

HUBUNGAN KENAIKAN BERAT BADAN PADA AKSEPTOR KB SUNTIK 3 BULAN DI PUSKESMAS KENDAL 01

THE CORRELATION OF WEIGHT GAIN TO 3-MONTH INJECTION FAMILY PLANNING ACCEPTORS AT THE KENDAL 01 HEALTH CENTER

Nunuk Widayati¹, Nuke Devi Indrawati², Siti Nurjanah³, Novita Nining Anggraini⁴

^{1,3,4} Program Studi S1 Kebidanan, FIKKES, Universitas Muhammadiyah Semarang

² Program Studi DIII Kebidanan, FIKKES, Universitas Muhammadiyah Semarang

Corresponding author : kliniksakinahrompo@gmail.com

ABSTRAK

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2021, jumlah keseluruhan akseptor KB pada tingkat Nasional 22.682.255 yang terbesar akseptor KB suntik sebanyak 12.562.106 (55,38%). Kontrasepsi suntikan yang paling banyak digunakan adalah jenis kontrasepsi suntikan Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) dan kontrasepsi suntikan kombinasi. Efek samping penggunaan kontrasepsi suntik yang utama adalah perubahan berat badan. Perubahan berat badan akseptor KB suntik disebabkan hormon progesteron yang merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. **Tujuan:** Mengetahui hubungan kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Kendal 01. **Metode:** Jenis penelitian menggunakan kuantitatif dengan desain case control study. Besar sampel 46 responden dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan catatan medis. Analisis data menggunakan Chi-Square. Hasil Penelitian : Rata-rata usia responden adalah 30,35 tahun, mayoritas berpendidikan terakhir Tamat SMA/Sederajat sebanyak 19 orang (41,3%), dan tidak bekerja/IRT sebanyak 23 orang (50%). Mayoritas responden menggunakan kontrasepsi akseptor KB suntik 3 bulan adalah Rutin (>4x/tahun) sebanyak 32 orang (69,6%). Mayoritas responden meningkat berat badan sebanyak 37 orang (80,4%). Ada hubungan antara kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Kendal 01, dengan $p = 0,000 < \alpha 0,05$ dan nilai OR 41.333 (95% CI : 4.334 – 394.193). Saran : diharapkan perawat memberikan pendidikan kesehatan tentang efek samping penggunaan akseptor KB suntik 3 bulan yaitu kenaikan berat badan dengan cara manajemen aktivitas fisik, pola makan dan pola tidur.

Kata Kunci : Kenaikan Berat Badan, Akseptor KB Suntik 3 Bulan

ABSTRACT

The results of the 2021 Indonesian Demographic and Health Survey (IDHS), the total number of family planning acceptors at the national level is 22,682,255, with the largest injecting family planning acceptors being 12,562,106 (55.38%). The most widely used contraceptive injections are Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) and combined injection contraceptives. The main side effect of using injectable contraception is weight change. Changes in body weight for injecting birth control acceptors are caused by the hormone progesterone which stimulates the appetite hormone in the hypothalamus. **Objective:** To know mother behavior in the first handling of diare case on children in Kendal Islamic Hospital. **Method:** The type of research used quantitative with case control study design. The sample size was 46 respondents with purposive sampling technique. The instruments used on medical records. Data analysis used Chi-Square. **Results:** The average age of the respondents was 30.35 years, the majority of them had graduated from high school/equivalent as many as 19 people (41.3%), and did not work/IRT as many as 23 people (50%). The majority of respondents used 3-month injection contraceptive acceptors routinely (> 4x/year) as many as 32 people (69.6%). The majority of respondents gained weight as many as 37 people (80.4%). There is a correlation between weight gain in 3-month injectable family planning acceptors at the Kendal 01 Health Center, with $p = 0.000 < \alpha 0.05$ and an OR value of 41,333 (95% CI: 4,334 – 394,193). **Suggestion :** it is expected that nurses provide health education about the side effects of using 3-month injection family planning acceptors, namely weight gain by managing physical activity, eating patterns and sleeping patterns.

Keywords: Weight Gain, 3-Month Injectable Birth Control Acceptor

PENDAHULUAN

Di Indonesia kontrasepsi suntikan merupakan salah-satu kontrasepsi yang populer. Kontrasepsi suntikan yang paling banyak digunakan adalah jenis kontrasepsi suntikan Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) dan kontrasepsi suntikan kombinasi, tidak ada satupun metode kontrasepsi yang aman dan efektif bagi semua klien, karena masing- masing mempunyai kesesuaian dan kecocokan individual bagi setiap klien. Namun, secara umum terdapat beberapa persyaratan metode kontrasepsi ideal yang bisa klien jadikan sebagai perbandingan untuk memilih jenis kontrasepsi diantaranya adalah; kontrasepsi tersebut berdaya guna, artinya, jika digunakan sesuai dengan aturan kontrasepsi tersebut memiliki efektivitas yang tinggi dalam mencegah kehamilan dan tidak akan menimbulkan komplikasi yang berat bagi klien di masa akan datang; kontrasepsi tersebut terjangkau harganya dan dapat diterima baik oleh klien, budaya serta masyarakat yang berada di lingkungan klien tersebut; kontrasepsi tersebut memiliki reversibilitas yang tinggi, bila metode kontrasepsi tersebut dihentikan penggunaannya maka klien akan segera kembali kesuburannya (Aldriana, 2022).

Kontrasepsi suntik Depo Medroksi Progesteron Acetat (DMPA) dan Cyclofem merupakan salah satu kontrasepsi yang paling sering dipilih wanita dalam mengatur dan menjarangkan kehamilan (Hartanto, 2015). Efek samping yang ditimbulkan dari penggunaan kontrasepsi suntik diantaranya terganggunya pola haid (amenorea, menoragia dan muncul bercak/spotting), peningkatan berat badan dan kembalinya kesuburan lambat setelah penghentian pemakaian (Saifudin, 2016).

Penyebab kenaikan berat badan karena disebabkan hormon progesteron yang merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. Nafsu makan yang berlebihan menyebabkan tubuh kelebihan zat gizi. Kelebihan zat gizi oleh hormon progesteron dirubah menjadi lemak dan tersimpan di bawah kulit. Perubahan berat badan akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Ambarwati & Sukarsi, 2012). Menurut penelitian Riyanti & Mahmudah, (2015) hasil menunjukkan bahwa lama pemakaian KB suntik 3 bulan berhubungan signifikan dimana semakin lama penggunaan KB suntik 3 bulan maka kejadian lama menstruasi akseptor KB suntik 3 bulan semakin memendek bahkan sampai menjadi tidak menstruasi, perubahan lama menstruasi tersebut disebabkan komponen gestagen yang terkandung di dalam DMPA. Perubahan ini sejalan dengan kekurangan darah menstruasi pada akseptor KB suntik 3 bulan. Setelah penggunaan jangka lama jumlah darah haid semakin sedikit dan bisa terjadi amenora (Riyanti & Mahmudah, 2015).

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan di Puskkesmas Kendal 01, terhadap 20 akseptor KB, sebanyak 16 orang menggunakan kontrasepsi suntik dan 4 orang menggunakan kontrasepsi pil. Pada pengguna kontrasepsi PIL, seluruhnya tidak mengalami peningkatan berat badan namun terdapat 1 (25%) akseptor mengeluhkan sering sakit kepala. Pada 16 akseptor KB suntik sebanyak 13 (81.2%) orang mengatakan mengalami peningkatan berat badan 1-2 kg selama menggunakan KB suntik sedangkan 3 (18.7%) akseptor mengatakan tidak mengalami peningkatan berat badan. Dari 16 akseptor KB suntik, hampir semua akseptor mengungkapkan dengan menggunakan kontrasepsi suntik mereka merasa lebih praktis dalam proses KB. Para responden mengatakan lebih memilih melakukan suntik KB 3 bulan karena dinilai lebih efektif tanpa ditentukan jadwal periksa dan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Dari masalah diatas maka dari itu penilititertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di Puskkesmas Kendal 01”.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui tentang “Hubungan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di Puskkesmas Kendal 01, karakteristik responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal berberdasarkan usia, Pendidikan, dan pekerjaan, dan penggunaan kontrasepsi akseptor KB suntik 3 bulan di Puskkesmas Kendal 01.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif, suatu metode yang bertujuan untuk membuat gambar atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif yang menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut serta penampilan dan hasilnya.

Penelitian dilakukan di Puskkesmas Kendal 01 dan dilakukan pada bulan Agustus 2022 sampai dengan Maret 2023 mulai dari penyusunan proposal sampai laporan hasil penelitian.

Tahapan pengolahan data meliputi tahapan memeriksa, memberi kode, tabulasi data, penyajian data. Sedangkan, analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

a. Usia

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia di Puskesmas Kendal 01, bulan November 2022 (n = 46)

Min-Maks	SD	Mean
24-35	3.321	30.35

Berdasarkan Tabel 1. dapat dilihat bahwa usia responden termuda 24 tahun dan usia tertua 35 tahun, standar deviasi 3.321 dengan rata-rata usia responden adalah 30,35 tahun.

b. Pendidikan dan Pekerjaan

Tabel 2. Distribusi karakteristik responden berdasarkan pendidikan dan pekerjaan di Puskesmas Kendal 01, bulan November 2022 (n=35)

	n	%
Pendidikan Terakhir		
Lulus SD/Sederajat	1	2.2
Lulus SMP/Sederajat	11	23.9
Lulus SMA/Sederajat	19	41.3
Lulus Perguruan tinggi	15	32.6
Pekerjaan		
Tidak Bekerja/IRT	23	50.0
Buruh	1	2.2
Pedagang/Wiraswasta	8	17.4
Pegawai Swasta	10	21.7
PNS	4	8.7
Jumlah	46	100,0

Berdasarkan Tabel 2. menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan terakhir Tamat SMA/Sederajat, yaitu sebanyak 19 orang (41,3%), sementara yang paling sedikit Tamat SD/Sederajat sebanyak 1 orang (2,2%). Sebagian besar responden bekerja sebagai Tidak Bekerja/IRT, yaitu sebanyak 23 orang (50%), sementara yang paling sedikit adalah Buruh sebanyak 1 orang (2,2%).

Analisa Univariat

Penggunaan Kontrasepsi Akseptor KB Suntik 3 Bulan dan Kenaikan Berat Badan

Tabel 3. Distribusi karakteristik responden berdasarkan Penggunaan Kontrasepsi Akseptor KB Suntik 3 Bulan dan Kenaikan Berat Badan di Puskesmas Kendal 01, bulan November 2022 (n = 46)

	n	%
Penggunaan Kontrasepsi Akseptor KB Suntik 3 Bulan		
Rutin (>4x/tahun)	32	69.6
Tidak Rutin (<4x/tahun)	14	30.4
Kenaikan Berat Badan		
Meningkat	37	80.4
Tidak Meningkatkan	9	19.6
Jumlah	46	100,0

Berdasarkan Tabel 3. menunjukkan bahwa sebagian besar responden menggunakan kontrasepsi akseptor KB suntik 3 bulan adalah Rutin (>4x/tahun) sebanyak 32 orang (69,6%), dan meningkat berat badan sebanyak 37 orang (80,4%).

Kontrasepsi suntik adalah jenis kontrasepsi injeksi untuk mencegah kehamilan dengan melalui suntikan hormonal. Kontrasepsi ini sangat efektif, aman, dapat dipakai oleh semua perempuan dalam usia reproduksi, cocok untuk masa laktasi karena tidak menekan produksi Air Susu Ibu (ASI) (Prawirohardjo, 2014).

KB Suntik 3 Bulan atau Depo medroksiprogesteron atau Depoprovera adalah berisi depo medroksi progesteron asetat dan diberikan dalam suntikan tunggal 150 mg secara intramuscular setiap 12 minggu. Depo medroksi progesteron adalah suatu sintesa progestin yang mempunyai efek seperti progestin asli dari tubuh wanita (Hartanto, 2015). Depo provera ialah 6-alfa-medroksiprogesteron yang digunakan untuk tujuan kontrasepsi perenteral, mempunyai efek progestagen yang kuat dan sangat efektif. Pemakaian kontrasepsi suntik baik kontrasepsi suntik bulanan maupun tribulanan mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor KB suntik adalah adanya hormone progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. Dengan adanya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh hormon progesteron dirubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Ambarwati & Sukarsi, 2012).

Analisa Bivariat

Hubungan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Kendal 01

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan hubungan kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Kendal 01, bulan November 2022 (n = 46)

Pergunaan Kontrasepsi Akseptor	Kenaikan Berat Bn				Total		O R	p val
	Meningkat		Tidak Meningkat		n	%		
KB Suntik 3 Bulan	n	%	n	%	n	%		ue
Rutin (>4x/tahun)	31	96.9	1	3.1	32	100	41.333	0,0
Tidak Rutin (<4x/tahun)	6	42.9	8	57.1	14	100		
Jumlah	37	80.4	9	19.6	46	100		

Berdasarkan tabel 4.4. diperoleh hasil bahwa dari 32 orang yang rutin (>4x/tahun) menggunakan kontrasepsi akseptor KB suntik 3 bulan, ada 31 orang yang meningkat berat badan dan 1 orang yang tidak meningkat berat badan. Sedangkan dari 14 orang yang tidak rutin (<4x/tahun) menggunakan kontrasepsi akseptor KB suntik 3 bulan, ada 6 orang yang meningkat berat badan dan 8 orang yang tidak meningkat berat badan.

Hasil uji statistic menggunakan Chi Square diperoleh nilai $p = 0,000 < \alpha 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Kendal 01.

Pada jenis penelitian Desain Case Control, dari hasil analisis didapatkan pula nilai OR (Odds Ratio) yaitu 41.333 (95% CI : 4.334 – 394.193), artinya responden yang rutin menggunakan kontrasepsi akseptor KB suntik 3 bulan mempunyai peluang 41,3 kali meningkat berat badan dibanding responden yang tidak rutin menggunakan kontrasepsi akseptor KB suntik 3 bulan.

Kontrasepsi suntik 3 bulan lebih mempengaruhi pada peningkatan berat badan karena DMPA merangsang pusat pengendalian nafsu makan hipotalamus merangsang pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus yang dapat menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya, sehingga berpotensi mengalami peningkatan berat badan. Kenaikan BB,

disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan BB bertambah (Sumantri, 2018).

Lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal berhubungan dengan risiko kegemukan (Sriwahyuni & Wahyuni, 2012). Pada pemakaian kontrasepsi hormonal lebih dari satu tahun risiko kegemukan meningkat 1,36 kali. Kegemukan merupakan salah satu masalah gizi yang banyak terjadi dan memerlukan penanganan yang serius. Pemantauan terhadap berat badan diperlukan untuk mengetahui perubahan status gizi dan masalah kesehatan yang terjadi. Pengendalian berat badan dapat dikatakan berhasil jika seseorang dapat mencapai berat badan yang dianggap ideal untuk orang seusianya. Berdasarkan berat badan ideal inilah dapat diketahui bagaimana status gizidan tingkat kesehatan seseorang (Sriwahyuni & Wahyuni, 2012).

Pengunaan DMPA yang kurang dari 1 tahun menunjukkan hasil banyak beratbadan yang turun hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor antara lain adalah faktor usia dimana berat badan akan berkurang sejalan dengan bertambahnya usia grafik umur kita. Secara tidak langsung aspek kejiwaan (psikologis) juga dominanmempengaruhi metabolisme didalam tubuh kita, serta hereditas yang dapatterjadi di dalam suatu keluarga timbulnya sifat dominasi dalam hal menurunkan bentuk fisik keturunan. Hasil penelitian Adriana (2018) menunjukkan hubungan yang signifikanantara penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Lok Baintan Kecamatan Sungai Tabuk Kabupaten Banjar. Ibu yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan mengalamikenaikan berat badan antara 1-5 kg tahun pertama penyuntikan dengan rata-rata penambahan berat badan pada ibu yang menggunakan KB suntik 3 bulan kurang dari 1 tahun adalah 2 kg danyang lebih dari 1 tahun adalah 3 kg.

Hasil observasi ini sejalan dengan Pratiwi Nasution (2018) dengan judul kenaikan berat badan pada pengguna KB Suntik 3 bulan di Puskesmas Gebang Kabupaten Langkat. sebanyak 32 ibu yang menggunakan KB suntik 3 bulan menunjukkan lama penggunaanterbanyak pada 3–6 bulan pertama pemakaian sebesar 48,05%. Dapatdisimpulkan bahwa pendidikan, paritas dan lama pemakaian mempunyai pengaruh terhadap kenaikan berat badan pada pemakaian alat kontrasepsi progestin (Nasution et al., 2020).

KESIMPULAN

Rata-rata usia responden adalah 30,35 tahun, mayoritas berpendidikan terakhir Tamat SMA/Sederajat sebanyak 19 orang (41,3%), dan tidak bekerja/IRT sebanyak 23 orang (50%). Mayoritas responden menggunakan kontrasepsi akseptor KB suntik 3 bulan adalah Rutin (>4x/tahun) sebanyak 32 orang (69,6%). Mayoritas responden meningkat berat badan sebanyak 37 orang (80,4%). Ada hubungan antara kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Kendal 01, dengan $p = 0,000 < \alpha 0,05$ dan nilai OR 41.333 (95% CI :4.334 – 394.193).

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, W. N., & Sukarsi, N. (2012). Pengaruh Kontrasepsi Hormonal Terhadap Berat Badan Dan Lapisan Lemak Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik Dmpa Di Polindes Mengger Karanganyar Ngawi. *Jurnal Kesehatan*, 5(2), 93–102. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/xmlui/bitstream/handle/11617/3278/1.WINARSIH.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hartanto, H. (2015). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Pustaka Sinar Harapan.
- Nasution, P., Harahap, N. R., & Zuiatna, D. (2020). Kenaikan Berat Badan pada Pengguna KB Suntik 3 Bulan. *Jurnal Bidan Komunitas*, 3(3), 107–118. <https://doi.org/10.33085/jbk.v3i3.4606>
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*. PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Riyanti & Mahmudah. (2015). *Hubungan Jenis Dan Lama Pemakaian Kontrasepsi Hormonal Dengan Gangguan Menstruasi di BPS (Bidan Praktek Swasta) Wolita M. J. Sawong Kota Surabaya*. 43–51.
- Saifudin. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono.
- Sriwahyuni, E., & Wahyuni, C. U. (2012). *Hubungan antara Jenis dan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Hormonal dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor*. 2, 2–5. <https://eur->

lex.europa.eu/legal-content/PT/TXT/PDF/?uri=CELEX:32016R0679&from=PT%0Ahttp://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:52012PC0011:pt:NOT