

Pengaruh Waktu Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Perubahan Berat Badan pada Ibu di Klinik Abi Ummi Dw Sarmadi Palembang Tahun 2022

Ratna Dewi¹, Umi Solekah², Cucu Fitrotin³

¹Prodi DIII Kebidanan STIKes Pondok Pesantren Assanadiyah, Palembang, Indonesia

^{2,3}Prodi DIII Kebidanan STIKes Pondok Pesantren Assanadiyah, Palembang, Indonesia

ratnadewiandira@gmail.com

Abstract: *Injectable contraception is contraception in the form of a liquid containing the hormone progesterone which is injected into a woman's body periodically (1 month or 3 months). Weight gain due to the influence of hormonal contraception ranges from 1-5 kg in the first year. The cause of weight gain is the hormone progesterone which can stimulate the appetite control center so that there is an increase in appetite and the hormone estrogen increases the speed of gluconeogenesis so that it can increase glucose levels in the blood, if glucose is not used it will be stored back in the form of fat. The more lipids are formed, the energy reserves in adipose tissue will increase, usually found in the upper arms, hips, thighs, abdomen and chest, if not balanced with a healthy lifestyle such as regular exercise and proper diet so that an increase in body weight is not controlled (obesity). The aim of the study was to determine the effect of the duration of using 3 months of injectable birth control on changes in the mother's weight. The study used an analytic survey method with a cross sectional approach. The total sampling research sample is 46 respondents. The results of the study obtained an average length of time to use KB injections of 3 months, a minimum score of 10 and a maximum of 36 was obtained, with a mean of 19.56, a median of 19 and an SD of 5.21 and an increase in body weight obtained a minimum score of 1 and a maximum of 4, with a mean of 1.86, Median 2 and SD 0.86. The results of the linear regression test found that the p value was 0.00, which means that there was an effect of the duration of using 3 months of injection contraception on weight gain. It is hoped that counseling can be carried out about types of contraception and their side effects to mothers so that they can choose the right contraception*

Keywords: *3 months injectable contraception, body weight*

Abstrak: Kontrasepsi suntik adalah kontrasepsi berupa cairan yang berisi hormon progesterone yang disuntikan kedalam tubuh wanita secara periode (1 bulan atau 3 bulan sekali). Peningkatan berat badan akibat pengaruh kontrasepsi hormonal berkisar antara 1-5 kg dalam tahun pertama. Penyebab peningkatan berat badan adalah hormone progesterone yang dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan sehingga terjadi peningkatan nafsu makan dan hormone estrogen meningkatkan kecepatan gluconeogenesis sehingga dapat meningkatkan kadar glukosa dalam darah, bila glukosa tidak digunakan akan disimpan kembali dalam bentuk lemak. Semakin banyak lipid terbentuk maka cadangan energi didalam jaringan adipose akan semakin meningkat, biasanya terdapat pada lengan atas, pinggul, paha, perut, dan dada, jika tidak diimbangi dengan pola hidup sehat seperti olahraga teratur dan pola makan yang benar sehingga peningkatan berat badan yang tidak terkontrol (Obesitas). Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan ibu. Penelitian menggunakan metode survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian total sampling berjumlah 46 responden. Hasil penelitian didapat rata-rata lama waktu pemakaian KB suntik 3 bulan didapatkan skor minimum 10 dan maksimum 36, dengan Mean 19,56, Median 19 dan SD 5,21 dan kenaikan BB didapatkan skor minimum 1 dan maksimum 4, dengan Mean 1,86, Median 2 dan SD 0,86. Hasil uji regresi linier didapatkan bahwa nilai p value 0,00 yang berarti ada pengaruh lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan. Diharapkan dapat dilakukan penyuluhan tentang jenis kontrasepsi dan efek sampingnya kepada ibu sehingga bisa memilih kontrasepsi secara tepat

Kata kunci: kontrasepsi suntik 3 bulan, berat badan

Pendahuluan

Keluarga Berencana (KB) merupakan usaha mengukur jumlah dan jarak anak yang diinginkan. Dalam memilih metode kontrasepsi, wanita harus menimbang berbagai faktor, efek

samping potensial suatu metode, konsekuensi terhadap kehamilan yang tidak diinginkan, kerja sama pasangan dan norma budaya mengenai kemampuan mempunyai anak (Ari, 2011).

Kontrasepsi suntik adalah kontrasepsi berupa cairan yang berisi hormon progesterone yang disuntikan kedalam tubuh wanita secara periode (1 bulan sekali atau 3 bulan sekali). Keuntungan menggunakan KB suntik adalah praktis, efektif dan aman dengan tingkat keberhasilan lebih dari 99%. Tidak membatasi usia dan obat KB suntik yang 3 bulan sekali tidak mempengaruhi ASI dan cocok untuk ibu menyusui. Efek samping kontrasepsi suntik yang paling utama gangguan pola haid, sedangkan efek samping lain tidak kalah pentingnya adalah adanya peningkatan berat badan antara 1-5 kg. penyebab peningkatan berat badanya belum jelas. Kenaikan berat badan, kemungkinan disebabkan karena hormone progesterone mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga di bawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik (Mudrikatin, 2012).

Cara kerja kontrasepsi DMPA mencegah terjadinya ovulasi dengan menekan pembentukan gonadotropin releasing hormone dari hipotalamus maka dapat mengalami efek samping berupa gangguan pola haid. Selain itu efek samping dari penggunaan kontrasepsi ini diantaranya berupa mual, hipertensi, jerawat dan peningkatan berat badan (Saifuddin, 2010).

Efek samping yang sering terjadi adalah peningkatan berat badan. Berdasarkan penelitian Veidi yang membandingkan efek samping dari pengguna kontrasepsi suntik DMPA menyatakan sebanyak 60 (48%) akseptor DMPA mengalami peningkatan berat badan sedangkan pengguna kontrasepsi suntik Cyclofem sebanyak 25 (20%) akseptor mengalami peningkatan berat badan. Penelitian palimbo dan widodo di wilayah kerja puskesmas Lok Baitan tentang hubungan penggunaan suntik KB 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada wanita akseptor KB menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ($p=0,002$) (Palimbo & Veisi, 2013).

Perubahan berat badan merupakan efek samping tersendiri dari pemakaian suntik KB, terutama pemakaian suntikan DMPA (*Depo Medroxy Progesteron Acetat*). Efek penambahan berat badan pada suntik DMPA disebabkan karena DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya (Wiknjosatro, 2007).

Pada umumnya peningkatan berat badan akibat pengaruh kontrasepsi hormonal berkisar antara 1 kg – 5 kg dalam tahun pertama. Penggunaan kontrasepsi suntik DMPA > 1 tahun mempunyai pengaruh terhadap peningkatan berat badan (Hartanto, 2010). Berdasarkan hasil penelitian Liando, (2015) menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di puskesmas

Kumelembuai kabupaten minahasa selatan tahun 2015. ($p=0,021$) dan penelitian Diana menyatakan terdapat hubungan antara lama pemakaian KB suntik DMPA dengan perubahan berat badan ($p=0,587$).

Penyebab dari peningkatan berat badan adalah hormone progesterone yang dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan sehingga terjadi peningkatan nafsu makan dan hormone estrogen meningkatkan kecepatan gluconeogenesis (perubahan karbohidrat dan gula) sehingga dapat meningkatkan kadar glukosa dalam darah, bila glukosa tersebut tidak digunakan akan disimpan kembali dalam bentuk lemak. Semakin banyak lipid terbentuk maka cadangan energy di dalam jaringan adipose akan semakin meningkat, biasanya terdapat pada lengan atas, pinggul, paha, perut, dan dada. Hal ini tentu saja akan semakin memburuk jika tidak dikontrol dan tidak diimbangi dengan pola hidup sehat seperti olahraga teratur dan pola makan yang benar sehingga peningkatan berat badan yang tidak terkontrol (Obesitas) tidak dapat dihindari (Hartanto, 2010 & Mumpuni, 2010).

Lama penggunaan kontrasepsi 3 bulan menunjukan dari 34 akseptor yang menggunakan KB suntik 3 bulan kurang dari 1 tahun dan 36 akseptor yang menggunakan KB suntik 3 bulan lebih dari 1 tahun. Hasil 41 responden dengan peningkatan berat badan dan 29 responden tidak mengalami peningkatan berat badan, jadi akseptor yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan lebih dari 1 tahun lebih beresiko mengalami peningkatan berat badan (Irianingsih, 2011). Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti "Pengaruh waktu pemakaian alat kontrasepsi suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan pada ibu di Klinik Abi Ummi DW Sarmadi Palembang tahun 2022".

Metode

Penelitian menggunakan metode survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian adalah seluruh ibu yang menjadi akseptor KB suntik 3 bulan di klinik Abi Ummi DW Sarmadi Palembang. Sampel penelitian dilakukan dengan teknik total sampling berjumlah 46 responden. Penelitian dilaksanakan pada April 2022, instrumen dalam penelitian adalah lembar kuisioner.

Hasil dan Pembahasan

1. Analisis Univariat

a. Rata-rata lama waktu pemakaian KB suntik 3 bulan dan kenaikan berat badan

Tabel 1. Rata-rata lama waktu pemakaian KB suntik 3 bulan dan kenaikan berat badan ibu di klinik Abi Ummi DW Sarmadi Palembang tahun 2022

Variabel	Mean	SD	Median	Min	Max
Lama waktu pemakaian KB suntik 3 bulan	19,56	5,21	19	10	36
Kenaikan BB	1,86	0,86	2	1	4

Berdasarkan data di atas rata – rata lama waktu pemakaian KB suntik 3 bulan didapatkan skor minimum 10 dan maksimum 36, dengan Mean 19,56, Median 19 dan SD 5,21 dan kenaikan BB didapatkan skor minimum 1 dan maksimum 4, dengan Mean 1,86, Median 2 dan SD 0,86.

2. Analisis Bivariat

a. Pengaruh lama waktu pemakaian kontrasepsi KB suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan ibu

Tabel 2. Pengaruh Lama Waktu Pemakaian KB Suntik 3 Bulan dengan Perubahan Berat Badan Ibu di Klinik Abi Umami DW Sarmadi Palembang tahun 2022

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	-1.034	.263		-3.934	.000
Lama waktu pemakaian KB suntik 3 bulan	.148	.013	.890	11.389	.000

Dari data hasil uji regresi linier didapatkan bahwa nilai p value 0,00 yang berarti ada pengaruh lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan.

Pembahasan

Dari hasil penelitian dapat dilihat nilai p value 0,00 yang berarti ada pengaruh lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan. Teori menurut Irianto 2014, bahwa kontrasepsi suntik 3 bulan lebih mempengaruhi pada peningkatan berat badan karena rangsangan di hipotalamus yang menyebabkan nafsu makan meningkat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Moloku (2016) mengenai hubungan lama pemakaian lama kontrasepsi suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan di Puskesmas Ranomuut Manado, dimana didapatkan adanya hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan pada ibu. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2014) mengenai hubungan lama pemakaian kb suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di BMP Desa Kalirejo Kecamatan Sumber Malang Kabupaten Situbondo.

Dengan jangka waktu penggunaan kontrasepsi suntik (DMPA) yang lama 17 ibu (51,5%) hal ini ditunjang dengan penelitian yang dilakukan oleh Liando (2015), terdapat hubungan yang bermakna antara jangka waktu penggunaan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA (Depo Medroksi Progesterone Asetat). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Pratiwi (2014) mengenai hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan peningkatan berat badan.

Penelitian yang dilakukan oleh Palimbo (2013) bahwa dari 52 responden dengan penggunaan KB suntik 3 bulan lebih dari satu tahun berjumlah 38 orang yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 326 orang, sedangkan penggunaan kurang dari satu tahun berjumlah 14 orang yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 3 orang. Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan antara KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada wanita akseptor KB suntik di wilayah kerja puskesmas Lok Baitan Kecamatan Sungai Tabuk dimana hasil analisis uji *chi-square* diperoleh nilai $p=0,002 < 0,05$.

Berdasarkan hasil penelitian, di dukung berdasarkan teori dan penelitian terkait diatas, peneliti berasumsi kenaikan berat badan disebabkan oleh hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah.

Kesimpulan

1. Rata – rata lama pemakaian KB suntik 19,56 bulan.
2. Rata – rata kenaikan BB ibu yaitu 1,86.
3. Ada pengaruh lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan BB ibu dengan nilai $p = 0,000$.

Ucapan Terima Kasih

1. Pimpinan klinik Abi Umami DW Sarmadi Palembang
Terima kasih atas bantuan dalam proses pelaksanaan penelitian sehingga berjalan lancar.
2. Pimpinan stikes pondok pesantren assanadiyah Palembang
Terima kasih karena sudah mewadahi dosen dalam melaksanakan tridarma perguruan tinggi sebagai dosen dibidang penelitian.

Referensi

- Affandi, Biran. 2012. Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi. Jakarta : Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Anggraeni, A. C. (2012). *Asuhan gizi nutrisi*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Ari, S (2011). Pelayanan Keluarga Berencana. Jakarta: Salemba Medika

- Hartanto, H. (2010). *Keluarga Berencana Dan Kontrasepsi*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan
- Kementerian Kesehatan R.I. 2013. *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Liando, H. (2015). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik dmpa (Depo medroxy Progesteron Acetat) di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan*. <http://ejournal.unsrat.ac.id>
- Mampuni Y, Wulandari A. 2011. Cara Jitu Mengatasi Berat Badan. Yogyakarta : ANDI.
- Marmi. 2015. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Moloku M, 2016. Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Perubahan Berat badan di Puskesmas Ranomuut Manado.
- Mudrikatin, S., 2012, Hubungan Kontrasepsi KB Suntik 3 Bulan DMPA pada Akseptor KB dengan Peningkatan Berat Badan di Puskesmas Jabon Jombang, Sain Med Jurnal Kesehatan, 4:1.
- Palimbo, A. (2013). *Hubungan penggunaan kb suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada wanita akseptor kb di Wilayah kerja Puskesmas Lok Baintan*. <http://stikes.ac.id>.
- Pinem. 2009. Kesehatan Reproduksi dan Kontrasespsi. Jakarta : Trans Info Medika.
- Pratiwi, 2014. Hubungan Antara Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB di Puskesmas Lapai Kota Padang. Skripsi Universitas Andalas.
- Purwanti. 2016 Faktor Penentu Peningkatan Berat Badan. Bandung : Sinar Medika Harapan.
- Saifuddin. 2010. Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi. Jakarta : Yayasan Bina pustaka
- Setiadi. (2007). Konsep dan praktik penulisan riset keperawatan. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Setianingrum, P., 2016, Hubungan antara Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik dengan Tekanan Darah pada Akseptor Kb Suntik di Puskesmas Delanggu Klaten, Skripsi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Suratun. 2008. Pelayanan KB dan Kontrasepsi. Jakarta : Trans Info Medika.
- Winkjosastro. H. 2007. *Ilmu Kandungan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo.