analysis using the Wilxocon Signed-Rank Test yielded a p-value of 0.000. These findings indicate that psychoeducation-based counselling is effective in strengthening acceptors' understanding and supporting the continued use of hormonal contraception. With the strengthening of health workers' capacity and the use of digital educational media, similar activities have the potential to be implemented more widely as a comprehensive service model that covers the physical and psychological aspects of acceptors.

**Corresponding Author: lulukyuliati69@gmail.com*

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan salah satu aspek penting dalam pembangunan kesehatan masyarakat di Indonesia. Program keluarga berencana (KB) menjadi salah satu strategi utama pemerintah dalam menurunkan angka kelahiran dan meningkatkan kesejahteraan keluarga. Sejak lama, metode kontrasepsi hormonal seperti pil, suntik, dan implan menjadi pilihan utama bagi pasangan usia subur karena efektivitasnya yang tinggi, ketersediaannya serta kemudahan penggunaannya. Data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tahun 2024 menunjukkan bahwa prevalensi kontrasepsi modern di Indonesia cukup tinggi, dengan kontrasepsi hormonal menduduki peringkat utama dalam penggunaannya di masyarakat (BKKBN, 2024).

Di Indonesia, sejumlah penelitian telah menyinggung aspek fisik efek samping KB hormonal, namun masih sedikit yang secara khusus mengeksplorasi aspek psikologis. Beberapa penelitian di melaporkan amenore dan peningkatan berat badan sebagai efek samping terbanyak, sementara aspek gangguan mood belum digali secara mendalam (Cicik Widayanti et al., 2024; Septiani, 2024). Padahal, perubahan suasana hati seperti mudah marah, cemas, atau depresi dapat menimbulkan dampak lanjutan berupa penurunan kualitas hubungan keluarga, gangguan dalam aktivitas sehari-hari, hingga risiko putus pakai KB (Lewis et al., 2019; Petersen et al., 2021). Hasil penelitian di New York City menunjukkan bahwa efek samping psikologis kontrasepsi hormonal, walaupun tidak terjadi pada semua akseptor, dapat memengaruhi kesejahteraan mental perempuan secara signifikan, terutama bila tidak diiringi dengan konseling dan dukungan sosial (Martell et al., 2023).

Kondisi serupa dapat ditemukan di tingkat lokal, termasuk di TPMB Lidia Sidayu Gresik. Sebagai salah satu fasilitas layanan kesehatan reproduksi, tempat ini melayani banyak ibu akseptor KB hormonal. Berdasarkan observasi awal, masih terdapat ibu-ibu yang mengeluhkan perubahan suasana hati, seperti menjadi lebih mudah tersinggung atau merasa tertekan, namun belum sepenuhnya menyadari bahwa kondisi tersebut bisa berkaitan dengan kontrasepsi yang digunakan. Di sisi lain, tenaga kesehatan cenderung lebih menekankan aspek fisik saat memberikan konseling KB, sehingga isu terkait gangguan mood sering terabaikan. Hal ini menimbulkan kesenjangan informasi dan dukungan yang berpotensi memperburuk pengalaman akseptor KB di lapangan.

Permasalahan ini menunjukkan pentingnya intervensi berbasis komunitas berupa pendampingan ibu akseptor KB hormonal dalam menghadapi efek samping gangguan mood dan emosional. Pendampingan tersebut tidak hanya bertujuan memberikan pemahaman yang benar tentang efek samping kontrasepsi, tetapi juga membekali akseptor dengan strategi manajemen diri untuk menghadapi perubahan suasana hati. Dengan demikian, diharapkan akseptor tidak hanya mampu bertahan dalam penggunaan kontrasepsi hormonal, tetapi juga tetap menjaga kesejahteraan psikologis dan kualitas hidupnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu akseptor KB hormonal mengenai efek samping gangguan mood dan emosional, memberikan pendampingan psikoedukatif untuk membantu mereka dalam manajemen

emosi, serta mengoptimalkan peran tenaga kesehatan dalam mendampingi akseptor. Kegiatan ini juga diharapkan dapat menurunkan angka putus pakai kontrasepsi akibat efek samping emosional, sekaligus meningkatkan kepuasan ibu dalam menggunakan metode KB yang sesuai. Dengan pendekatan yang lebih menyeluruh, diharapkan pelayanan KB di TPMB Lidia Sidayu Gresik dapat menjadi model intervensi komprehensif yang tidak hanya berfokus pada aspek biologis, tetapi juga pada kesejahteraan psikologis akseptor.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yakni perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap perencanaan, tim pelaksana melakukan koordinasi dengan pihak TPMB Lidia Sidayu Gresik untuk mengidentifikasi permasalahan utama akseptor KB hormonal, khususnya terkait gangguan mood dan emosional. Selanjutnya, dilakukan penyusunan modul pendampingan yang mencakup materi edukasi tentang kontrasepsi hormonal, potensi efek samping, serta strategi manajemen emosi berbasis psikoedukasi.

Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu akseptor KB hormonal yang terdaftar di TPMB Lidia Sidayu Gresik, dengan kriteria meliputi: (1) ibu usia 18–45 tahun, (2) sedang menggunakan kontrasepsi hormonal minimal selama tiga bulan terakhir, dan (3) bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Pemilihan kelompok ini didasarkan pada temuan awal bahwa sebagian akseptor di TPMB Lidia Sidayu mengalami gangguan mood yang berdampak pada kenyamanan dan kepuasan mereka dalam menggunakan KB hormonal. Bahan yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi modul pendampingan berisi materi edukasi mengenai KB hormonal dan manajemen emosi, lembar *pre-test* dan *post-test*, serta panduan konseling.

Tahap pelaksanaan meliputi pemberian edukasi secara tatap muka melalui sesi konseling dan simulasi teknik relaksasi sederhana. Kegiatan ini dilakukan dengan pendekatan partisipatif, sehingga peserta dapat berbagi pengalaman dan mencari solusi bersama. Untuk mendukung kegiatan, dilakukan analisis sederhana nilai *pre-test* dan *post-test* guna mengukur perubahan pengetahuan peserta dengan analisis deskriptif dan Uji *Wilxocon Signed-Rank Test.*

Tahap evaluasi dilakukan melalui analisis hasil *pre-test* dan *post-test*, observasi keterlibatan peserta, serta diskusi reflektif bersama sasaran. Evaluasi ini bertujuan untuk menilai efektivitas program serta mengidentifikasi hambatan yang dihadapi di lapangan. Dengan demikian, hasil evaluasi dapat digunakan sebagai dasar penyusunan rekomendasi bagi keberlanjutan program pendampingan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pendampingan ibu akseptor KB hormonal dalam menghadapi efek samping gangguan mood dan emosional di TPMB Lidia Sidayu Gresik dilaksanakan dengan jumlah peserta sebanyak 20 orang. Seluruh peserta merupakan akseptor aktif KB hormonal dengan kriteria yaitu berusia 18–45 tahun, menggunakan kontrasepsi hormonal minimal tiga bulan terakhir, dan bersedia mengikuti kegiatan secara penuh. Tingkat kehadiran mencapai 100%, menunjukkan antusiasme masyarakat terhadap program ini.

Gambar 1 Pelaksanaan Kegiatan

Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu akseptor mengenai kontrasepsi hormonal, efek samping emosional, dan strategi manajemen mood.

Tabel 1 Hasil *pre-test* dan *post-test* pengetahuan ibu akseptor KB hormonal

Kategori Pengetahuan	*Pre-test*		*Post-test*	
	f	%	f	%
Baik (≥ 75%)	4	20	15	75
Cukup (50–74%)	6	30	2	10
Kurang (< 50%)	10	50	3	25
Total	20	100	20	100

Tabel 1 menunjukkan pada tahap *pre-test* hanya 20% peserta yang memiliki pengetahuan kategori baik, sementara sebagian besar berada pada kategori kurang (50%). Setelah kegiatan, terjadi peningkatan yang cukup tajam, di mana peserta dengan pengetahuan kategori baik naik menjadi 75%, sementara kategori cukup menurun dari 30% menjadi 10%, dan kategori kurang juga menurun dari 50% menjadi 15%.

Perubahan distribusi ini memperlihatkan bahwa kegiatan pendampingan berhasil meningkatkan pemahaman peserta, baik dari sisi jumlah individu yang mencapai kategori baik maupun dari segi penurunan peserta dalam kategori kurang. Secara sederhana, ada pergeseran pengetahuan dari kategori rendah ke kategori lebih tinggi setelah intervensi dilakukan.

Selama sesi konseling dan simulasi teknik relaksasi, keterlibatan peserta terpantau cukup tinggi. Sebanyak 15 peserta (75%) aktif bertanya atau berbagi pengalaman pribadi mengenai efek samping emosional, sementara 5 peserta (25%) lebih pasif namun tetap mengikuti kegiatan hingga selesai.

Tabel 2 Analisis perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan psikoedukasi

Ranks		N	*Z*	*p*
Pengetahuan Setelah - Pengetahuan Sebelum	*Negative Ranks*	0	-3,30	0,000
	Positive Ranks	16		
	Ties	6		
	Total	20		

Hasil analisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* menunjukkan bahwa tidak terdapat peserta dengan nilai negatif (negative ranks = 0), yang berarti tidak ada penurunan pengetahuan setelah diberikan psikoedukasi. Sebaliknya, terdapat 14 peserta dengan peningkatan pengetahuan (positive ranks = 14) dan 6 peserta dengan nilai yang tetap sama (ties = 6). Secara statistik, nilai Z = –3,30 dengan p = 0,000 (< 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Temuan ini menegaskan bahwa program pendampingan berbasis psikoedukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu akseptor KB hormonal mengenai efek samping gangguan mood dan emosional, sekaligus memperkuat kapasitas mereka dalam menghadapi perubahan psikologis yang mungkin muncul.

Temuan ini sejalan dengan beberapa kajian sebelumnya yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi kesehatan dengan pendekatan interaktif dapat meningkatkan pengetahuan secara signifikan (Abdulrazeq et al., 2022; Walters et al., 2020). Sebagai contoh, sebuah studi melaporkan bahwa penyuluhan dengan media audiovisual dan diskusi kelompok efektif meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi dan perilaku pencegahan (Wahyudi et al., 2024). Prinsip *adult learning* yang digunakan dalam kegiatan ini, yaitu mengaitkan materi dengan pengalaman nyata peserta, juga terbukti memfasilitasi proses internalisasi pengetahuan (Knowles et al., 2015). Dengan demikian, peningkatan pengetahuan yang dicapai tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga sesuai dengan pengalaman peserta sebagai akseptor KB.

Dari sisi substansi, literatur menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi hormonal memang dapat menimbulkan efek psikologis seperti perubahan mood, kecemasan, hingga gejala depresi pada sebagian pengguna (Brás et al., 2025; Brønnick et al., 2020). Studi kohort di Denmark menemukan adanya

hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dan peningkatan risiko penggunaan antidepresan, terutama pada kelompok remaja (Skovlund et al., 2016). Meskipun hasil penelitian di bidang ini tidak selalu konsisten, mayoritas laporan menegaskan bahwa efek emosional merupakan salah satu alasan utama akseptor menghentikan atau mengganti metode kontrasepsi (Mu & Kulkarni, 2022; Simmons et al., 2013). Oleh karena itu, peningkatan literasi yang diperoleh melalui pendampingan sangat penting untuk membantu ibu mengenali efek samping sejak dini dan mengembangkan strategi koping yang sesuai.

Lebih jauh, keberhasilan kegiatan ini memperkuat bukti bahwa konseling komprehensif merupakan komponen penting dalam pelayanan KB (Lundin et al., 2021). World Health Organization (2025) menekankan bahwa kualitas konseling, termasuk transparansi mengenai kemungkinan efek samping, akan meningkatkan kepuasan pengguna dan mengurangi angka penghentian penggunaan kontrasepsi (WHO, 2025). Hal ini relevan dengan hasil kegiatan di TPMB Lidia Sidayu, di mana mayoritas peserta berpartisipasi aktif dan menunjukkan peningkatan pemahaman setelah sesi konseling interaktif. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat dalam jangka pendek berupa peningkatan pengetahuan, tetapi juga berpotensi mendorong keberlanjutan penggunaan kontrasepsi hormonal dalam jangka panjang.

Meskipun demikian, kegiatan ini memiliki keterbatasan yang perlu dicatat. Pertama, jumlah responden relatif kecil (n = 20), sehingga generalisasi hasil ke populasi yang lebih luas masih terbatas. Kedua, evaluasi hanya menggunakan desain pre–post tanpa kelompok kontrol, sehingga belum dapat memastikan bahwa peningkatan pengetahuan semata-mata dipengaruhi oleh intervensi. Ketiga, indikator keberhasilan masih berfokus pada aspek pengetahuan, sementara efek samping psikologis sebenarnya lebih tepat diukur menggunakan instrumen psikometrik standar yang pada saat kegiatan ini belum bisa dilakukan. Dengan demikian, kajian lanjutan perlu dilakukan dengan menggunakan instrumen yang lebih komprehensif serta melibatkan tindak lanjut jangka panjang untuk melihat keberlanjutan dampak.

Implikasi dari temuan ini cukup penting bagi praktik layanan KB di tingkat komunitas. Pertama, tenaga kesehatan perlu memperluas cakupan konseling dengan memasukkan aspek psikologis dalam pendampingan akseptor KB hormonal. Kedua, kader kesehatan dapat diberikan pelatihan agar mampu melakukan deteksi dini dan rujukan terkait efek samping emosional. Ketiga, materi edukasi sebaiknya dikembangkan dalam format yang lebih mudah diakses, seperti media digital atau aplikasi sederhana, sehingga dapat menjangkau lebih banyak akseptor di wilayah lain. Dengan strategi ini, diharapkan keberlanjutan penggunaan kontrasepsi hormonal dapat lebih terjamin, sekaligus menurunkan risiko penghentian penggunaan kontrasepsi akibat efek samping psikologis.

Secara keseluruhan, kegiatan pendampingan ini berhasil mencapai tujuan utama, yaitu meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu akseptor KB hormonal dalam menghadapi efek samping gangguan mood dan emosional. Hasil yang diperoleh juga konsisten dengan berbagai penelitian yang menegaskan pentingnya konseling edukatif sebagai bagian integral dari pelayanan KB. Dengan perbaikan pada aspek metodologi dan cakupan, program serupa dapat memberikan kontribusi yang lebih luas bagi peningkatan kualitas kesehatan reproduksi di masyarakat.

Selain itu, perlu dipertimbangkan adanya potensi bias responden dalam kegiatan ini. Tingkat partisipasi aktif peserta, misalnya, dapat dipengaruhi oleh faktor sosial seperti norma kelompok, kedekatan dengan fasilitator, atau keinginan untuk memberikan jawaban yang dianggap “benar” sesuai harapan tenaga kesehatan. Fenomena ini dikenal sebagai *social desirability bias*, yang dapat menyebabkan hasil evaluasi tampak lebih positif daripada kondisi sebenarnya (Grimm, 2010). Oleh karena itu, ke depan diperlukan instrumen evaluasi yang lebih objektif, seperti kuesioner anonim atau pengukuran berbasis observasi independen, untuk meminimalkan bias tersebut.

Dari sisi keberlanjutan, pengukuran keberhasilan program tidak cukup berhenti pada peningkatan pengetahuan jangka pendek. Keberlanjutan program dapat diukur melalui tindak lanjut jangka panjang, misalnya evaluasi kepuasan akseptor, pemantauan angka putus pakai KB hormonal, serta pengukuran aspek psikologis menggunakan instrumen standar pada periode tertentu setelah pendampingan. Dengan mekanisme ini, program tidak hanya menghasilkan dampak sesaat, tetapi juga dapat dinilai efektivitasnya dalam meningkatkan kualitas layanan KB dan kesejahteraan psikologis akseptor dalam jangka panjang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pendampingan ibu akseptor KB hormonal dalam menghadapi efek samping gangguan mood dan emosional di TPMB Lidia Sidayu Gresik berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai kontrasepsi hormonal dan dampaknya terhadap kondisi psikologis, sekaligus mendorong keterlibatan aktif dalam diskusi serta praktik manajemen emosi. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi interaktif dan konseling partisipatif efektif dalam memperkuat kapasitas ibu akseptor, baik dari sisi pengetahuan maupun kesiapan menghadapi tantangan emosional, sehingga berkontribusi pada kualitas layanan keluarga berencana di tingkat komunitas. Keberhasilan program ini juga memiliki potensi memberikan kontribusi bagi pengembangan kebijakan layanan KB secara nasional, khususnya dalam integrasi aspek psikologis ke dalam standar konseling kontrasepsi.

Keberhasilan kegiatan ini menunjukkan perlunya program serupa dilakukan secara berkesinambungan dengan cakupan yang lebih luas, disertai penguatan kapasitas tenaga kesehatan dan kader untuk memberikan konseling yang komprehensif termasuk aspek psikologis, serta pengembangan media edukasi berbasis digital agar informasi lebih mudah diakses masyarakat; di sisi lain, kajian lanjutan dengan jumlah responden lebih besar, desain yang lebih kuat, serta penggunaan instrumen psikometrik standar sangat dianjurkan untuk menilai dampak jangka panjang program terhadap keberlanjutan penggunaan kontrasepsi hormonal dan kesejahteraan psikologis ibu akseptor KB hormonal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim kegiatan pengabdian mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah memberikan dukungan finansial terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, sehingga seluruh rangkaian kegiatan dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada TPMB Lidia Sidayu Gresik yang telah menjadi mitra sekaligus fasilitator dalam pelaksanaan kegiatan, serta para ibu akseptor KB hormonal yang berpartisipasi aktif dan memberikan kontribusi berharga selama proses pendampingan. Tanpa dukungan berbagai pihak tersebut, kegiatan ini tidak akan dapat mencapai hasil sebagaimana yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

Abdulrazeq, F., Kheirallah, K. A., Al-Mistarehi, A.-H., Al Bashir, S., ALQudah, M. A., Alzoubi, A., Alsulaiman, J., Al Zoubi, M. S., & Al-Maamari, A. (2022). Effectiveness of interactive teaching intervention on medical students' knowledge and attitudes toward stem cells, their therapeutic uses, and potential research applications. *PeerJ*, *10*, e12824. https://doi.org/10.7717/peerj.12824

BKKBN. (2024). *LAPORAN KEPENDUDUKAN INDONESIA 2024*. DIREKTORAT ANALISIS DAMPAK KEPENDUDUKAN BADAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA BERENCANA NASIONAL. https://siperindu.online/2023/pb/unduh_file/Laporan%20Kependudukan%20Indonesia%20-%20IND.pdf

Brás, B. P., Silva, J. F., Caldas, F., & Almeida, H. S. (2025). The burden of birth control: A narrative review on the mood-related side effects of hormonal contraception. *European Psychiatry*, *68*(S1), S1185–S1185. https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2025.2396

Brønnick, M. K., Økland, I., Graugaard, C., & Brønnick, K. K. (2020). The Effects of Hormonal Contraceptives on the Brain: A Systematic Review of Neuroimaging Studies. *Frontiers in Psychology*, *11*, 556577. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.556577

Cicik Widayanti, Nila Widya Keswara, & Anik Sri Purwanti. (2024). HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN ALAT KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN DMPA (DEPO MEDROXYPROGESTERONE ACETATE) DENGAN PENURUNAN LIBIDO PADA AKSEPTOR KB DI PMB HANIFATUZZAQIYA SENDURO LUMAJANG. *Health and Technology Journal (HTechJ)*, *2*(4), 328–333. https://doi.org/10.53713/htechj.v2i4.207

Grimm, P. (2010). Social Desirability Bias. In J. Sheth & N. Malhotra (Eds.), *Wiley International Encyclopedia of Marketing* (1st ed.). Wiley. https://doi.org/10.1002/9781444316568.wiem02057

Knowles, M. S., Holton, E. F., & Swanson, R. A. (2015). *The Adult Learner. The Definitive Classic in Adult Education and Human Resource Development*. Routledge.

Lewis, C. A., Kimmig, A.-C. S., Zsido, R. G., Jank, A., Derntl, B., & Sacher, J. (2019). Effects of Hormonal Contraceptives on Mood: A Focus on Emotion Recognition and Reactivity, Reward Processing, and Stress Response. *Current Psychiatry Reports*, *21*(11), 115. https://doi.org/10.1007/s11920-019-1095-z

Lundin, C., Wikman, A., Bixo, M., Gemzell-Danielsson, K., & Sundström Poromaa, I. (2021). Towards individualised contraceptive counselling: Clinical and reproductive factors associated with self-reported hormonal contraceptive-induced adverse mood symptoms. *BMJ Sexual & Reproductive Health*, *47*(3), e1.1-e8. https://doi.org/10.1136/bmjsrh-2020-200658

Martell, S., Marini, C., Kondas, C. A., & Deutch, A. B. (2023). Psychological side effects of hormonal contraception: A disconnect between patients and providers. *Contraception and Reproductive Medicine*, *8*(1), 9. https://doi.org/10.1186/s40834-022-00204-w

Mu, E., & Kulkarni, J. (2022). Hormonal contraception and mood disorders. *Australian Prescriber*, *45*(3), 75–79. https://doi.org/10.18773/austprescr.2022.025

Petersen, N., Kearley, N. W., Ghahremani, D. G., Pochon, J.-B., Fry, M. E., Rapkin, A. J., & London, E. D. (2021). Effects of oral contraceptive pills on mood and magnetic resonance imaging measures of prefrontal cortical thickness. *Molecular Psychiatry*, *26*(3), 917–926. https://doi.org/10.1038/s41380-020-00990-2

Septiani, K. M. (2024). *GAMBARAN EFEK SAMPING KONTRASEPSI HORMONAL DI KOTA MAKASSAR* [FAKULTAS KEPERAWATAN NIVERSITAS HASANUDDIN]. https://repository.unhas.ac.id/id/eprint/44960/1/R011181039_skripsi_16-10-2024%20bab%201-2.pdf

Simmons, K. B., Edelman, A. B., Li, H., Yanit, K. E., & Jensen, J. T. (2013). Personalized contraceptive assistance and uptake of long-acting, reversible contraceptives by postpartum women: A randomized, controlled trial. *Contraception*, *88*(1), 45–51. https://doi.org/10.1016/j.contraception.2012.10.037

Skovlund, C. W., Mørch, L. S., Kessing, L. V., & Lidegaard, Ø. (2016). Association of Hormonal Contraception With Depression. *JAMA Psychiatry*, *73*(11), 1154. https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2016.2387

Wahyudi, G., Nursanti, D. P., & Raharjo, R. (2024). The Effectiveness of Audio-Visual Health Education in Improving Reproductive Health Awareness among Students at SMK Puspa Bangsa Banyuwangi. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, *4*(6), 8133–8814.

Walters, R., Leslie, S. J., Polson, R., Cusack, T., & Gorely, T. (2020). Establishing the efficacy of interventions to improve health literacy and health behaviours: A systematic review. *BMC Public Health*, *20*(1), 1040. https://doi.org/10.1186/s12889-020-08991-0

WHO. (2025). *Family planning/Contraception methods*. World Health Organization. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/family-planning-contraception