



## Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Perubahan Berat Badan

Rosidah., S.ST., M.Kes

Politeknik Kesehatan Bhakti Pertiwi Husada Kota Cirebon

Email : ndakeenar@gmail.com

Abstrak

**Pendahuluan:** Kontrasepsi merupakan cara untuk mencegah dan menjarangkan kehamilan serta merencanakan jumlah anak untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga sehingga dapat memberikan perhatian dan pendidikan yang maksimal pada anak. Setiap jenis kontrasepsi yang digunakan mempunyai kelebihan dan kekurangan. Kontrasepsi suntik merupakan kontrasepsi yang paling sering dipilih wanita dalam mengatur dan menjarangkan kehamilan. Efek samping penggunaan kontrasepsi suntik dapat menyebabkan peningkatan berat badan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan berat badan di BPM Sri Resnawati, S.Tr. Keb. Rancangan penelitian ini menggunakan penelitian analitik dengan pendekatan cross sectional. Subjek penelitian ini adalah 78 ibu akseptor suntik di BPM Sri Resnawati, S.Tr. Keb. Dari hasil penelitian didapatkan nilai P Value 0.019 karena P Value <(0.05), maka kesimpulan dalam penelitian ini Ho ditolak artinya hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan berat badan pada ibu akseptor suntik di BPM Sri Resnawati, S.Tr. Keb.

Kata kunci

Kontrasepsi Suntik, Berat Badan.

Abstract

*Contraception is a way to prevent and space pregnancies as well as to plan the number of children to improve family welfare so that they can provide maximum attention and education to children. Each type of contraception used has advantages and disadvantages. Injectable contraception is the contraceptive that is most often chosen by women to regulate and regulate pregnancy. Side effects of using injections can cause weight gain. This study was conducted to determine the relationship between the use of injectable contraceptives with changes in body weight at BPM Sri Resnawati, S.Tr. keb. This research design uses analytic research with cross sectional approach. The subjects of this study were 78 mothers of injection acceptors at BPM Sri Resnawati, S.Tr. keb. From the results of the study, it was found that the P Value was 0.019 because P Value < (0.05), so the conclusion in this study Ho was rejected, meaning that this indicates a significant relationship between the use of injectable contraceptives and changes in body weight in injection acceptor mothers at BPM Sri Resnawati, S.Tr. keb.*

keywords

*Injectable Contraception, Body Weight.*

## Pendahuluan

Keluarga Berencana adalah upaya untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas melalui promosi, perlindungan, dan bantuan dalam mewujudkan hak-hak reproduksi serta penyelenggaraan pelayanan, pengaturan dan dukungan yang diperlukan untuk membentuk keluarga dengan usia kawin yang ideal, mengatur jumlah, jarak, dan usi ideal melahirkan anak, mengatur kehamilan dan membina ketahanan serta kesejahteraan anak. Implant adalah alat kontrasepsi yang disusupkan dibawah kulit lengan atas sebelah dalam berbentuk kapsul silastik (lentur) panjangnya sedikit lebih pendek dari pada batang korek api dan dalam setiap batang mengandung hormon levonorgestrel yang dapat mencegah terjadinya kehamilan. (BKKBN, 2020).

Merencanakan keluarga dengan memakai alat kontrasepsi adalah upaya yang rasional di era milenial saat ini. Oleh karena itu sangat penting dalam merencanakan keluarga dengan memakai alat kontrasepsi baik yang hormonal maupun non hormonal. Alat kontrasepsi yang termasuk jenis hormonal yaitu: suntikan, pil dan implant, sedangkan yang non hormonal antara lain intrauterine device (IUD), Kondom dan Steril/ Metode Operasi Wanita/Pria (MOW & MOP). (BKKBN, 2020).

Menurut WHO (*World Health Organization*) Indonesia merupakan negara dengan jumlah penduduk terbanyak no. 4 di dunia, yaitu 259 jiwa (*world population data sheet*, 2018). Hal ini dapat dilihat dari peningkatan jumlah penduduk dari tahun 1991 yang berjumlah 119.208.229 orang menjadi 237.641.326 orang pada tahun 2010. Keluarga berencana (KB) memungkinkan pasangan usia subur untuk mengantisipasi kelahiran, mencapai jumlah anak yang mereka inginkan, dan mengatur jarak dan waktu kelahiran mereka. Hal ini dapat dicapai melalui penggunaan metode kontrasepsi dan tindakan infertilitas (WHO, 2018).

Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia angka pencapaian akseptor KB di Indonesia pada tahun 2021 dari 51.349.889, pasangan usia subur (PUS) sebanyak 39.655.811 telah menjadi akseptor KB aktif. Jumlah akseptor KB jangka Panjang seperti IUD sebesar 8,14% akseptor, metode operai wanita (MOW) 3,51% akseptor, metode operasi pria (MOP) 0,81% akseptor, kondom 1,28% akseptor, pil 20,24% akseptor, dan suntik 64,72% akseptor. (Profil Kesehatan Indonesia, 2021).

Berdasarkan data profil kesehatan Kabupaten Cirebon, jumlah pasangan usia subur (PUS) sebanyak 507,953 dengan jumlah alseptor KB secara keseluruhan sebanyak 385,549 akseptor. Jumlah akseptor KB IUD sebesar 34,866, MOW sebanyak 16,420 akseptor, MOP sebanyak 1,778 akseptor, Kondom sebanyak 14,671 akseptor, Implan sebanyak 36,438 akseptor, suntik sebanyak 196,188 akseptor dan Pil sebanyak 85,188 akseptor. (Profil Kesehatan Kabupaten Cirebon, 2021).

Kontrasepsi suntik Depo Medroksi Progesteron Acetat (DMPA) dan Cyclofem merupakan salah satu kontrasepsi yang paling sering dipilih wanita dalam mengatur dan menjarangkan kehamilan (Hartanto, 2005). 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 (Saifuddin, 2006). Kenaikan berat badan akibat penggunaan kontrasepsi suntik disebabkan retensi cairan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium dan efek metabolik hormonal meningkatkan nafsu makan (Wiknjosastro, 2018).

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. 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 (Mansjoer, 2017).

Berdasarkan data rekam medik yang didapat dari BPM Sri Resnawati S.Tr.Keb akseptor KB suntik 3 bulan dari bulan Januari 2022 sampai September 2022 didapatkan sebanyak 568 akseptor dan yang mengakui adanya peningkatan berat badan selama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan jenis suntik KB 3 bulan yang dipakai yaitu Medroxyprogesterone Acetate sebanyak 475 akseptor.

Dari beberapa data di atas maka penulis tertarik mengambil judul Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Perubahan Berat Badan Di Bpm Sri Resnawati S.Tr.Keb Kecamatan Talun Kabupaten Cirebon Tahun 2022.

## Metode

Rancangan penelitian ini menggunakan penelitian analitik dengan pendekatan cross sectional. Dalam penelitian ini variabel independen penggunaan kontrasepsi suntik dan variabel dependen yaitu perubahan berat badan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor KB baru di Bidan Praktek Mandiri Sri Resnawati Kecamatan Talun Kota Cirebon mulai bulan Januari 2019 sampai dengan Desember 2019 yang berjumlah 349 akseptor. Besarnya sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus slovin (Setiawan & Saryono, 2019 : 99).

jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 78 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini secara proporsi (*accidental sampling*) yaitu dengan cara siapapun yang tidak secara sengaja bertemu dengan peneliti dan sesuai dengan karakteristik maka orang tersebut dapat dijadikan sebagai [responden penelitian](#). Instrumen penelitian berupa kuesioner. Analisa data dilakukan dengan menggunakan uji hipotesis *Chi Square*

### Hasil Penelitian

#### Uji Univariat

Gambaran distribusi Frekuensi penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dan Perubahan berat badan di BPM Sri Resnawati, S.Tr. Keb adalah sebagai berikut:

Penggunaan Kontrasepsi Suntik	F	(%)
≤ 3 tahun	20	25.6
≥ 3 tahun	58	74.4
Total	78	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 78 akseptor KB suntik 3 bulan didapatkan akseptor suntik yang telah menggunakan kontrasepsi suntik selama ≤ 3 tahun sebanyak 25,6% dan ≥ 3 tahun sebanyak 74,4%.

#### Hasil Bivariat

Diperoleh dari 78 akseptor KB suntik 3 bulan didapatkan akseptor suntik yang mengalami kenaikan berat badan selama menggunakan suntik 51,3% dan yang tidak naik (turun dan tetap) sebanyak 48,7%.

Penggunaan Kontrasepsi Suntik	F	(%)
Naik	40	51.3
Tidak Naik	38	48.7
Total	78	100.0

Setelah dilakukan uji statistik chi-square dengan SPSS didapatkan nilai P Value 0.019 karena P Value <(0.05), maka Ho ditolak artinya ada hubungan yang signifikan antara Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Perubahan Berat Badan Di BPM Sri Resnawati, S.Tr. Keb Kecamatan Talun Kabupaten Cirebon Tahun 2022.

### Pembahasan

Hasil yang di dapat dari penelitian ini yaitu ada hubungan antara penggunaan kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan akseptor KB. Varney (2007) menyebutkan bahwa akseptor KB suntik akan mengalami kenaikan berat badan sebesar 0,1 sampai 2,9 kg pada tahun pertama pemakaian kontrasepsi suntik.

Penggunaan kontrasepsi suntik mempunyai efek samping perubahan berat badan pada pemakaian jangka panjang. Perubahan berat badan disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak banyak tertumpuk di bawah kulit selain itu hormon esterogen juga merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus menyebabkan nafsu makan meningkat, akseptor makan lebih banyak. Ibu yang menggunakan kontrasepsi suntik 1 tahun atau lebih mengalami pertambahan berat badan 5-10 kg (Hartanto, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan kenaikan berat badan selama penggunaan DMPA, hal ini disebabkan kontrasepsi suntik mengandung hormon progesteron dan estrogen yang merangsang pusat nafsu makan yang ada di hipotalamus. Bertambahnya nafsu makan maka karbohidrat yang dikonsumsi dan tidak diubah dalam bentuk energi maka dirubah menjadi lemak yang menyebabkan penumpukan lemak dan menyebabkan berat badan bertambah.

Penggunaan DMPA yang kurang dari 1 tahun menunjukan hasil banyak berat badan yang turun hal ini dapat di sebabkan 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 dominan mempengaruhi metabolisme didalam

tubuh kita, serta hereditas yang dapat terjadi di dalam suatu keluarga timbulnya sifat dominasi dalam hal menurunkan bentuk fisik keturunan. Ibu yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan mengalami kenaikan 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 2-3 kg dan yang lebih dari 1 tahun adalah 3-5 kg.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Penggunaan kontrasepsi suntik di BPM Sri Resnawati Kecamatan Talun Kabupaten Cirebon Tahun 2022 yang  $\leq 3$  tahun sebanyak 25,6% dan  $\geq 3$  tahun sebanyak 74,4%.
2. Berat badan ibu akseptor KB Suntik di BPM Sri Resnawati Kecamatan Talun Kabupaten Cirebon Tahun 2022 yang mengalami kenaikan sebanyak 51,3% dan yang tidak mengalami kenaikan 48,7%.
3. Ada hubungan penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan berat badan di BPM Sri Resnawati Kecamatan Talun Kabupaten Cirebon Tahun 2022. Hasil uji diperoleh nilai  $\chi^2$  hitung  $> \chi^2$  tabel dan nilai pvalue  $< 0,05$  yaitu 0,019.

### Saran

1. Bagi Bidan BPM Sri Resnawati, S.Tr. Keb  
Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan evaluasi pelayanan KB khususnya pada akseptor KB suntik 3 bulan agar meningkatkan pelayanan atau asuhan KB dalam pemberian konseling dan efek samping yang lebih instestif kepada akseptor KB suntik 3 bulan.
2. Bagi Institusi Pendidikan  
Diharapkan menambah pengetahuan gambaran karakteristik tentang KB suntik 3 bulan bagi mahasiswa dan sebagai bentuk pengabdian terhadap masyarakat dengan memberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan bagi masyarakat.
3. Bagi Peneliti  
Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat meningkatkan dan mengetahui faktor-faktor karakteristik dalam penggunaan KB suntik 3 bulan sehingga dapat diterapkan pada masyarakat pada saat dilapangan.
4. Bagi Akseptor KB Suntik 3 Bulan  
Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan akseptor KB suntik 3 bulan mengenai efek samping, kekurangan dan kelebihan pemakaian KB suntik

3 bulan. Serta untuk akseptor dengan berat badan yang berangsur-angsur turun selama 1 tahun penggunaan kontrasepsi suntik disarankan untuk berganti dengan penggunaan alat kontrasepsi lain, dan untuk akseptor KB suntik dengan berat badan berlebih (obesitas) sebaiknya beralih ke metode kontrasepsi lain dan lebih disarankan kontrasepsi non hormonal.

### Daftar Pustaka

- Andrew Gustnest Binalay, Silvy L Mandey, Christoffel M O Mintardjo. 2016. *Keluarga Berencana*. 4,1-2016.
- By admin. 2012. *Metode Penelitian*. Diakses pada 15 Juli 2022.
- Megalina Limoy, Katarina. 2017. *Hubungan antara karakteristik ibu dengan sikap dalam pemilihan alat kontrasepsi KB Suntik 3 Bulan*. 8,1-2018. Diakses pada 15 Juli 2022.
- Putri Handayani Setyaningsih. 2017. *Gambaran karakteristik akseptor KB suntik 3 bulan*. Diakses pada 16 Juli 2022.
- Raja Ayu Gustika, Etika Khoiriyah. 2018. *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang penggunaan KB Suntik 3 Bulan Pada Akseptor KB*. 01,2018. Diakses pada 16 Juli 2022.
- Retno yuniati. 2019. *Gambaran Karakteristik Akseptor Suntik*.
- Rina Hayati. 2019. *Pengertian Rancangan Penelitian Jenis Format dan Contohnya*. Diakses pada 16 Juli 2022.
- Sri Wahyuni Rustam. 2016. *Gambaran Tingkat pengetahuan pasangan Usia Subur Tentang alat Kontrasepsi Kondom Sebagai salah satu penceghan HIV/AIDS*. Diakses pada 16 Juli 2022.
- Sugeng Jitowiyono, Ns., M.Sc., Masniah Abdul Rouf. 2019. *Keluarga Berencana (KB) Dalam Persepektif Bidan*. Yogyakarta : PT. Pustaka Baru.
- Yetty Anggraeni,S.ST, SKM, Martini, Amd. Keb. SKM. 2011. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta : Rohima Press.
- Kemendes RI. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Notoatmodjo,S.(2017). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Mulyani, N.S. 2019. *Keluarga Berencana Dan Alat Kontrasepsi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sugeng Jitowiyono, Ns., M.Sc., Masniah Abdul Rouf. 2019. *Keluarga Berencana (KB) Dalam*

- Persepektif Bidan*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.
- Andrew Gustnest Binalay, Silvy L Mandey, Christoffel M O Mintardjo. 2016. *Keluarga Berencana*. 4,1-2016.
- Sugeng Jitowiyono, Ns., M.Sc., Masniah Abdul Rouf. 2019. *Keluarga Berencana (KB) Dalam Persepektif Bidan*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.
- Saifuddin, B.A.dkk. 2010. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Setiyaningrum, E. 2014. *Pelayanan Keluarga Berencana Dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Trans Info Media.
- BKKBN, 2020. *Hasil Pelaksanaan Sub System Pencatatan Dan Pelaporan Pelayanan Kontrasepsi*. Diakses pada tanggal 25 Juli 2022 melalui website [https://www.google.co.id/?gws\\_rd=cr,ssl&ei=jurnal+bkkbn](https://www.google.co.id/?gws_rd=cr,ssl&ei=jurnal+bkkbn)
- Irianingsih, 2011, "Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat badan Ibu Pengguna Alat Kontrasepsi Suntik" Diakses pada tanggal 25 Juli 2022 melalui website [http://www.eprints.ums.ac.id/27830/17/naskah\\_Publikasi.pdf](http://www.eprints.ums.ac.id/27830/17/naskah_Publikasi.pdf)
- Data rekam medik Praktek Mandiri Bidan Sri Resnawati., S.Tr. Keb, Januari 2022 sampai Agustus 2022.
- Data rekam medik Praktek Mandiri Bidan Sri Resnawati., S.Tr. Keb. Akseptor baru kontrasepsi suntik DMPA Januari 2019 sampai Desember 2019.

