

## Hubungan Antara Lama Menjadi Akseptor Kb Suntik 3 Bulan dengan Kejadian Peningkatan Berat Badan

Oleh

Fitriah<sup>1</sup>, Ahmaniyah<sup>2\*</sup>, Herlina Alvianti Ningsih<sup>3</sup>, Zahroh<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Wiraraja

Corresponding author: \* ahmaniyah.fik@wiraraja.ac.id

### ABSTRAK

Peningkatan berat badan sering dirasakan oleh pengguna akseptor KB suntik 3 bulan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara lama menjadi akseptor KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan. Jenis penelitian ini adalah **analitik korelasional dengan metode cross sectional**. Populasi penelitian adalah seluruh akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Kalianget per tahun 2019 (N=1128). Sampel penelitian adalah sebagian akseptor KB suntik 3 bulan (n=124) dengan menggunakan metode *simple random sampling*. Uji statistik menggunakan uji *Spearman's rho* untuk mengetahui hubungan antar dua variabel. Hasil penelitian didapatkan sebanyak 79,8% pengguna akseptor KB suntik 3 bulan mengalami kenaikan berat badan. Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara lamanya menjadi akseptor KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan ( $p=0,032$ ). Hampir seluruhnya pengguna akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Kalianget mengalami peningkatan berat badan. Ada hubungan antara lamanya menjadi akseptor KB suntik 3 bulan dengan kejadian peningkatan berat badan sejak tahun pertama pemakaian. Penelitian lebih lanjut tentang mekanisme kenaikan berat badan pengguna akseptor KB suntik 3 bulan perlu dilakukan untuk mengetahui secara lebih jelas tentang pemeran utama penyebab kenaikan berat badan tersebut.

**Kata kunci:** Akseptor KB, Suntik 3 Bulan, Berat Badan

### **ABSTRACT**

*The increase in body weight felt by users of 3-month injection KB acceptors. This study aims to determine the relationship between being a 3-month injection family planning acceptor with increased body weight. This type of research is correlational analytic with a cross-sectional method. The study population was all acceptors of 3-month injections at the Kalianget Community Health Center in 2019 (N=1128). The study sample was some acceptors of 3-month injection KB (n=124) using a simple random sampling method. Statistical test using Spearman's rho to determine the relationship between two variables. The results of the study were 79.8% of users of 3-month injection KB acceptors experienced weight gain. The results of statistical tests showed a relationship between the time of becoming an injectable family planning acceptor for three months with an increase in body weight ( $p=0.032$ ). Almost all users of 3-month injection KB acceptors at the Kalianget Health Center experienced an increase in body weight. There is a relationship between being a 3-month injection KB acceptor and the incidence of weight gain since the first year of use. Further research needs to find out more clearly about the main actors causing the weight gain on three-month acceptor family planning.*

**Keywords: acceptor family planning, 3-month injection, body weight**

#### **A. PENDAHULUAN**

Menurut WHO jumlah penggunaan kontrasepsi suntik di seluruh dunia yaitu sebanyak 4.000.000 atau sekitar 45%. Di Amerika Serikat jumlah penggunaan kontrasepsi suntik sebanyak 30% sedangkan di Indonesia kontrasepsi suntik merupakan salah satu kontrasepsi yang populer. Kontrasepsi di Indonesia paling banyak di minati yaitu kontrasepsi suntik sebesar 34,3% (RISKESDAS 2013).

Salah satu masalah terpenting yang dihadapi oleh negara berkembang seperti di Indonesia yaitu ledakan penduduk. Ledakan penduduk mengakibatkan laju pertumbuhan penduduk yang pesat hal ini karena minimnya pengetahuan serta pola budaya pada masyarakat setempat. Untuk mengatasi permasalahan tersebut pemerintah Indonesia telah menerapkan program keluarga berencana (KB) yang dimulai sejak tahun 1968 dengan mendirikan LKBN (Lembaga Keluarga Berencana Nasional) yang kemudian dalam perkembangannya menjadi BKKBN (Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional) (BKKBN 2013).

Pertumbuhan penduduk di Indonesia berkisar antar 2,15% hingga 2,49% per tahun. Tingkat pertumbuhan penduduk seperti itu dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu: kelahiran (fertilitas), kematian (mortalitas), dan perpindahan penduduk (migrasi). Pertumbuhan penduduk seperti dikemukakan di atas dapat dikatakan terlalu tinggi karena dapat menimbulkan berbagai persoalan, jadi apabila pertumbuhan penduduk di Indonesia tahun 1990 sebesar 2,15% pertahun diperlukan investasi sebesar  $2,15 \times 4 = 8,6\%$  per tahun. Sedangkan tingkat pertumbuhan GNP di Indonesia pada tahun yang sama hanya mencapai 4% per

tahun. Defisit antara kemampuan dan kebutuhan sebesar  $8,6\% - 4\% = 4\%$  yang ditutup dari pinjaman luar negeri (Arum and Diah noviawati 2009).

Di Jawa Timur pencapaian peserta KB aktif pada tahun 2012 telah mencapai 6.150.153 orang atau 126,46% dengan prevalensi 76,95% terhadap jumlah pasangan usia subur (PUS) 7.992.674 peserta. Akseptor pengguna metode kontrasepsi Non Hormonal terdiri dari IUD atau spiral sebanyak 14%, Medis Operatif Wanita 5 %, Medis Operatif Pria 0,4 %. Sementara pengguna kondom 1,5 %. Kemudian yang menggunakan metode kontrasepsi Hormonal terdiri dari pengguna KB suntik sebanyak 48,2 %, pil 21,01 %, implant 8,5 %. (Marliandiani 2011).

Berdasarkan hasil wawancara yang diperoleh dengan mewawancarai bidan koordinator UPT Puskesmas Kalianget pada tanggal 26 Maret 2019, dimana UPT Puskesmas Kalianget merupakan Puskesmas yang memiliki cakupan KB suntik 3 bulan tertinggi se kabupaten Sumenep, diperoleh data bahwa dari jumlah akseptor KB suntik 3 bulan baik yang baru maupun yang aktif yaitu sebanyak 1128 PUS merasakan efek samping selama mengikuti program KB suntik 3 bulan yaitu 55% peningkatan berat badan, 20% mengalami gangguan menstruasi, 15% pusing dan 10% mual. Kelemahan dari kontrasepsi suntik ini antarlain terganggunya pola haid diantaranya adalah amenorrhoe, menoragia dan muncul bercak (spotting), terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian, serta penambahan berat badan. (Hartanto 2004). Berat badan bertambah atau turun beberapa kilogram dalam beberapa bulan setelah pemakaian suntikan KB (Suratun 2009).

Pertambahan berat badan ini jika tidak segera ditanggulangi dapat menyebabkan obesitas. Obesitas sendiri dapat menyebabkan hipertensi, hyperkolesterol, serta hyperglukemia yang biasa dikenal dengan istilah 3 H. Berat badan pada akseptor KB seringkali bertambah karena adanya pengaruh hormonal yang terdapat dalam kandungan KB suntik, yaitu progesterone. (Hasyim 2017).

Dari uraian tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul "Hubungan antara lamanya menjadi akseptor KB suntik 3 bulan dengan kejadian peningkatan berat badan di wilayah kerja UPT Puskesmas Kalianget Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep".

## **B. METODE PENELITIAN**

*Observasional-analitik* dengan rancang bangun *cross sectional*. Populasi semua akseptor KB suntik 3 bulan berjumlah 1128 orang, sampelnya sebanyak 124 orang dipilih secara *simple random sampling*. (Notoatmodjo 2010). Pengumpulan data dengan kuesioner, wawancara, dan buku status KB. *Variabel independent* lamanya menjadi akseptor KB suntik 3 bulan, *variabel dependent* kenaikan berat badan. Uji statistik menggunakan uji *Spearman's*. Teknik Pengolahan Data dengan *editing, coding, entry data, cleaning*.

### C. HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Tabulasi Silang Lamanya menjadi akseptor KB suntik 3 bulan dengan Peningkatan berat badan pada Responden Wilayah Kerja Puskesmas Kalianget Kabupaten Sumenep

Lama penggunaan KB Suntik 3 bulan	Berat Badan						Total	
	Tetap		Naik		Turun		F	%
	F	%	F	%	F	%		
0-1 Tahun	16	29,6	33	61,1	5	9,3	54	100
1-2 Tahun	2	3,4	56	94,9	1	1,7	59	100
2-3 Tahun	1	16,7	5	83,3	0	0	6	100
3-4 Tahun	0	0	4	100	0	0	4	100
4-5 Tahun	0	0	1	100	0	0	1	100
Jumlah	19	15,3	99	79,8	6	4,8	124	100

*Spearman rho* (p = 0,032)

Dari hasil tabulasi silang pada tabel 1 menunjukkan bahwa akseptor yang ikut KB suntik 3 bulan selama 0-1 tahun sebagian besar mengalami kenaikan berat badan (61.1%), akseptor yang ikut KB suntik 3 bulan selama 1-2 tahun hampir seluruhnya mengalami kenaikan berat badan (94,9%), akseptor yang ikut KB suntik 3 bulan selama 2-3 tahun hampir seluruhnya mengalami kenaikan berat badan (83,3%), akseptor yang ikut KB suntik 3 bulan selama 3-4 tahun seluruhnya mengalami kenaikan berat badan (100%), dan akseptor yang ikut KB suntik 3 bulan selama 4-5 tahun seluruhnya mengalami kenaikan berat badan (100%). Dari hasil uji statistik *Spearman's* didapatkan nilai p = 0,032 dengan derajat kemaknaan 0,05 yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara lamanya menjadi akseptor KB suntik 3 bulan dengan kejadian peningkatan berat badan di Wilayah Kerja Puskesmas Kalianget Kabupaten Sumenep.

### D. PEMBAHASAN

Salah satu jenis kontrasepsi yang populer di Indonesia. Kontrasepsi suntikan adalah cara untuk mencegah kehamilan dengan melalui suntikan hormonal. Suntikan KB adalah Suatu cairan berisi zat untuk mencegah kehamilan selama jangka waktu tertentu (antara 1-3 bulan) (Wiknjosastro, 2009). Hasil uji statistic Chi-Square menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kenaikan berat badan dengan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan  $\alpha = 0,05$ .

Wanita yang menggunakan alat kontrasepsi Depo Medroxy Progesteron Acetate (DMPA) atau dikenal dengan KB suntik 3 bulan, rata-rata mengalami kenaikan berat badan dalam waktu tiga tahun pemakaian, berdasarkan penelitian yang dilakukan University of Texas Brank (Sastrariah 2016). Efek Samping yang

timbul dari penggunaan KB Suntik Depo Provera berupa gangguan haid seperti amenorea, menoragia dan spotting (Wiknjosastro 2009). Selain dari itu berat badan bertambah, penurunan libido, sakit kepala, pada system kardiovaskuler efeknya sangat sedikit, mungkin ada sedikit peninggian dari kadar insulin dan penurunan HDL Kolesterol yang menyebabkan hipertensi (Sumantri 2019). Efek samping dari kontrasepsi suntik yang paling tinggi frekunsinya yaitu peningkatan berat badan. Hipotesa dari para ahli DMPA merangsang pusat pengendalian nafsu makan hypothalamus, yang menyebabkan akseptor makan lebih dari biasanya (Hartanto). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Agustina (2011) menunjukkan adanya pengaruh yang menggunakan kontrasepsi DMPA terhadap kenaikan berat badan. Berdasarkan asumsi penelitian bahwa penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan mempengaruhi kenaikan berat badan. Hal ini disebabkan karena kontrasepsi suntik 3 bulan dapat merangsang pusat pengendalian nafsu makan dihipotalamus yang dapat menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya, sehingga berpotensi mengalami peningkatan berat badan (Apria Wilinda Sumantri, 2018) .

Hal tersebut juga disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah. keluhan lain para akseptor KB adalah sakit kepala yang sangat pada salah satu sisi atau seluruh bagian kepala dan terasa berdenyut disertai rasa mual yang amat sangat. (Hanifah, Kunsianah, and Sumini 2014).

Hal ini didukung oleh teori Nault (2013) yang mengungkapkan bahwa pemakai KB suntik yang hanya berisi progesteron bisa terjadi peningkatan 1-2 kg pada tahun pertama serta 4-10 kg setelah 3-5 tahun pemakaian kontrasepsi suntik (Nault et al. 2013). Teori Nault (2003) sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Palimbo (2013) bahwa ada hubungan yang signifikan antara lama pemakaian KB suntik DMPA dengan peningkatan berat badan akseptor (Adriana and Hariadi. 2013). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Ekawati (2010) terdapat pengaruh KB suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di Bidan Praktek Swasta (BPS) Siti Syamsiah Wonokorto Wonogiri, di dapatkan adanya pengaruh KB suntik DMPA dengan peningkatan berat badan (Ekawati, 2010). Penelitian Ekawati sejalan dengan penelitian Sriwahyuni (2010) mengenai hubungan jenis dan lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan.

Kenaikan berat badan di antara pengguna Depo-Provera terkait dengan nafsu makan mereka yang lebih tinggi dan selanjutnya konsumsi makanan yang lebih tinggi sebagai akibat dari modifikasi pusat kendali nafsu makan hipotalamus oleh Depo-Provera. Bertentangan dengan penelitian sebelumnya, temuan Lange menunjukkan bahwa kenaikan berat badan terkait Depo-Provera tidak dapat dijelaskan dengan hubungan langsung yang sederhana dengan peningkatan

konsumsi makanan. Oleh karena itu, peran nafsu makan dan asupan makanan untuk penambahan berat badan terkait Depo-Provera masih harus diklarifikasi (Zerihun dkk, 2019).

#### **E. KESIMPULAN DAN SARAN**

Ada hubungan antara lamanya menjadi akseptor KB suntik 3 bulan dengan kejadian peningkatan berat badan di wilayah kerja UPTD Puskesmas.

Adapun saran bagi tenaga kesehatan khususnya yang berada di pelayanan KB, sebaiknya memberikan informasi tentang kemungkinan peningkatan berat badan karena penggunaan KB suntik 3 bulan kepada ibu atau calon pengguna KB, karena ibu yang sudah memiliki berat badan yang lebih atau *over weight* berhubungan dengan kejadian sindrom metabolik yang mengarah pada peningkatan resiko penyakit degeneratif, sehingga penggunaan suntik KB 3 bulan perlu dipertimbangkan lebih lanjut.

#### **F. DAFTAR PUSTAKA**

- Adriana, Palimbo, And Widodo Hariadi. 2013. "Hubungan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Wanita Akseptor KB Di Wilayah Kerja Puskesmas Lok Baintan."
- Arum, And Diah Noviwati. 2009. "Panduan Lengkap Pelayanan KB. Yogyakarta: Nuha Medika."
- BKKBN. 2013. *Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN)*.
- Ekawati, Desi. 2010. "Pengaruh KB Suntik DMPA Terhadap Peningkatan Berat Badan Di Bps Siti Syamsiyah Wonokarto Wonogiri."
- Hanifah, Adni, Kunsianah, And Sri Sumini. 2014. "Hubungan Lama Pemakaian KB Suntik 3 Bulan Dengan Peningkatan Berat Badan." 000: 1-8.
- Hartanto. 2004. "Hubungan Kenaikan Berat Badan Dengan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan."
- Hasyim, Ahmad Azmi. 2017. "Skripsi Hubungan Pemakaian Kontrasepsi Suntik DMPA Terhadap Perubahan Berat Badan Di Desa Dalu 10b Tanjung Morawa, Deli Serdang."
- Marliandiani, Yefi. 2011. "Hubungan Pelayanan Konseling KB Tentang Akdr Dengan Cakupan Akseptor Akdr." : 83-88.
- Nault, A Et Al. 2013. "Validity Of Perceived Weight Gain In Women Using Long-Acting Reversible Contraception And Depot Medroxyprogesterone Acetat."
- Notoatmodjo, S. 2010. "Metodologi Penelitian Kesehatan, Edisi Revisi Cetak Ke 2. Rineka Cipta : Jakarta."
- Riskesdas. 2013. "Perkembangan Pelayanan Keluarga Berencana Di Indonesia. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Keluarga Berencana Kementerian Republik Indonesia."
- Sastrariah. 2016. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kenaikan Berat Badan Pada

Ibu Pengguna KB Suntik 3 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pamboang Kabupaten Majene." 1(2): 94-100.

Sumantri, Apria Wilinda. 2019. "Hubungan Kenaikan Berat Badan Dengan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Relationship Of Weight Increase Of Agency With Long Use Of 3 Pendahuluan Permasalahan Kependudukan Telah Menjadi Masalah Penting Bagi Pemerintah Dan Para Pakar Kependudukan Di." 2: 131-38.

Zerihun, M. F., Malik, T., Ferede, Y. M., Bekele, T., & Yeshaw, Y. (2019). Changes in body weight and blood pressure among women using Depo-Provera injection in Northwest Ethiopia. *BMC research notes*, 12(1), 1-5