

PERBEDAAN ANTARA PENINGKATAN BERAT BADAN PADA IBU USIA SUBUR PENGGUNA KONTRASEPSI HORMONAL SUNTIK DAN PIL DI PUSKESMAS KASSI-KASSI KOTA MAKASSAR

Syamsuryanita

¹ Universitas Megarezky Makassar

Alamat korespondensi : (syamsur120190@gmail.com)

ABSTRAK

Penggunaan kontrasepsi KB suntik dan KB oral (Pil) dalam waktu tertentu dapat menimbulkan berbagai efek samping salah satunya perubahan berat badan namun demikian, berat badan yang bertambah tidak terlalu besar, hal ini bervariasi antara 1 kg sampai dengan 5 kg dalam tahun pertama. Sebagian besar wanita dari pasangan usia subur yang menjadi akseptor KB suntik dan KB oral (Pil) mengalami peningkatan berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan peningkatan berat badan pengguna kontrasepsi hormonal dan suntik di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar Tahun 2017. Metode penelitian yang digunakan adalah analitik dengan pendekatan cross sectional study, sampel pada penelitian ini adalah akseptor pil dan suntik sebanyak 38 orang. Pada penelitian ini data yang digunakan adalah data primer dengan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 38 responden, berdasarkan hasil uji statistik dengan sampel T-test yang dilakukan maka ada perbedaan peningkatan berat badan antara akseptor pil pre dan posttest (0,001) dan akseptor suntik pil pre dan posttest (0,000). Disarankan agar pemakaian alat kontrasepsi hormonal dipertimbangkan bagi ibu yang mempunyai kecenderungan kenaikan berat badan yang cepat, begitu juga bagi akseptor yang telah menggunakan ± 1 tahun agar ganti cara alat kontrasepsi

Kata Kunci : Pil, Suntik, Peningkatan BB

PENDAHULUAN

Sustainable Development Goals (SDGs) adalah sebuah program pembangunan yang berkelanjutan yang dibuat berdasarkan momentum keberhasilan Millenium Development Goals (MDG's). Sustainable Development Goals (SDGs) memiliki 17 tujuan dengan 169 pencapaian yang terukur. Tujuan ini merupakan kelanjutan dari Millenium Development Goals (MDGs), salah satu tujuan yaitu pengetasan segala bentuk kemiskinan disemua tempat dan mensejahterakan kehidupan (Unicef, 2013).

Menurut World Health Organization (WHO) expert Committe 1970, keluarga berencana adalah tindakan yang membantu pasangan suami istri untuk menghindari kehamilan yang tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang memang sangat diinginkan, mengatur interval di antara kehamilan, mengontrol waktu saat kelahiran dalam perbedaan dengan umur suami istri serta menentukan jumlah anak dalam keluarga. (Suratun dkk, 2012) Program keluarga berencana mengalami perkembangan pesat seiring dengan kemajuan ilmu dan teknologi baik ditinjau dari sudut tujuan, ruang lingkup geografi, pendekatan, cara operasional, dan dampaknya terhadap pencegahan kelahiran, seiring dengan itu pula tingkat pertumbuhan penduduk akan turut berpengaruh (Wiknjosastro, 2013).

Menurut World Health Organisation (WHO), pasangan usia subur mengalami peningkatan yang drastis setiap tahunnya utamanya pada negara berkembang yaitu pada tahun 2015 sebanyak 56,8%. Di negara maju seperti ASEAN, metode kontrasepsi hormonal yang dominan meningkatkan berat badan yaitu pil (43,2%), suntik (38,6%), implant (12,1%), dan kontrasepsi hormonal yang paling populer adalah kontrasepsi oral. Secara nasional pada tahun 2012 dari 12.000 akseptor KB, akseptor Pil 4500 dan yang mengalami kenaikan berat badan sebesar 3850 (37,5%), suntik 3500 dan mengalami kenaikan BB 2700 (29,2%), susuk 1250 dan mengalami kenaikan BB 980 (10,4%), di Indonesia berdasarkan data Susenas tahun 2015, terdapat 61,4% pasangan usia subur, di propinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2015 dari 48,609 PUS, 29,155 atau 59,8% merupakan PUS yang ikut KB semua cara. (Kusumah, 2014).

Rekapitulasi jumlah pencapaian akseptor KB di Sulawesi Selatan tahun 2014 peserta akseptor KB aktif sebanyak 399.158 dengan proporsi penggunaan kontrasepsi hormonal implant yang mengalami kenaikan BB sebanyak 14.500 WUS (3,6%), suntik 205.840 WUS (51,6%), pil 125.685 WUS (31,5%), sedangkan hasil survei pada tahun sebelumnya peserta akseptor KB aktif dari 421.643

PUS dengan proporsi pengguna kontrasepsi hormonal dan mengalami kenaikan berat badan yaitu implan 25,365 WUS (6,0%), pil 106,250 WUS (25,2%) dan suntik 254,235 WUS (60,3%). (Profil BKKBN Sulawesi Selatan, 2015).

Rekapitulasi penggunaan kontrasepsi hormonal di Kecamatan Tamalate pada tahun 2015 jumlah PUS 9.911, terdapat 9.706 peserta KB aktif dengan proporsi penggunaan kontrasepsi implan 528 (5,3%) dan mengalami kenaikan BB, suntik 3250 (32,8%), pil (18,7%) (Profil BKKBN Kecamatan Tamalate).

Rekapitulasi penggunaan kontrasepsi hormonal di Puskesmas Kassi-kassi pada tahun 2014 dari 11.046 PUS terdapat 10585 pengguna suntik (95,8%), pengguna pil sebanyak 461 (4,2%), tahun 2015 dari 11.223 PUS sebanyak 10099 pengguna suntik (89,9%) dan 1124 pengguna pil (10,1%), tahun 2016 dari 11.430 PUS sebanyak 10269 pengguna suntik (89,8%) dan pengguna pil sebanyak 1161 (10,2%), sedangkan Januari 2017 dari 105 PUS sebanyak 60 pengguna suntik (38,1%) (Registrasi KB Puskesmas Kassi-kassi Makassar).

Peningkatan berat badan merupakan angka yang menunjukkan naiknya berat badan seseorang dari sebelumnya. Berat badan yang meningkat ini dapat di pengaruhi oleh kelebihan energi yang dikonsumsi kemudian disimpan di dalam jaringan adipose dalam bentuk lemak (lipid) sehingga membuat orang menjadi lebih gemuk (Dariyo, 2012). Kenaikan berat badan seseorang adalah kenaikan berat badan yang dihitung sebelum menggunakan KB suntik dan KB oral (Pil) sampai dengan penelitian dilakukan.

Obesitas atau kegemukan adalah adanya ketidakseimbangan banyaknya jumlah makanan yang masuk kedalam tubuh dibandingkan dengan pengeluaran energi dari tubuh (BKKBN, 2012).

Menurut Elizabeth (2012) menyatakan bahwa, kenaikan berat badan normal pengguna badan sebelum menggunakan kontrasepsi, penambahan berat badan sekitar 1-5 kg pada tahun pertama. perempuan yang mengkonsumis atau menggunakan kontrasepsi hormonal (DMPA) maupun pil, kebanyakan mengalami peningkatan berat badan sebanyak 11 pon atau 1-5,5 kilogram, dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu tiga tahun pemakaian, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh University of Texas Medical Branch (UTMB) (Mansjoer, 2012).

Penggunaan kontrasepsi KB suntik dan KB oral (Pil) dalam waktu tertentu dapat menghasilkan berbagai efek samping diantaranya perubahan berat badan namun kenaikan berat badan yang bertambah tidak terlalu besar, hal ini bervariasi antara 1 kg sampai dengan 5 kg dalam tahun pertama. Sebagian besar wanita dari pasangan usia subur yang menjadi akseptor KB suntik dan KB oral (Pil) mengalami peningkatan berat badan (Hartanto, 2012).

Pemakaian KB suntik dan KB oral (Pil) mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Salah satu faktor pencetus yang mempengaruhi perubahan berat badan pada penggunaan akseptor kb hormonal adalah terdapatnya hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. Dengan meningkatnya nafsu makan yang tinggi dari biasanya tubuh akan mendapatkan kelebihan zat-zat gizi. Yang di mana adalah Kelebihan zat-zat gizi oleh hormon progesteron dirubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Terjadinya perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Mansjoer, 2012), Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2012), menunjukan bahwa didapatkan perbedaan peningkatan berat badan, dari penelitian ini adalah terdapat 43,6 % responden kontrasepsi suntik yang mengalami kenaikan berat badan. Dan terdapat 43,6% responden kontrasepsi pil yang terjadi kenaikan berat badan.

Dari hasil penelitian tersebut dapat diambil 3 kesimpulan dari penggunaan kontrasepsi suntik dan kontrasepsi pil terjadi perbedaan peningkatan berat badan yang bermakna. Dalam penelitian yang telah dilakukan adanya kontrasepsi hormonal bisa mengakibatkan kenaikan berat badan karena adanya retensi cairan (akseptor kontrasepsi hormonal dapat mengalami retensi cairan ekstra selular yang mengakibatkan terlihat gemuk dan terjadinya peningkatan berat badan karena ada cairan yang terjebak di ekstra selular.

Hal ini berkaitan dengan adanya penambahan kadar hormone estrogen dalam tubuh), dengan bertambahnya lemak dalam tubuh (selain karena adanya ketidaksesuaian antara asupan kalori dengan aktivitas sehari-hari, penimbunan lemak pada akseptor KB juga dapat ditimbulkan karena efek metabolisme hormon akibat peningkatan kadar estrogen dan progesteron dalam darah), meningkatnya selera makan (peningkatan selera makan pada akseptor KB berkaitan dengan fluktuasi kadar estrogen dan progesteron dalam tubuh. terjadinya peningkatan kadar progesterone menyebabkan bertambahnya nafsu makan).

Berdasarkan tingginya pengguna kontrasepsi pil dan suntik di wilayah Puskesmas Kassi-Kassi Makassar, dimana penggunaan kontrasepsi hormonal berdampak dengan terjadinya peningkatan berat badan yang dapat memicu beberapa risiko penyakit diderita oleh akseptor, serta komplikasi

lainnya yang dapat membahayakan pengguna pil dan suntik. Berdasarkan tingginya pengguna kontrasepsi suntik dan oral (Pil) yang mengalami peningkatan berat badan di Indonesia khususnya untuk provinsi Sulawesi Selatan yaitu Kota Makassar, maka penulis merasa tertarik untuk meneliti tentang perbedaan peningkatan berat badan ibu usia subur antara pengguna kontrasepsi hormonal suntik dan pil di Puskesmas Kassi-kassi tahun 2017. Berdasarkan uraian pada latar belakang maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah ada perbedaan antara peningkatan berat badan ibu usia subur pengguna kontrasepsi hormonal suntik dan pil di Puskesmas Kassi-kassi Makassar Tahun 2017

BAHAN DAN METODE

Lokasi, Populasi Dan Sampel

Jenis penelitian ini adalah analitik kuantitatif dengan rancangan penelitian quasi eksperiment (eksperimen semu). Lokasi Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kassi-kasi Makassar. Populasi dalam penelitian ini adalah semua akseptor keluarga berencana yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal aktif di Wilayah Kerja Puskesmas Kassi-Kassi Tahun 2017, sebanyak 60 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah akseptor yang menggunakan kontrasepsi hormonal suntik dan pil di Puskesmas Kassi-kassi Makassar dengan total sampel yang digunakan sebanyak 38 orang. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui perbedaan antara variabel independen (kontrasepsi hormonal pil dan suntik) dengan variabel dependen (peningkatan berat badan)

HASIL PENELITIAN

Penelitian di laksanakan wilayah kerja Puskesmas kassi-kassi yang terdiri dari tiga kelurahan dengan jumlah penduduk 40.189 jiwa. Pada penelitian tersebut di peroleh sebanyak 60 orang. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan purposive sampling. Analisis univariat yakni dengan melihat gambaran distribusi frekuensi serta persentase tunggal yang terkait dengan tujuan penelitian serta Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui perbedaan antara variabel independen (kontrasepsi hormonal pil dan suntik) dengan variabel dependen (peningkatan berat badan). Setelah dilakukan uji normalitas ternyata data berdistribusi normal sehingga menggunakan rumus independent sample t-test untuk mengetahui perbedaan nilai rata-rata antara satu kelompok dengan kelompok yang lain

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan umur di puskesmas kassi-kassi makassar tahun 2017

Umur	n	%
20-35 tahun	30	78,99
<20 tahun	4	10,5
>35 tahun	4	10,5
Total	38	100

Tabel 1 menunjukkan dari 38 responden, berdasarkan umur lebih banyak 20-35 tahun sebanyak 30 orang (78,9%), dan paling kecil <20 dan >35 tahun sebanyak 4 orang (10,5%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan di puskesmas kassi-kassi makassar tahun 2017

Pendidikan	n	%
Tidak Sekolah	1	2,6
SD	7	18,4
SMP	7	18,4
SMA	17	44,7
SI	6	15,8
Total	38	100

Tabel 2 menunjukkan dari 38 responden, berdasarkan pendidikan lebih banyak SMA sebanyak 17 orang (44,7%), dan paling kecil tidak sekolah sebanyak 1 orang (2,6%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan di puskesmas kassi-kassi makassar tahun 2017

Pekerjaan	n	%
IRT	26	68,4
Wiraswasta	5	13,2
Karyawan	3	7,9
PNS	4	10,5
Total	38	100

Tabel 3 menunjukkan dari 38 responden, berdasarkan pekerjaan lebih banyak IRT sebanyak 26 orang (68,4%), dan paling kecil karyawan sebanyak 3 orang (7,9%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi berdasarkan bb sebelum menggunakan kontrasepsi di puskesmas kassi-kassi makassartahun 2017

BB Sebelum	n	%
<50 kg	2	5,3
>50 kg (Lebih dari)	36	94,7
Total	38	100

Tabel 4 menunjukkan dari 38 responden, berdasarkan berat badan sebelum menggunakan kontrasepsi lebih banyak dengan berat >50 kg sebanyak 36 orang (94,7%), dan paling kecil <50 kg sebanyak 2 orang (5,3%).

Tabel 5. Distribusi frekuensi berdasarkan bb selama menggunakan kontrasepsi di puskesmas kassi-kassi makassar tahun 2017

BB Sekarang	n	%
<50 kg	3	7,9
> 50 kg (lebih dari)	35	92,1
Total	38	100

Tabel 5 menunjukkan dari 38 responden, berdasarkan berat badan sekarang lebih banyak dengan berat >50 kg sebanyak 35 orang (92,1%), dan paling kecil <50 kg sebanyak 3 orang (7,9%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 6. Distribusi frekuensi berdasarkan kenaikan berat badan di puskesmas kassi-kassi makassar tahun 2017

Peningkatan BB	n	%
>1-5 kg	31	81,6
<1 kg	7	18,4
Total	38	100

Tabel 6 menunjukkan dari 38 responden, berdasarkan kenaikan berat badan lebih banyak >1-5 kg sebanyak 31 orang (81,6%), dan paling kecil <1 kg sebanyak 7 orang (18,4%).

Tabel 7. Distribusi frekuensi berdasarkan kontrasepsi hormonal di puskesmas kassi-kassi makassar tahun 2017

Kontrasepsi Hormonal	n	%
Pil	14	36,8
Suntik	24	63,2
Total	38	100

Tabel 7 menunjukkan dari 38 responden, berdasarkan kontrasepsi hormonal lebih banyak suntik sebanyak 24 orang (63,2%), dan pil sebanyak 14 orang (36,8%).

3. Variabel Bivariat

Tabel 8 Analisis perbedaan peningkatan berat badan antara pengguna kontrasepsi hormonal pil dan suntik di puskesmas kassi-kassi makassar tahun 2017

Variabel	Pretest			Posttest			T Hitung	Df	p-Value
	n	Mean	SD	n	Mean	SD			
Pil	14	55,5	5,8	14	59,7	6,49	-4,408	13	0,001
Suntik	24	57,8	6,3	24	60,5	7,22	-5,89	23	0,000

Berdasarkan tabel 4.9 di atas dapat dilihat perbedaan peningkatan berat badan yang terjadi setelah menggunakan kontrasepsi hormonal pil, hal ini diketahui dengan melakukan uji-t dengan nilai kemaknaan pil ($p= 0,001$) dan suntik (0,000) yang menggambarkan perbedaan peningkatan berat badan setelah menggunakan kontrasepsi hormonal menjadi cukup signifikan yang disertai dengan peningkatan BB dengan nilai rata-rata (55,5 menjadi 59,7), sedangkan akseptor suntik rata-rata (57,8 menjadi 60,5).

Hasil uji-t menunjukkan bahwa korelasi antara dua variabel pre dan posttest pemberian kontrasepsi pil adalah sebesar 0.837 dengan sig sebesar 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi antara dua variabel adalah kuat dan signifikan. Nilai t hitung adalah sebesar -4,408 dengan signifikan 0.001. Karena nilai $p < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya rata-rata terjadi peningkatan BB pre dan posttest penggunaan pil, dengan demikian dapat dinyatakan bahwa penggunaan kontrasepsi hormonal pil dapat meningkatkan berat badan. Sedangkan hasil uji-t antara dua variabel pre dan posttest penggunaan suntik adalah 0.955 dengan nilai $p (0.000)$. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi antara dua variabel adalah kuat dan signifikan. Nilai t hitung adalah sebesar -5,890 dengan nilai $p (0.000)$. Karena nilai $p < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya rata-rata BB mengalami peningkatan pre dan posttest penggunaan kontrasepsi suntik, dengan demikian dapat dinyatakan bahwa penggunaan kontrasepsi hormonal suntik dapat meningkatkan berat badan.

PEMBAHASAN

Pada pemakaian kontrasepsi hormonal, dimana menggunakan hormon progesterone dan estrogen dalam terapinya, terjadi peningkatan jumlah hormon progesterone dan estrogen di dalam tubuh dengan efek androgeniknya, hormon progesterone merangsang pusat pengendali nafsu makan di hypothalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya, sehingga nafsu makan akan bertambah dan berakibat makan lebih banyak (Hartanto, 2012).

Estrogen sendiri akan bertambah sehingga dapat meningkatkan deposit lemak di jaringan subkutan. Semakin banyak lipid yang terbentuk, maka cadangan energi di dalam jaringan adipose akan semakin meningkat biasanya terdapat didaerah pinggul, paha, dan payudara wanita. Hal ini tentu saja akan semakin memburuk jika tidak di kontrol dan tidak diimbangi dengan pola hidup sehat seperti berolahraga secara teratur dan pola makan yang baik, sehingga peningkatan berat badan tidak dapat dihindari.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat kesamaan bahwa pengguna kontrasepsi hormonal akan mengalami peningkatan berat badan. Akseptor akan mengalami kenaikan berat badan normal pengguna kontrasepsi berkisar 1 kg – 5 kg atau 20 % dari berat badan sebelum menggunakan kontrasepsi, penambahan berat badan sekitar 1-5 kg pada tahun pertama. Wanita yang menggunakan kontrasepsi hormonal (DMPA) maupun pil, rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 11 pon atau 1-5,5 kilogram, dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu tiga tahun pemakaian, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh University of Texas Medical Branch (UTMB) (Mansjoer, 2012).

Penggunaan kontrasepsi KB suntik dan KB oral (Pil) dalam waktu tertentu dapat menimbulkan berbagai efek samping salah satunya perubahan berat badan namun demikian, berat badan yang bertambah tidak terlalu besar, hal ini bervariasi antara 1 kg sampai dengan 5 kg dalam tahun pertama. Sebagian besar wanita dari pasangan usia subur yang menjadi akseptor KB suntik dan KB oral (Pil) mengalami peningkatan berat badan (Hartanto, 2012).

Pemakaian KB suntik dan KB oral (Pil) mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor hormonal adalah adanya hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. Dengan adanya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. 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 (Mansjoer, 2012).

Berdasarkan teori kerja hormon juga sangat mempengaruhi kegemukan seseorang. Perempuan lebih mudah gemuk terutama saat hamil, menopause, dan saat mengkonsumsi kontrasepsi oral. Pada perempuan yang sedang mengalami menopause dapat terjadi penurunan fungsi hormon tyroid, kemampuan untuk menggunakan energi akan berkurang dengan menurunnya fungsi hormon ini. Hal tersebut terlihat dengan menurunnya metabolisme tubuh sehingga menyebabkan kegemukan (Hartanto, 2012).

Hasil pengolahan data yang dilakukan, yaitu dapat dilihat perbedaan peningkatan berat badan yang terjadi setelah menggunakan kontrasepsi hormonal pil, hal ini diketahui dengan melakukan uji-t dengan nilai kemaknaan pil ($p= 0,001$) dan suntik (0,000) yang menggambarkan perbedaan peningkatan berat badan setelah menggunakan kontrasepsi hormonal menjadi cukup signifikan yang disertai dengan peningkatan BB dengan nilai rata-rata (55,5 menjadi 59,7), sedangkan akseptor suntik rata-rata (57,8 menjadi 60,5).

Hasil uji-t menunjukkan bahwa korelasi antara dua variabel pre dan posttest pemberian kontrasepsi pil adalah sebesar 0.837 dengan sig sebesar 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi antara dua variabel adalah kuat dan signifikan. Nilai t hitung adalah sebesar -4,408 dengan signifikan 0.001. Karena nilai $p < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya rata-rata terjadi peningkatan BB pre dan posttest penggunaan pil, dengan demikian dapat dinyatakan bahwa penggunaan kontrasepsi hormonal pil dapat meningkatkan berat badan. Sedangkan hasil uji-t antara dua variabel pre dan posttest penggunaan suntik adalah 0.955 dengan nilai $p (0.000)$. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi antara dua variabel adalah kuat dan signifikan. Nilai t hitung adalah sebesar -5,890 dengan nilai $p (0.000)$. Karena nilai $p < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya rata-rata BB mengalami peningkatan pre dan posttest penggunaan kontrasepsi suntik, dengan demikian dapat dinyatakan bahwa penggunaan kontrasepsi hormonal suntik dapat meningkatkan berat badan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2012), menunjukkan bahwa didapatkan perbedaan peningkatan berat badan, dari penelitian ini adalah terdapat 43,6 % responden kontrasepsi suntik yang mengalami kenaikan berat badan. Dan terdapat 43,6% responden kontrasepsi pil yang terjadi kenaikan berat badan. Dari hasil tersebut dapat diambil kesimpulan pengguna kontrasepsi suntik dan kontrasepsi pil terjadi perbedaan peningkatan berat badan yang tidak bermakna. Dalam penelitian ini peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian apakah berat badan ibu meningkat setelah menggunakan kontrasepsi hormonal.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Silviana (2013) di BPS Dian Yuni Purwani Kabupaten Banyumas, rata-rata berat badan sebelum menggunakan kontrasepsi DMPA adalah 48,5 kg dan berat badan sesudah menggunakan DMPA suntik adalah 55,4%. Ini berarti ada kenaikan rata-rata 14,23%. Kenaikan berat.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sejalan dengan teori dan penelitian yang terdahulu dimana kontrasepsi hormonal akan mempengaruhi peningkatan berat badan pada penggunaannya, dominan terjadi peningkatan berat badan pada akseptor KB pil. Penambahan berat badan disebabkan pengaruh hormonal yaitu progesteron dalam alat kontrasepsi, genetik dan penyebab yang paling sering dikarenakan lemak didalam tubuh akseptor yang bertambah dan tidak diimbangi dengan olah raga, serta asupan makanan yang berlebihan dan bukan karena retensi cairan tubuh.

Penggunaan DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan dihipotalamus, yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Hal ini berarti responden mengalami peningkatan berat badan.

Asumsi pada penelitian ini adalah hampir seluruhnya mengalami peningkatan berat badan. Meningkatnya berat badan pada akseptor disebabkan kandungan hormonal pada alat kontrasepsi yang digunakan, sehingga merangsang hipotalamus. Kerja hormon juga sangat mempengaruhi kegemukan seseorang. Perempuan lebih mudah gemuk terutama saat hamil, menopause, dan saat mengkonsumsi kontrasepsi oral. Pada perempuan yang sedang mengalami menopause dapat terjadi penurunan fungsi hormon tyroid, kemampuan untuk menggunakan energi akan berkurang dengan menurunnya fungsi hormon ini. Hal tersebut terlihat dengan menurunnya metabolisme tubuh sehingga menyebabkan kegemukan.

Pada pemakaian kontrasepsi hormonal, dimana menggunakan hormon progesterone dan estrogen dalam terapinya, terjadi peningkatan jumlah hormon progesterone dan estrogen di dalam tubuh dengan efek androgeniknya, hormon progesterone merangsang pusat pengendali nafsu makan di hypothalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya, sehingga nafsu makan akan bertambah dan berakibat makan lebih banyak.

Pada penelitian yang dilakukan, ibu yang menggunakan kontrasepsi hormonal akan mengalami peningkngkatan berat badan. Seperti yang kita ketahui kontrasepsi hormonal akan mempengaruhi pusat pengedali nafsu makan pada hipotalamus sehingga ibu akan makan lebih dari sebelumnya.

Untuk mengatasi terjadinya peningkatan berat badan pada ibu sebaiknya menganjurkan pada ibu untuk menggunakan kontrasepsi yang tidak mengandung hormonal, agar peningkatan berat badan dapat terkontrol. Dan selaku tenaga medis diperlukan konseling terlebih dahulu sebelum memberikan kontrasepsi pada akseptor.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara penggunaan kontrasepsi hormonal suntik dan pil, dimana terjadi peningkatan berat badan pada akseptor KB pil dibandingkan suntik

SARAN

Berdasarkan data lampiran maka penulis ajukan saran sebagai berikut :

1. Untuk Ibu

Disarankan agar pemakaian alat kontrasepsi hormonal dipertimbangkan bagi ibu yang mempunyai kecendrungan kenaikan berat badan yang cepat, begitu juga bagi akseptor yang telah menggunakan \pm 1 tahun agar ganti cara alat kontrasepsi.

2. Untuk Tenaga Kesehatan (Bidan)

Melakukan konseling pada akseptor sebelum memilih kontrasepsi, seperti memberikan penjelasan tentang jenis kontrasepsi, efek samping sehingga Menganjurkan tidak terfokus dengan satu alat kontrasepsi tertentu dan memakainya dalam jangka waktu yang lama, karena hal tersebut dapat menimbulkan efek samping.

3. Untuk Puskesmas

Lebih meningkatkan pelayanan pada akseptor KB dan memberikan banyak pilihan alat kontrasepsi.

4. Untuk Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan acuan untuk penelitian selanjutnya utamanya dalam melakukan penelitian dan melakukan penelitian dengan variabel yang lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman, 2014. Buku Ajar Ilmu Gizi : Gizi dalam Daur Ulang. Jakarta. EGC
- BKKBN Nasional, 2013. Kontrasepsi Hormonal [Online]. <http://dashboard.bkkbn.go.id/BKKBNReports/Gabungan/Laporan%20Bulan/Tabel8A.aspx>. [Diakses 26 Januari 2017].
- BKKBN, 2013. Buku Pedoman Penyelenggaraan Keluarga Berencana Dalam Jamina Kesehatan Nasional. BKKBN.
- Dariyo, 2012. Psikologi Perkembangan Dewasa Muda. Jakarta. Gasindo.
- Darmawati dan Fitri, 2009. Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Hormonal di Desa Batoh[Jurnal] Ilmu Keperawatan. ISSN Vol. 1 Nomor 1
- Depkes RI, 2013. Standar manajemen pelayanan keperawatan dan kebidanan disarana kesehatan. Jakarta. Depkes.
- Dian, 2014. Hubungan Tigkat Pengetahuan KB pda Ibu Terhadap Penggunaan Kontrasepsi di Kelurahan Belawan I Kecamatan Belawan. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. Medan.
- Elizabeth, 2012. Seri Diet Korektif "Diet Cabbage Soup". Jakarta. Elex Media Kompetindo.
- Harnawati, 2012. Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi. TIM. Jakarta.
- Hartanto, 2012. Keluarga Berencana dan Kontrasepsi. Jakarta. Cet. 7 : Pustaka Sinar Harapan.
- Hyman, 2013. Ultra Metabolisme " 7 LAngkah Sehat Mengurangi Berat Badan Secara Otomatis. Yogyakarta. B-First
- Kusumah, 2014. Hubungan Pengetahuan Akseptor KB Pil Kombinasi dengan Kepatuhan dalam Mengonsumsi KB Pil di Desa Karang Kecamatan Delanggu Klaten. [Jurnal] Involusi Kebidanan. volume 4 No. 8 , Juni 2014. 11-20
- Mariyani, 2013. Kontrasepsi dan Konseling. Jakarta. TIM
- Mansjoer, 2012. Kapita Selekta Kedokteran, Jakarta. EGC.

- Misnadiarly, 2012. *Obesitas Sebagai Faktor Risiko Beberapa Penyakit*. Jakarta : Pustaka Obor Populer.
- Mumpuni, Yekti dan Ari W., 2012. *Cara Jitu Mengatasi Kegemukan*. Yogyakarta : Andi.
- Mu'tadin, 2002. *Pengantar Pendidikan dan Ilmu Prilaku Kesehatan*. Yogyakarta. Andi Offset.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2013. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Prawirohardjo, 2012. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Rini, 2012. *Gambaran Peningkatan Berat Badan Akseptor Keluarga Berencana Suntikan Hormonal di Puskesmas Samata Kabupaten Gowa*. Akademi Kebidanan Syekh Yusuf Gowa.
- Saifuddin, 2012. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Edisi 1. Jakarta: Yayasan Bina Saewono Prawirahardjo.
- Silviana, 2013. *Pengaruh Frekuensi Kontrasepsi Suntik DMPA terhadap kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik DMPA di BPS Dian Yuni Purwani Desa Klahang Kecamatan Sokaraja KAbupaten Banyumas*.
- Sulistyawati, Ari., 2012. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta : Salemba Medika.
- Suratun, dkk., 2012. *Pelayanan Keluarga Berencana dan Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta : Trans Info Media.
- Taufik, 2012. *Pil Kombinasi*, (<http://www.bundakita.com>) , diakses tanggal 4 Desember 2014. Makassar.
- Wiknjosastro, Hanifa, dkk. 2013. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Wulandari, 2012. *Pengaruh Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Perubahan Berat Badan Akseptor KB di RSIA Pertiwi Makassar Tahun 2012*. Stikes Nani Hasanuddin. Makassar