

## PENGARUH KONTRASEPSI SUNTIK TERHADAP BERAT BADAN PADA AKSEPTOR KB DI PUSKESMAS TANRALILI MAROS

Uliarta Marbun

STIKES Nani Hasanuddin Makassar

Alamat Korespondensi : [uli.arta37@gmail.com/082195021525](mailto:uli.arta37@gmail.com)

### ABSTRAK

Di Indonesia, program pembangunan nasional, Keluarga Berencana (KB) mempunyai arti yang sangat penting dalam upaya mewujudkan manusia Indonesia sejahtera, disamping program pendidikan dan kesehatan. Data BKKBN terkini (2012) menyebutkan, penduduk Indonesia berjumlah sekitar 224,9 juta dan merupakan keempat terbanyak di dunia. Berdasarkan kuantitasnya, penduduk Indonesia tergolong sangat besar. Namun dari segi kualitasnya, masih memprihatinkan dan tertinggal dibandingkan negara ASEAN lainnya. Tujuan Penelitian untuk mengetahui pengaruh kontrasepsi suntikan terhadap peningkatan berat badan akseptor KB di Puskesmas tanralili Maros. Sampel diambil dari data sekunder akseptor KB suntik yang dilayani, dengan jumlah sampel 142 akseptor terdiri dari 68 akseptor suntik 3 bulan dan 74 akseptor suntik 1 bulan. Desain penelitian menggunakan "Cross Sectional". Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa akseptor suntik 3 bulan ( $p = 0.004$ ), akseptor suntik 1 bulan ( $p = 0,002$ ) berpengaruh terhadap peningkatan berat badan. Kesimpulan bahwa kontrasepsi suntik mempengaruhi peningkatan berat badan. Oleh karena itu disarankan perlunya memberikan KIE kepada calon akseptor tentang efek samping tersebut.

*Kata Kunci : kontrasepsi suntik 3 bulan, kontrasepsi suntik 1 bulan, berat badan*

### PENDAHULUAN

Di Indonesia, program pembangunan nasional, Keluarga Berencana (KB) mempunyai arti yang sangat penting dalam upaya mewujudkan manusia Indonesia sejahtera, disamping program pendidikan dan kesehatan. Data BKKBN terkini (2012) menyebutkan, penduduk Indonesia berjumlah sekitar 224,9 juta dan merupakan keempat terbanyak di dunia. Berdasarkan kuantitasnya, penduduk Indonesia tergolong sangat besar. Namun dari segi kualitasnya, masih memprihatinkan dan tertinggal dibandingkan negara ASEAN lainnya. (BPS, 2012).

Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu pelayanan kesehatan preventif yang paling dasar dan utama bagi wanita, meskipun tidak selalu diakui demikian. Dalam memilih suatu metode, wanita harus menimbang berbagai faktor, termasuk status kesehatan mereka, efek samping potensial suatu metode, konsekuensi terhadap kehamilan yang tidak diinginkan, besarnya keluarga yang diinginkan, kerja sama pasangan, dan norma budaya mengenai kemampuan mempunyai anak (Maryani, 2011).

Keluarga Berencana (KB) adalah untuk memenuhi perintah masyarakat akan pelayanan KB dan kesehatan reproduksi yang berkualitas, menurunkan angka kematian ibu, bayi dan anak serta penanggulangan masalah kesehatan reproduksi dalam rangka membangun keluarga kecil berkualitas (Manuaba, 2011).

Kontrasepsi suntik memiliki kelebihan dan kekurangan. Kelebihan dari kontrasepsi suntik yaitu mempunyai derajat perlindungan tinggi terhadap kemungkinan terjadinya kehamilan sedangkan kekurangan dari kontrasepsi suntik adalah terganggunya pola haid, muncul bercak, terlambatnya kembali kesuburan setelah berhenti pemakaian, peningkatan berat badan (Manuaba, 2011).

Salah satu efek samping dari kontrasepsi suntikan adalah penambahan berat badan. Hal ini disebabkan oleh progesterone dosis rendah tetapi mungkin menjadi masalah bagi sebagian kecil pemakai kontrasepsi suntikan, tetapi sejumlah kecil wanita terus mengalami penambahan berat badan selama mereka memakai metode tersebut. Mekanisme utama tampaknya adalah peningkatan nafsu makan disertai peningkatan penimbunan simpanan lemak (Glasier, 2012).

Dari uraian di atas penulis terdorong untuk meneliti lebih lanjut tentang pengaruh berat badan pengguna kontrasepsi suntik di puskesmas Tanralili Maros.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini akan dilaksanakan di Puskesmas Tanralili Maros dan rencananya akan dilaksanakan pada bulan Desember - April 2018. Populasi adalah responden suntik yang dilayani di Puskesmas Tanralili Maros pada bulan Desember – April 2018. Dengan jumlah 225 terdiri

akseptor suntik 1 bulan 114 orang dan akseptor suntik 3 bulan 111 orang. Dengan jumlah 142 responden.

1. Kriteria inklusi :
  - a. Ibu yang sudah satu tahun menjadi akseptor suntik
  - b. Akseptor suntik pada semua tingkatan umur.
2. Kriteria eksklusi :
  - a. Akseptor suntik yang tidak bersedia menjadi responden.
  - b. Untuk mengetahui jumlah sampel digunakan rumus dari Stanley.

**Analisis Data**

Data hasil penelitian yang telah diolah kemudian dianalisis bivariat. Analisis bivariat dilakukan untuk melihat pengaruh antara variabel dependen dengan variabel independen. Karena penelitian adalah penelitian observasional, maka untuk menguji hipotesis digunakan uji t dua sampel berhubungan (*before after t test*), tingkat kemaknaan alpha 0,05. Setelah itu digunakan uji t dua sampel bebas untuk membandingkan nilai rata-rata dua kelompok sampel dan menganalisis yang mana lebih berpengaruh meningkatkan berat badan.

**HASIL PENELITIAN**

- a. Distribusi akseptor suntik berdasarkan umur

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur di Puskesmas Tanralili Maros

Kelompok Umur	Pengguna Kontrasepsi			
	3 Bulan		1 Bulan	
	n	%	n	%
< 20 Tahun	5	7,4	4	5,4
20 - 35 Tahun	51	75,0	57	77,0
> 35 Tahun	12	17,6	13	17,6
Jumlah	68	100,0	74	100,0

Tabel 1 menunjukkan bahwa pengguna kontrasepsi 3 Bulan di bawah umur < 20 tahun adalah 5 orang (7,4%), umur 20 - 35 tahun adalah 51 orang (75,0%), umur > 35 tahun adalah 12 orang (17,6%), sedangkan pengguna kontrasepsi suntik 1 bulan di bawah umur < 20 tahun adalah 4 orang, umur 20 -35 tahun adalah 57 orang (77,0%), umur > 35 tahun adalah 13 orang (17,6%).

- b. Perubahan berat badan sebelum dan setelah pengguna kontrasepsi

Tabel 2 Perubahan Berat Badan Sebelum dan Setelah Pengguna Kontrasepsi di Puskesmas Tanralili Maros

Pengguna Kontrasepsi	n	BB Sebelum	BB Setelah	Perubahan	p (Paired Sampel T test)	α
		Mean	Mean	Mean		
3 Bulan	68	50,91	52,06	1,15	0,000	0,05
1 bulan	74	50,38	51,24	0,86	0,000	0,05

Tabel 2 menunjukkan bahwa akseptor suntik 3 bulan yaitu dari 68 akseptor KB rata-rata berat badan sebelum yaitu 50,91 kg, berat badan setelah rata-rata 52,06 kg, perubahan rata-rata 1,15 kg, sedangkan akseptor suntik 1 bulan yaitu dari 74 akseptor KB rata-rata berat badan sebelum yaitu 50,38 kg, berat badan setelah rata-rata yaitu 51,24 kg, perubahan rata-rata 0,86 kg.

Berdasarkan hasil analisis statistik, pada tabel diatas untuk kontrasepsi suntik 3 bulan diperoleh nilai  $p = 0,000$  atau  $p < 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak atau secara statistik terdapat pengaruh yang signifikan pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan terhadap peningkatan berat badan. Sedangkan untuk kontrasepsi suntik 1 bulan diperoleh nilai  $p = 0,000$  atau  $p < 0,05$  Dengan demikian secara statistik terdapat pengaruh yang sangat signifikan pemakaian kontrasepsi suntik 1 bulan terhadap peningkatan berat badan.

- c. Perbandingan kenaikan berat badan kedua kelompok

Tabel 3 Distribusi Perbandingan Berat Badan Kedua Kelompok Akseptor KB Suntik di Puskesmas Tanralili Maros

Berat Badan	Pengguna Kontrasepsi 3 Bulan	Pengguna Kontrasepsi 1 Bulan	p (Independen Sampel T Tes)	$\alpha$
BB Sebelum	50,91	50,38	0,181	0,05
BB Setelah	52,06	51,24	0,191	0,05
Perubahan BB	1,15	0,86	0,052	0,05

Berdasarkan hasil perhitungan statistik diperoleh nilai  $p = 0,052$  atau  $p > 0,05$  yang berarti  $H_0$  diterima atau selisih perubahan peningkatan berat badan antara kontrasepsi suntik 3 bulan dan kontrasepsi suntik 1 bulan menunjukkan ketidakbermaknaan.

## PEMBAHASAN

### 1. Kontrasepsi Suntik 3 Bulan

Adapun hasil penelitian tabel 3 menunjukkan bahwa akseptor suntik 3 bulan yaitu dari 68 akseptor KB rata-rata berat badan sebelum yaitu 50,91 kg, berat badan setelah rata-rata 52,06 kg, perubahan rata-rata 1,15 kg.

Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai  $p = 0,000$ , ini berarti bahwa kontrasepsi suntik 3 bulan berpengaruh terhadap berat badan akseptor. Hal ini sesuai dengan penelitian Hartanto 2004 yang mengatakan bahwa umumnya pertambahan berat badan bervariasi antara 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama. Penyebab pertambahan berat badan tidak jelas, tampaknya terjadi karena bertambahnya lemak tubuh dimana efek progesteron pada lemak terjadi perubahan kolesterol serum total, Kolesterol lipoprotein densitas tinggi dan lipoprotein densitas rendah serta asam lemak bebas.

Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Winarsi pada tahun 2012 yang berjudul "Pengaruh Kontrasepsi Hormonal Terhadap Berat Badan dan Lapisan Lemak pada Akseptor Suntik DMPA di Polindes Mangger Karangayar Ngawi" mendapat hasil penelitian yaitu ada perbedaan berat badan yang bermakna sebelum dan sesudah pemakaian KB di Wilayah Kerja Polindes Mangger Karangayar Ngawi.

Banyak wanita menggunakan suntik 3 bulan dengan alasan sangat efektif, tidak mempengaruhi ASI, sedikit efek samping, dapat digunakan oleh perempuan diatas 35 tahun sampai perimenopause, pencegahan kehamilan jangka panjang. Tetapi dalam penggunaannya terdapat beberapa efek samping salah satunya peningkatan berat badan. Perubahan berat badan ini disebabkan karena hormone progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak banyak yang bertumpuk di bawah kulit, selain itu DMPA juga merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang dapat menyebabkan peningkatan nafsu makan, ketika terjadi peningkatan nafsu makan maka akan memicu peningkatan berat badan karena tingginya input nutrisi ke dalam tubuh. Dengan demikian pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan dapat mempengaruhi peningkatan berat badan bagi penggunanya.

### 2. Kontrasepsi Suntik 1 Bulan

Adapun hasil penelitian terlihat pada tabel 3 menunjukkan bahwa responden suntik 1 bulan yaitu dari 74 akseptor KB rata-rata berat badan sebelum yaitu 50,38 kg, berat badan setelah rata-rata yaitu 51,24 kg, perubahan rata-rata 0,86 kg.

Berdasarkan hasil analisis statistik diperoleh nilai  $p = 0,000$ , yang berarti bahwa kontrasepsi suntik 1 bulan sangat signifikan berpengaruh terhadap berat badan akseptor. Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Efi Sriwahyuni (2012) "Hubungan Antara Jenis dan Lama Alat Kontrasepsi Hormonal dengan Peningkatan Berat Badan" menyatakan bahwa jenis kontrasepsi yang banyak digunakan adalah jenis suntik, dengan lama pemakaian tidak lebih dari satu tahun cenderung terjadi peningkatan berat badan pemakaiannya. Serta penelitian oleh Desi Ekawati (2010) "Pengaruh KB DMPA terhadap peningkatan Berat Badan" menyimpulkan bahwa akseptor KB DMPA lebih beresiko mengalami kenaikan berat badan lebih besar dibandingkan bukan akseptor KB DMPA.

Menurut (Wiknjastro 2007) bahwa salah satu efek akibat pemakaian hormon *estrogen* adalah retensi cairan yang disebabkan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium sehingga dapat meningkatkan berat badan. Suntikan 1 bulan mengandung *etinilestradiol* dan *progesterone sintetik* turunan *testosterone*. *Etinilestradiol* memicu pembentukan *angiostensinogen* di hati, dan oleh *renin angiostensinogen* diubah menjadi *angiostensin I* dan selanjutnya *angiostensin I* diubah oleh enzim lain menjadi *angiostensin II* dan *dipeptida*. *Angiostensin II* merupakan *vasokonstriktor* kuat dan pemicu sekresi *aldosteron di korteks suprarenal*. *Aldosteron* menyebabkan terjadinya retensi cairan sedangkan komponen *progesterone sintetik* turunan *testosterone* yang terdapat

didalam kontrasepsi suntikan 1 bulan tidak memiliki khasiat antimineralokortikoid, sehingga tidak dapat mengimbangi efek *etinilestradiol* hal inilah yang dapat meningkatkan berat badan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Hartanto 2004 yang menyatakan bahwa kontrasepsi *estrogen* dapat menaikkan berat badan 1-5 kg. Pertumbuhan berat badan yang disebabkan oleh *estrogen* mengakibatkan bertambahnya lemak subcutan. Terutama pada pinggul, paha dan payudara. Ini tampak setelah beberapa bulan pemakaian. Nafsu makan yang bertambah dan makan banyak serta kurang olah raga mempertinggi penambahan berat badan.

Berat badan ditentukan oleh keseimbangan antara masukan kalori dan pelepasan energi. Orang yang menjalani diet dapat menurunkan berat badannya bila masukan kalori dikurangi, tetapi bila mereka menghentikan dietnya, 95% akan kembali ke berat badan semula. Peningkatan nafsu makan dan adanya retensi cairan pada akseptor pengguna suntik mengakibatkan akseptor menjadi banyak makan sehingga jika tidak diimbangi oleh diet dan olah raga maka akan terjadi peningkatan berat badan.

### 3. Perbandingan Peningkatan Berat Badan Kedua Kelompok

Berdasarkan hasil perhitungan statistik dengan menggunakan uji t dua sampel bebas diperoleh nilai  $p = 0.052$  atau  $p > 0,05$  yang berarti  $H_0$  diterima atau selisih perubahan peningkatan berat badan antara kontrasepsi suntik 3 bulan dan kontrasepsi suntik 1 bulan menunjukkan ketidakbermaknaan.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata peningkatan berat badan untuk akseptor suntik 3 bulan adalah 0,86 kg sedangkan untuk suntikan 1 bulan rata-rata 1,15 kg.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Hartanto 2004 yang mengatakan bahwa umumnya pertambahan berat badan bervariasi antara 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama. Namun pada kontrasepsi suntikan 1 bulan menurut (Hartanto 2004) yang menyatakan bahwa kontrasepsi *estrogen* dapat menaikkan berat badan 1 - 5 kg atau lebih. Sedangkan hasil yang didapatkan peningkatan berat badan untuk suntikan 1 bulan rata-rata 1,15 kg. Adanya perbedaan antara hasil penelitian dengan teori yang ada mungkin disebabkan karena aktifitas yang dilakukan oleh responden baik di dalam rumah maupun di luar rumah ataupun diet yang dilakukan oleh ibu yang merasa berat badannya naik akibat pemakaian kontrasepsi. Aktifitas yang tinggi meskipun seseorang makan berlebihan tidak meningkatkan berat badannya, namun sebaliknya seseorang yang makan sedikit tapi tidak beraktifitas lama-kelamaan akan meningkatkan berat badannya, dan jika masukan kalori seimbang dengan aktifitas maka berat badan seseorang akan tetap normal.

## KESIMPULAN

1. Terdapat pengaruh kontrasepsi suntik 3 bulan terhadap peningkatan berat badan pada akseptor KB dari hasil uji korelasi antara dua variabel penelitian menunjukkan nilai kemaknaan yaitu  $p=0,000$  dimana  $p<0,05$ .
2. Terdapat pengaruh kontrasepsi suntik 1 bulan terhadap peningkatan berat badan pada akseptor KB dari hasil uji korelasi antara dua variabel penelitian menunjukkan nilai kemaknaan yaitu  $p=0,000$  dimana  $p<0,05$ .

## SARAN

1. Disarankan bagi ibu-ibu untuk memilih alat akseptor KB yang tepat bagi dirinya agar tidak mengalami efek samping yang dapat merugikan kesehatan dirinya.
2. Bagi profesi keperawatan/kebidanan diharapkan agar lebih meningkatkan penyuluhan bagi para ibu-ibu dalam pemilihan alat akseptor KB.
3. Bagi peneliti  
Perlu diadakan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh kontrasepsi suntik terhadap berat badan pada akseptor KB dengan sampel yang lebih banyak. Diharapkan dapat menjadi pengalaman berharga dan wadah latihan untuk memperoleh wawasan dan pengetahuan dalam rangka penerapan ilmu pengetahuan yang diterima selama pendidikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN. (2012), *Buku Sumber Untuk advokasi, Keluarga Berencana, kesehatan Reproduksi, Gender dan Pembangunan Kependudukan*, Edisi revisi, BKKBN, Jakarta.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2012-2013), *Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (2002-2003)*, BKKBN, Jakarta.
- Baziad Ali. (2013), *Endokrinologi Ginekologi*, Media Aesculapius Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta.

Depkes. (2012), *Analisis Situasi dan Bimbingan Teknis Pengelolaan Pelayanan KB*, Jakarta.

Gunong F, William (2012). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Terjemahan oleh Djauhari Wijayakusuma, 2012, EGC Jakarta

Hidayat Alimul, A Aziz. (2012), *Metode penelitian kebidanan dan Teknik Analisa Data*,salemba, Medika, Jakarta.

Hartanto, Hanafi. (2004), *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*, Cetakan kelima, Pustaka Sinar Harapan, Jakarta.

Wiknjosastro Hanifa. (2010), *Ilmu Kebidanan*, Yayasan Bina Pustaka Sarwono, Jakarta.