

## **LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN AKSEPTOR KB SUNTIK 3 BULAN**

**Kurniawaty**

Program Studi D III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Palembang  
Email : cicikurniawaty@gmail.com

### **Abstract**

**Background:** Family Planning is a direct effort aimed at reducing birth rates through the use of contraceptives. The strategy in contraceptive services leads to effective use of contraception, one of which is injection contraception.

**Objective:** The purpose of this study was to determine the long-standing relationship of family planning use to injecting KB acceptor weight gain in the midwife of the Independent Maimunah Practice in 2017.

**Method:** The design of this study used an analytical survey with a quantitative approach using a cross-sectional design. Samples in this study used a total sampling technique totaling 92, samples of all acceptors using 3-month injection KB were recorded in full at BPM Maimunah Palembang. This research was conducted at BPM Maimunah Palembang in January 2017. Data analysis used Chi-square statistical test.

**Results:** Based on univariate analysis of 92 respondents for 3 months  $\geq 1$  year injection contraception use as many as 59 respondents (64.1%) and gained weight  $\geq 1$  kg as many as 66 respondents (71.7%). From the results of the chi-square statistical test, it was found that there was a long-standing relationship between contraceptive use and weight gain in injecting Kb acceptors for 3 months ( $p$ -value = 0,000).

**Suggestion:** It is suggested as an input and source of information regarding the relationship between the length of use and the increase in weight gain for 3-month injection birth control acceptors and to further increase information on the strengths and weaknesses of hormonal contraception.

**Keywords:** Duration of contraception usage; weight gain

### **Abstrak**

**Latar Belakang:** Keluarga berencana merupakan usaha langsung yang bertujuan mengurangi tingkat kelahiran melalui penggunaan alat kontrasepsi, Adapun strategi dalam pelayanan kontrasepsi mengarah pada pemakaian kontraspsi yang efektif salah satunya kontrasepsi suntik.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan lama Penggunaan KB terhadap kenaikan berat badan akseptor KB suntik di Bidan Praktek Mandiri Maimunah tahun 2017.

**Metode:** Jenis penelitian merupakan penelitian *survey analitik* dengan pendekatan *kuantitatif* menggunakan rancangan *Cross Sectional*, Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik total sampling berjumlah 92, sampel seluruh akseptor yang menggunakan KB suntik 3 bulan yang tercatat lengkap di BPM Maimunah Palembang. Penelitian ini di lakukan di BPM Maimunah Palembang Pada bulan Januari 2017. Analisa data menggunakan Uji *Chi-square*.

**Hasil:** Berdasarkan analisa univariat dari 92 responden lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan  $\geq 1$  tahun sebanyak 59 responden (64,1%) dan mengalami kenaikan berat badan  $\geq 1$  kg sebanyak 66 responden (71,7%). Dari hasil uji statistik *chi-square* didapat ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi terhadap kenaikan berat badan akseptor Kb suntik 3 bulan( *p-value* = 0,000).

**Saran:** disarankan sebagai bahan masukan dan sumber informasi mengenai hubungan lama penggunaan terhadap kenaikan kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan dan lebih meningkatkan informasi tentang kelebihan dan kekurangan kontrasepsi hormonal.

Kata Kunci: Lama penggunaan kontrasepsi; kenaikan berat badan

## PENDAHULUAN

Pertumbuhan penduduk di Indonesia cukup tinggi yaitu 1,38% pertahun. Faktor utama yang mempengaruhi pertumbuhan penduduk adalah tingginya angka kelahiran yang berkaitan erat dengan usia perkawinan pertama. Keadaan ini merupakan salah satu masalah kependudukan di Indonesia sehingga memerlukan kebijakan kependudukan. Kebijakan kependudukan tersebut dilakukan dengan cara menurunkan tingkat pertumbuhan serendah-rendahnya. Cara efektif untuk menurunkan angka pertumbuhan penduduk dengan jalan mengikuti program Keluarga Berencana (Arum, dkk, 2011)

Program keluarga berencana merupakan usaha langsung yang bertujuan mengurangi tingkat kelahiran melalui penggunaan alat kontrasepsi yang lestari. Berhasil tidaknya pelaksanaan program keluarga berencana akan menentukan pula berhasil tidaknya usaha mewujudkan kesejahteraan bangsa Indonesia. Adapun strategi dalam pelayanan kontrasepsi yang dikembangkan selama ini adalah mengarah kepada pemakaian Metode Kontrasepsi yang Efektif Terpilih (MKET) yang terdiri dari *Intra Uterine Device* (IUD), Suntik, Susuk dan Kontrasepsi Mantap (Kontap) (BKKBN, 2016).

Menurut *World Health Organization* (WHO) penggunaan kontrasepsi telah meningkat di banyak bagian dunia, terutama di Asia dan Amerika Latin dan terendah di Sub-Sahara Afrika. Secara global, pengguna kontrasepsi modern telah meningkat tidak signifikan dari 54% pada tahun 1990 menjadi 57,4% pada tahun 2014. Cakupan peserta KB baru dan KB aktif di Indonesia pada tahun 2014 dengan jumlah Pasangan Usia Subur (PUS) sebanyak 47.019.002. Peserta KB baru sebesar 7.761.961 (16,15%) meliputi suntik sebanyak 3.855.254 (49,67%) (Depkes RI, 2014).

Sumatera Selatan merupakan salah satu propinsi yang cukup banyak menggunakan alat kontrasepsi suntik, Berdasarkan data yang diperoleh dari BKKBN propinsi Sumatera Selatan bahwa data yang tertinggi dalam memilih metode alat kontrasepsi untuk menghindari kehamilan, yaitu metode kontrasepsi suntik 43,78%, Pil 33,43%, IUD 11,23%, Implant 5,61%, Kondom 3,17% MOW 2,25%, dan MOP 0,27% (BKKBN, 2016).

Efek samping yang sering ditemukan pada akseptor kontrasepsi suntik adalah terganggunya pola haid diantaranya *amenore*, *menoragia*, dan *spotting*, kembalinya keseuburan setelah penghentian pemakaian, mengalami keterlambatan, dan peningkatan berat badan (Saefuddin dkk, 2012).

Kenaikan berat badan sebelum dan sesudah menggunakan kontrasepsi

suntik adalah 1-5 kg dalam tahun pertama. Rata-rata tiap tahun naik antara 2,3-2,9 kg meskipun penyebab pertambahan tidak terlalu jelas, hal ini karena bertambahnya lemak dalam tubuh, kurang olahraga, serta asupan makanan yang berlebihan dan bukan karena retensi cairan tubuh. Disamping itu juga karena pengaruh hormon progesteron menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisiik (Hartanto,2009).

Hasil penelitian Irianingsih (2011) tentang lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan didapatkan 41 responden dengan peningkatan Berat Badan dan 29 responden tidak mengalami peningkatan berat badan, jadi akseptor yang menggunakan kontrasepsi 3 bulan lebih dari 1 tahun lebih beresiko mengalami peningkatan berat badan. Berdasarkan data Akseptor KB suntik 3 bulan di bidan Praktek Mandiri Maimunah pada tahun 2014 sebanyak 321 orang, dan pada tahun 2015 sebanyak 202 orang dan pada tahun 2016 yaitu sebanyak 304 orang.

Dari uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Lama Penggunaan Kontrasepsi terhadap kenaikan berat badan Akseptor KB Suntik 3 bulan di Bidan Praktek Mandiri Maimunah Palembang tahun 2017".

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian survey analitik dengan pendekatan kuantitatif menggunakan rancangan cross sectional. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua ibu yang menggunakan KB suntik 3 bulan yang tercatat di BPM Maimunah tahun 2016 sebanyak 104 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling dimana semua populasi dijadikan sampel. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 92 orang yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian dilakukan di BPM Maimunah Palembang. Pengambilan data dilakukan pada bulan Januari 2017. Proses selama persiapan, pengambilan data, penelitian serta publikasi telah mendapat persetujuan dari BPM Maimunah Paembang. Instrumen pengumpulan data adalah check list dengan menggunakan data sekunder. Analisa data menggunakan teknik analisis univariat dan Bivariate dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

## HASIL PENELITIAN

### *Analisa Univariat*

Analisa univariat pada umumnya analisa ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dari tiap tiap variabel.

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 92 responden yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan  $\geq 1$  tahun sebanyak 59 responden (64,1%) lebih besar jika dibandingkan

dengan responden yang menggunakan kontrasepsi suntik  $< 1$  Tahun sebanyak 33 responden (35,9%). Dan dari 92 responden mengalami kenaikan berat badan  $\geq 1$  kg sebanyak 66 responden (71,7%) lebih besar dibandingkan dengan responden yang mengalami kenaikan BB  $< 1$  kg sebanyak 26 responden (28,3%).

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Analisa Univariat (n=92)

No	Variabel	f	%
1.	Lama Penggunaan		
	$\geq 1$ tahun	59	64,1
	$< 1$ Tahun	33	35,9
	Jumlah	92	100
2.	Kenaikan BB		
	$\geq 1$ kg	66	71,7
	$< 1$ kg	26	28,3
	Jumlah	92	100

### *Analisa Bivariat*

Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel independen (Lama penggunaan kontrasepsi) dengan variabel dependen (Kenaikan BB Akseptor KB Suntik 3 bulan). Uji statistik yang digunakan adalah *chi square*.

Berdasarkan tabel 2 dari 92 responden terdapat 59 yang menggunakan kontrasepsi  $\geq 1$  tahun dan mengalami kenaikan BB  $\geq 1$  kg sebanyak 58 responden (98,3%) dan yang mengalami kenaikan BB  $< 1$  kg sebanyak 1 responden (28 %), dari 33 responden yang menggunakan kontrasepsi  $< 1$  Tahun dan mengalami kenaikan BB  $\geq 1$  kg sebanyak 8 responden (24,2%) dan mengalami kenaikan BB  $< 1$  kg sebanyak 25

responden (41,4%) Hasil analisis menunjukkan  $p\text{-value} = 0,000 \leq \alpha 0,05$  artinya  $H_0$  ditolak, ada hubungan lama penggunaan Kontrasepsi suntik terhadap Kenaikan Berat Badan Akseptor KB suntik 3 bulan di BPM Maimunah Palembang.

## PEMBAHASAN

### *Lama Penggunaan Kontrasepsi*

Berdasarkan distribusi frekuensi lama penggunaan kontrasepsi hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 92 responden yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan  $\geq 1$  tahun sebanyak 59 responden (64,1%) lebih besar jika dibandingkan dengan responden yang menggunakan kontrasepsi suntik  $< 1$  Tahun sebanyak 33 responden (35,9%).

KB Suntik 3 Bulan adalah jenis Suntikan KB yang mengandung hormon Depo Medroxyprogesterone Acetate (hormon progestin) dengan volume 150 mg. Alat kontrasepsi ini

diberikan setiap 3 bulan atau 12 Minggu. Suntikan pertama diberikan 7 hari pertama saat periode menstruasi atau 6 minggu setelah persalinan (Saefuddin, 2012)

Penelitian Mentari Moloku dkk (2016) dapat disimpulkan dari 42 responden menunjukkan bahwa responden dengan lama pemakaian 6-22 bulan sebanyak 24 responden (57,1%) sedangkan lama pemakaian 23-39 bulan sebanyak 18 responden (42,9%) hal ini menunjukkan sebagian besar responden memilih kontrasepsi suntik 3 bulan dengan lama pemakaian lebih dari 1 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian ini sebagian besar dari Akseptor KB memilih kontrasepsi suntik 3 bulan dengan lama penggunaan lebih dari 1 tahun karena efektifitas dari KB menunda kesuburan untuk memiliki anak bagi ibu yang membatasi jumlah anak.

Tabel 2. Lama penggunaan kontrasepsi terhadap Kenaikan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan

No	Lama Penggunaan Kontrasepsi	Kenaikan BB				Total	p. Value		
		$\geq 1$ kg		< 1 kg					
		n	%	n	%				
1.	$\geq 1$ tahun	58	98,3	1	28,0	59	100		
2.	< 1Tahun	8	24,2	25	41,4	33	100		
<b>Total</b>		<b>66</b>	<b>71,7</b>	<b>26</b>	<b>28,3</b>	<b>92</b>	<b>100</b>		

### *Kenaikan Berat Badan Akseptor KB suntik 3 Bulan*

Berdasarkan distribusi frekuensi Kenaikan BB Akseptor KB suntik 3 bulan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 92 responden mengalami

kenaikan berat badan  $\geq 1$  kg sebanyak 66 responden (71,7%) lebih besar dibandingkan dengan responden yang mengalami kenaikan BB  $< 1$  kg sebanyak 26 responden (28,3%).

Umumnya pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1-5 kg dalam tahun pertama. Penyebab pertambahan tidak terlalu jelas, hal ini terjadi karena bertambahnya lemak dalam tubuh dan bukan karena retensi cairan tubuh. Hipotesa para ahli, kontrasepsi suntikan dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya (Hartanto, 2009).

Penelitian Mentari Moloku dkk (2016) dapat disimpulkan dari 42 responden menunjukkan bahwa responden yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 30 responden (71,4%) sedangkan berat badan tetap sebanyak 11 responden (28,6%) dan menurun sebanyak 1 responden (2,4%). Berdasarkan hasil penelitian ini sebagian besar akseptor KB suntik 3 bulan mengalami kenaikan berat badan hal ini dikarenakan hormon progesteron yang terkandung dalam kontrasepsi suntik 3 bulan merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus sehingga nafsu makan meningkat.

#### *Hubungan antara Usia dengan Kejadian Pre Eklampsia*

Hasil penelitian menunjukkan dari 92 responden terdapat 59 yang menggunakan kontrasepsi  $\geq 1$  tahun dan mengalami kenaikan BB  $\geq 1$  kg sebanyak 58 responden (98,3%) sedangkan dari 33 responden yang menggunakan kontrasepsi  $< 1$  Tahun dan mengalami

kenaikan BB  $\geq 1$  kg sebanyak 8 responden (24,2%). Hasil analisis bivariat menunjukkan  $p\text{-value} = 0,000 \leq \alpha 0,05$ , artinya  $H_0$  ditolak, ada hubungan lama penggunaan Kontrasepsi suntik terhadap Kenaikan Berat Badan Akseptor KB suntik 3 bulan.

Menurut Irianto, (2014) peningkatan progesteron menyebabkan perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak dibawah kulit bertambah. Selain itu *depomedroxy progesteron* dapat merangsang aktivasi hormon glukokortikoid reseptor dan dalam dosis yang tinggi dapat mengubah metabolisme lemak, hal ini dapat menyebabkan penumpukan lapisan lemak yang menyebabkan kenaikan BB (Bakri dkk, 2008).

Secara teoritis kontrasepsi suntik 3 bulan bisa menimbulkan kenaikan berat badan karena retensi cairan ekstra selular yang menimbulkan kesan gemuk dan meningkatkan berat badan. Hal ini berkaitan dengan adanya penambahan kadar hormone estrogen dalam tubuh, bertambahnya lemak dalam tubuh, selain itu karena adanya ketidaksesuaian antara asupan kalori dengan aktivitas sehari-hari, penimbunan lemak pada akseptor KB suntik 3 bulan juga dapat ditimbulkan karena efek metabolisme hormon akibat peningkatan kadar estrogen dan progesteron dalam darah, Peningkatan kadar progesterone menyebabkan bertambahnya nafsu makan (Hartanto, 2009).

Menurut hasil penelitian yang dilakukan Mentari Moloku (2016) menyatakan bahwa ada hubungan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan dengan nilai p value =  $0,004 \leq \alpha 0,05$ .

Berdasarkan hasil penelitian ini peneliti berpendapat bahwa ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi terhadap kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan. Penyebab penambahan berat badan karena aktivasi hormon glukorkortikoid meningkatkan penyimpanan lemak, peningkatan progesteron mengaktifkan set point di hipotalamus sehingga nafsu makan akseptor KB suntik 3 bulan meningkat.

## SIMPULAN DAN SARAN

### *Simpulan*

Berdasarkan hasil penelitian Lama penggunaan kontrasepsi terhadap kenaikan berat badan Akseptor KB suntik 3 bulan dapat disimpulkan:

1. Dari 92 responden lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan  $\geq 1$  tahun sebanyak 59 responden (64,1%) dan  $< 1$  Tahun sebanyak 33 responden (35,9%).
2. Dari 92 responden mengalami kenaikan berat badan  $\geq 1$  kg sebanyak 66 responden (71,7%) dan Kenaikan berat badan  $< 1$  kg sebanyak 26 responden (28,3%).
3. Ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi terhadap kenaikan BB akseptor KB suntik 3 bulan dengan nilai p-value = 0,000.

### Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan  
Penelitian ini agar dapat menambah informasi baru tentang kelebihan dan kekurang menggunakan kontrasepsi
2. Bagi bidan Praktek Mandiri  
Sebagai bahan masukan dan sumber informasi mengenai hubungan lama penggunaan kontrasepsi dengan kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan dan lebih meningkatkan informasi tentang kelebihan dan kekurangan menggunakan kontrasepsi hormonal.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Disarankan untuk peneliti selanjutnya untuk dapat melanjutkan penelitian dengan variabel dan metodologi yang berbeda yang serta dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya.

## REFERENSI

- Arum, Diyah N.S & Sujiyatini.( 2011). *Panduan Lengkap Pelayanan KB Terkini*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Bakri, S & Abdullah, A. (2008). *Effect of Depo Medroxyprogesterone (DMPA) on Body weight and serum Lipid Profile In adult Female Rats*, Journal of biochemistry & molekuler Biology.
- BKKBN. (2016). *Rapat pengendalian program dan anggaran kependudukan, keluarga berencana dan pembangunan keluarga*

- Depkes. (2014). *Cakupan peserta Keluarga Berencana Nasional*. Jakarta: Laporan Depkes. <http://www.riskesdas.litbang.depkes.go.id>
- Handayani, Sri. (2010). *Buku ajar pelayanan keluarga berencana*. Yogyakarta: PustakaRihama.
- Hartanto,Hanafi.(2009).*Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pusat pustaka sinar jaya.
- Irianto K. (2014). Kesehatan Reproduksi dan Gizi seimbang. Penerbit Alfabeta Bandung
- Irianingsih, H (2011). Hubungan lama pemakaian KB suntik 3 bulan Depo progestin dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Klego II Kab. Boyolali, Skripsi, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- K, IcemiSukari&Wahyu. 2013. *Buku ajar keperawatan maternitas*. Yogyakarta: NuhaMedika.
- Lestari, Titik. (2015). *Kumpulan teori untuk kajian pustaka penelitian kesehatan*. Yogjakarta: NuhaMedika.
- Mentari Moloku. (2016). *Hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan di Puskesmas Ronomuut Manado*. Jurnal Keperawatan Volume 4 no.1.
- Manuaba, Ida Ayu Chandranita, dkk.( 2010). *Ilmu kebidanan, penyakit kandunga, dan KB, untuk pendidikan bidan*. Jakarta : EGC.
- Marmi. (2013). *Kesehatan reproduksi*. Yogyakarta: PustakaBelajar.
- Notoatmodjo, Soekidjo.(2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: RinekaCipta
- Purwaningsih, Wahyu&Fatmawati Siti. 2012. *Asuhan keperawatan maternitas*. Yogyakarta: NuhaMedika.
- Saefuddin, A.B, Affandy,& Enquito, R.L.U (2012). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Yayasan Bina Pustaka Prawirohadjo.
- Sulistyawati, Ari. 2012. *Pelayanan keluarga berencana*. Jakarta: Salemba Medika.