

HUBUNGAN PEMAKAIAN KB SUNTIK 3 BULAN DENGAN BERAT BADAN DI PRAKTEK MANDIRI

Zubaidah¹

¹Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Stikes Intan Martapura, Indonesia

Email: buyungzubaidah@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Pelayanan keluarga berencana dapat dilakukan dengan penggunaan alat kontrasepsi. Salah satu kontrasepsi yang banyak digunakan adalah kontrasepsi suntik 3 bulan, jenis kontrasepsi ini memiliki keuntungan dan kekurangan. Salah satu kekurangannya adalah dilihat dari akibat pemakaiannya yaitu terjadinya kenaikan berat badan. **Tujuan:** penelitian untuk mengetahui hubungan lamanya pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ibu akseptor KB suntik di Bidan Praktek Mandiri Wiwik Indriani di Kota Banjarbaru Utara tahun 2021. **Metode:** Penelitian ini bersifat analitik *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*, Populasi dalam penelitian ini seluruh akseptor KB suntik 3 bulan berjumlah 226 orang, sampel berjumlah 69 orang, metode sampling yang digunakan yaitu *accidental sampling*. Analisa hasil dengan univariat dan bivariat, uji yang digunakan adalah *Chi Square*. **Hasil:** sebagian besar responden menunjukkan lama pemakaian KB suntik 3 bulan yaitu > 36 bulan sebanyak 43 orang (62,3%) dan mengalami kenaikan berat badan kategori obesitas ($BB \geq 5$ kg) sebanyak 51 orang (73,9%). **Kesimpulan:** ada hubungan yang bermakna antara lamanya pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ibu akseptor KB suntik di Bidan Praktek Mandiri Kota Banjarbaru Utara tahun 2021 dengan p value = 0,000 < α 0,05. **Saran:** sebaiknya akseptor berusaha mencari informasi tentang kontrasepsi yang digunakan

Kata Kunci: Kontrasepsi, Suntik 3 Bulan, Berat Badan,

ABSTRACT

Introduction: Family planning services can be done by using contraceptives. Contraception widely used is the 3-month injectable contraceptive, this type of contraception has advantages and disadvantages. One of the drawbacks is seen from the consequences of its use, namely the occurrence of weight gain. **Objective:** to determine the relationship between the duration of the use of 3-month injectable contraceptives and the weight gain of the injecting family planning acceptors at the Midwife Practiced in Banjarbaru Utara in 2021. **Methods:** correlational analytic with a cross sectional approach is used. The sample is 69 people of acceptors population are 226 people, with accidental sampling is used. Analysis of the results with univariate and bivariate, the test used was *Chi Square*. **Results:** time of used contraception > 36 months as many as 43 people (62.3%) and experiencing weight gain in the obesity category ($BB > 5$ kg) as many as 51 people (73.9%). **Conclusion:** there is a significant relationship between the duration of use of 3 months injectable family planning and weight gain of injecting family planning acceptors at the Midwife Practiced in Banjarbaru Utara in 2021 ($p < 0,001$). **Suggestion:** acceptors should try to find information about contraception used

Keywords: Contraception, 3-month injection, body weight

Cite this as : Zubaidah, (2021). Hubungan Pemakaian KB Suntik 3 Bulan dengan Berat Badan di Praktek Mandiri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(2), 138-142.

PENDAHULUAN

Kontrasepsi suntik 3 bulan memiliki keuntungan dan risiko efek samping bagi penggunaannya. Keuntungan dari penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan diantaranya sangat efektif, pencegahan kehamilan jangka panjang, tidak berpengaruh pada hubungan suami istri, tidak mengandung *estrogen* sehingga tidak berdampak serius terhadap penyakit jantung dan <http://jurnalstikesintanmartapura.com/index.php/jikis>

gangguan pembekuan darah, tidak memiliki pengaruh terhadap produksi ASI, efek samping yang ditimbulkan sedikit, dapat digunakan oleh perempuan usia lebih dari 35 tahun sampai *perimenopause*. Sedangkan efek samping yang sering dialami seperti gangguan haid, depresi, keputihan, jerawat, mual dan muntah, rambut rontok, perubahan libido dan yang paling signifikan adalah perubahan berat badan. Rata-rata peningkatan

berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama yaitu sebanyak 11 pon atau 5,5 kg dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu tiga tahun pemakaian (Handayani, 2010).

Pengaruh KB suntik 3 bulan terhadap perubahan berat badan yaitu bahwa kandungan hormon progesteron dalam bentuk hormon sintetis *Depo Medroksy Progesteron Asetat* (DMPA) mempermudah metabolisme perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak dibawah kulit bertambah dan menurunkan aktivitas fisik. Selain itu hormon Progesteron (DMPA) juga merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan nafsu makan bertambah. (Koes Irianto, 2013)

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini bersifat analitik *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional* untuk mengetahui hubungan lamanya pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ibu akseptor KB suntik di Bidan Praktek Mandiri Wiwik Indriani di Kota Banjarbaru Utara tahun 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor KB suntik 3 bulan di Bidan Praktik Mandiri (BPM) Wiwik Indriani tahun 2019 berjumlah 226 orang, sampel berjumlah 69 orang, metode sampling yang digunakan yaitu *accidental sampling*. Variabel dalam penelitian ini berupa variabel bebas yaitu lamanya pemakaian KB suntik 3 bulan sedangkan variabel terikat yaitu kenaikan berat badan ibu akseptor KB suntik 3 bulan. Dengan kriteria inklusi ibu akseptor KB suntik 3 bulan yang datang ke praktik mandiri bidan wiwi Indriani, sedangkan kriteria eksklusi adalah ibu akseptor KB suntik 1 bulan.

Pengumpulan data menggunakan kuisioner dari wahyuningsih, data yang dikumpulkan berupa data primer dan data sekunder (data pelengkap). Analisa data dengan cara univariat disajikan dengan bentuk tabel distribusi frekuensi dan analisa bivariat dengan melakukan analisa uji *chi-square*, dengan nilai $p < 0.05$.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Tingkat Pendidikan dan Jenis Pekerjaan Akseptor KB Suntik 3 bulan di Bidan Praktek Mandiri Kota Banjarbaru Tahun 2021

No.	Variabel	F	%
1	Umur		
	18-25 tahun	14	20,3
	>25-35 tahun	34	49,3
	>35-45 tahun	21	30,4
Total		69	100

No.	Variabel	F	%
2	Tingkat Pendidikan		
	SD/ sederajat	8	11,6
	SLTP/ sederajat	9	13,1
	SLTA/ sederajat	37	53,6
	Diploma	15	21,7
Total		69	100
3	Jenis pekerjaan		
	Ibu Rumah Tangga	35	50,7
	PNS	12	17,4
	Karyawan Swasta	15	21,7
	Pedagang	3	4,3
	Penjahit	1	1,5
	Asisten Rumah Tangga	1	1,5
	Tangga	2	2,9
	Guru	2	2,9
Total		69	100

Sumber: Data yang telah diolah tahun 2021

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan sebagian besar responden berusia >25-35 tahun sebanyak 49,3% dan mempunyai tingkat pendidikan SLTA/ sederajat sebanyak 53,6%, serta memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebanyak 50,7%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Lama Pemakaian dan Kenaikan Berat Badan Ibu Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Bidan Praktik Mandiri Kota Banjarbaru Tahun 2021

No.	Lama pemakaian/ Kenaikan BB	F	%
1	Lama Pemakaian KB Suntik 3 Bulan		
	<36 bulan	26	37,7
	>36 bulan	43	62,3
Total		69	100
2	Kenaikan BB Ibu Akseptor KB Suntik		
	Normal (Jika BB \leq 5kg)	18	26,1
	Obesitas (Jika BB \geq 5 kg)	51	73,9
Total		69	100

Sumber: Data yang telah diolah tahun 2021

Berdasarkan tabel 4.2 diatas dapat dilihat bahwa lama pemakaian KB suntik 3 bulan menunjukkan bahwa lama pemakaian dalam kurun waktu >36 bulan sebanyak 43 orang (62,3%), sedangkan kenaikan BB ibu akseptor KB menunjukkan adanya kenaikan berat badan dengan kategori obesitas dimana kenaikan BB \geq 5 kg sebanyak 51 orang (73,9%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hubungan Lamanya Pemakaian KB Suntik 3 Bulan Dengan Kenaikan Berat Badan Ibu Akseptor KB Suntik 3 bulan di Bidan Praktek Mandiri Kota Banjarbaru Tahun 2021

Lama pemakaian KB suntik 3 bulan	Kenaikan BB akseptor KB suntik 3 bulan				Total		P Value
	Normal		Obesitas		F	%	
	F	%	F	%			
<36 bulan	14	53,8	12	46,2	26	100	0,000
>36 bulan	4	9,3	39	90,7	43	100	
Total	43	26,1	51	73,9	69	100	

Sumber: Data yang telah diolah tahun 2021

Berdasarkan table 3 diatas menunjukkan hasil analisa bivariate dengan uji chi square nilai *p value* 0,000 $p < 0,05$ yang artinya adanya hubungan signifikan antara lamanya pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ibu akseptor KB di Bidan Praktek Mandiri Wiwik Indriani di Kota Banjarbaru Utara tahun 2021.

DISKUSI PEMBAHASAN

Hasil Penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ibu akseptor KB suntik. Berdasarkan hasil uji *chi square* menunjukkan nilai *p value* 0,000 $p < 0,05$. Hal tersebut disebabkan karena yang terkandung didalam kontrasepsi suntik adalah hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. 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 (Wahyuningsih, 2012).

Berdasarkan lama pemakaian KB suntik 3 bulan dari 69 responden menunjukkan sebagian besar responden dengan kategori lama KB suntik 3 bulan dalam kurun waktu >36 bulan sebesar 62,3%. Sedangkan Kenaikan berat badan ibu akseptor KB suntik 3 bulan menunjukkan sebagian besar mengalami obesitas (BB \geq 5 kg) sebesar 73,9%.

Lama pemakaian KB suntik 3 bulan sangat mempengaruhi terjadinya perubahan berat badan, meskipun teori Irianto (2014), menyatakan bahwa kontrasepsi KB suntik 3 bulan lebih ke peningkatan berat badan tetapi efektifitas metode kontrasepsi KB suntik 3 bulan bergantung pada pengguna yang menyebabkan tidak sepenuhnya KB suntik 3 bulan menyebabkan berat badan meningkat. Sebagaimana dinyatakan pada hasil penelitian Lena, dkk (2020) menunjukkan bahwa ada hubungan lama pemakaian KB suntik dengan efek samping KB suntik 3 Bulan pada akseptor KB di Klinik Bidan Tapiani dengan nilai $P < 0,001$ ($\alpha < 0,05$).

Wanita yang menggunakan kontrasepsi KB suntik 3 bulan (*Depo Medroxy Progesteron Acetate (DMPA)*), rata-rata mengalami kenaikan berat badan 5,5 kg dan mengalami peningkatan lemak tubuh 3,4% dalam waktu tiga tahun pemakaian KB suntik 3 bulan

(Pratiwi, 2014). Haryati (2010) mengatakan bahwa suntik DMPA dapat berpengaruh terhadap berat badan lama pemakaian 23 bulan dengan rata-rata kenaikan berat badan 5,30 kg. Ekawati Desi (2010) mengatakan bahwa KB suntik 3 bulan DMPA lebih beresiko mengalami kenaikan berat badan.

Hasil wawancara kepada ibu akseptor KB suntik 3 bulan mereka mengatakan mengetahui risiko efek samping KB suntik 3 bulan akan terjadi kenaikan berat badan sebelum memutuskan untuk menggunakan kontrasepsi DMPA. Ibu akseptor KB suntik 3 bulan mengetahui bahwa risiko kenaikan berat badan tersebut terjadi karena pengaruh hormonal namun risiko tersebut tidak mempengaruhi keputusan untuk menggunakan kontrasepsi DMPA. Pola makan yang tidak teratur dapat menyebabkan peningkatan berat badan pada akseptor.

Beberapa penelitian sebelumnya yang sejalan yaitu penelitian Apria (2019) pada akseptor KB suntik 3 bulan di Kelurahan Tanjung Agung wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung tahun 2018 menyebutkan dari 71,2% yang menggunakan kontrasepsi KB suntik 3 bulan sebanyak 75,4% yang mengalami kenaikan berat badan dan 24,6% yang tidak mengalami kenaikan berat badan dengan *p value* 0,02. Penelitian Mentari dkk (2016) yang menyebutkan ada hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan pada ibu di Puskesmas Ranomuut Manado dengan *p value* 0,004 $< 0,05$. Penelitian Winarsih (2012) sejalan dengan penelitian Pratiwi (2014) mengenai hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan peningkatan berat badan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat juga dinyatakan bahwa lebih banyak jumlah akseptor yang mengalami perubahan berat badan ketika menggunakan kontrasepsi KB suntik 3 bulan ini disebabkan adanya perubahan dari porsi makan dimana ibu tidak mampu menjaga pola makannya yang disebabkan nafsu makan yang meningkat sehingga dapat mengakibatkan kenaikan berat badan. Alasan akseptor memilih KB suntik 3 bulan karena efektifitas dari obat dapat menunda kesuburan sehingga efektif untuk membatasi jumlah anak. KB suntik 3 bulan relatif lebih aman meskipun ibu dalam masa menyusui, tidak perlu susah untuk selalu mengingat dan praktis karena dilakukan

penyuntikan 3 bulan sekali karena durasi perlindungannya yang bisa mencapai 90 hari.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi terjadinya kenaikan berat badan selain disebabkan oleh efek samping KB suntik 3 bulan adalah faktor umur, pekerjaan, tingkat pendidikan. Umur ibu adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya peningkatan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan, dimana sebagian besar usia akseptor KB termasuk usia produktif 25-35 tahun. Semakin bertambahnya usia maka pengaruh hormonal KB suntik 3 bulan akan semakin terlihat pada tubuh yang ditandai dengan peningkatan berat badan yang lebih signifikan. Seperti yang diketahui usia 25-35 tahun ini merupakan usia dewasa (Kemenkes RI, 2015) dimana pada masa semua berperan dan bekerja secara optimal begitu pula dengan masa kesuburan sebab organ reproduksinya berfungsi dengan baik.

Pekerjaan mempengaruhi peningkatan berat badan pada akseptor karena pekerjaan sangat berhubungan dengan tingkat aktivitas sehari-hari dari akseptor. Pada penelitian ini sebagian besar jenis pekerjaan adalah ibu rumah tangga sebesar 50,7% dimana semakin banyak aktivitas maka semakin banyak energi yang dibutuhkan sehingga peningkatan berat badan yang terlihat tidak terlalu signifikan.

Berdasarkan tingkat pendidikan bahwa 53,6% akseptor berlatar pendidikan akhir yaitu SLTA/ sederajat. Latar pendidikan SMA/ sederajat adalah masa yang cukup dalam hal pengetahuan dan memahami informasi tentang KB suntik 3 bulan serta efek dari pemakaian KB suntik 3 bulan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin mudah menerima informasi sehingga semakin banyak pula pengalaman yang dimiliki dalam hal ini tentang masalah kesehatan. Dalam hal ini keputusan yang diambil adalah penggunaan KB suntik 3 bulan (Carter, 2011). Tingkat pendidikan juga mempengaruhi pengetahuan akseptor. Karena dengan pengetahuan yang dimiliki oleh seorang akseptor dalam menggunakan kontrasepsi merupakan domain yang penting untuk terbentuknya suatu tindakan akseptor dalam menggunakan kontrasepsi suntik (Kurniawan, 2008).

Berdasarkan hasil dari tabulasi silang menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor termasuk kategori umur >25-35 tahun dimana akseptor yang mengalami kenaikan berat badan >5 kg (obesitas) sebesar 73,5%. Dilihat dari pekerjaan menunjukkan sebagian besar pekerjaan akseptor adalah sebagai ibu rumah tangga dimana akseptor yang mengalami kenaikan berat badan >5 kg (obesitas) sebesar 77,1%. Dilihat dari tingkat pendidikan sebagian besar akseptor berlatar pendidikan SMA/ sederajat dimana akseptor yang mengalami kenaikan berat badan >5 kg (obesitas) sebesar 81,1%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Budiani (2015), bahwa umur, paritas, dan

Zubaidah, Hubungan Pemakaian KB Suntik 3 Bulan lama pemakaian kontrasepsi DMPA secara bersama-sama berkontribusi terhadap peningkatan berat badan akseptor sebanyak 40,9% (Budiani, 2015). Upaya mencegah peningkatan berat badan pada akseptor DMPA dapat dilakukan dengan cara mengatur pola makan, mengurangi stress yang berlebihan, olahraga yang teratur, diet.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian “Hubungan Lamanya Pemakaian KB Suntik 3 Bulan dengan Kenaikan Berat Badan Ibu Akseptor KB Suntik Di BPM Wiwik Indriani Di Kota Banjarbaru Utara Tahun 2021” dari 69 orang menunjukkan sebagian besar yaitu lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kurun waktu >36 bulan sebanyak 62,3%, kenaikan berat badan kategori obesitas (BB > 5 kg) sebanyak 73,9%, ada hubungan yang signifikan antara lamanya pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ibu akseptor KB suntik di Bidan Praktek Mandiri Wiwik Indriani di Kota Banjarbaru Utara tahun 2021 dengan $p\ value = 0,000 < \alpha 0,05$.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan diatas maka dapat dibuat beberapa saran yaitu bidan dapat memberikan informasi kepada akseptor terlebih akseptor baru tentang jenis kontrasepsi suntik termasuk efek samping yang dapat terjadi, bagi akseptor setidaknya harus mengetahui tentang KB suntik DMPA dan efek sampingnya, bagi institusi pendidikan dapat menjadi bahan bacaan/referensi mengenai hubungan lama pemakaian dan riwayat pemakaian dengan efek samping KB Suntik 3 Bulan yaitu kenaikan berat badan pada akseptor KB, dan bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan sebagai sumber informasi untuk meneliti dengan variabel lain selain lama pemakaian KB suntik 3 bulan dan kenaikan berat badan

DAFTAR PUSTAKA

- Budiani, N.N., (2015), *Kontribusi Usia, Paritas, dan Lama Pemakaian Kontrasepsi Depomedroxy Progesterone Asetate Terhadap Peningkatan Berat Badan Akseptor Di Puskesmas Pembantu Dauh Puri*. Prosiding Seminar Nasional
- Carter, (2011), *Disaster Management : A Disaster manager's Handbook*. Manila: ADB; 1-204
- Ekawati Desi, (2010), *Keluarga Berencana dan Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: TIM
- Handayani, (2010), *Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana. Jurnal Bidan Komunitas*. Vol. II No. 3 Hal.153-159, e-ISSN 2614-7874 159 keluarga berencana. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Haryati, (2010), *Panduan Memilih Kontrasepsi*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Irianto, (2013), *Kesehatan Reproduksi Dan Gizi Seimbang*. Bandung: Penerbit Alfabetha

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015. *Profil Kesehatan Indonesia*. Data Dan Informasi, Jakarta,
- Koes Irianto, (2013), *Kesehatan Reproduksi Dan Gizi Seimbang*. Bandung: Penerbit Alfabetha
- Kurniawan. Y, (2008), *Buku Ajar Kependudukan Dan Pelayanan KB*. Jakarta : EGC
- Pratiwi Dahlia, (2014), Hubungan Antara Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik DMPA Dengan Peningkatan Berat Badan di Puskesmas Lapai Kota Padang. Fakultas Kedokteran Universitas Padang. Padang. *Skripsi*
- Sinclair, (2010), *Buku Saku Kebidanan (A Mide Wife Hand Book)*. Jakarta: EGC
- Winarsih, (2012), Pengaruh Kontrasepsi Hormonal Terhadap Berat Badan dan Lapisan Lemak pada Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA. Surakarta. *Skripsi*
- Wahyuningsih, (2012), *Kesehatan Reproduksi dan Kontrasepsi*. Jakarta: Trans Info Media