
Hubungan Antara Jangka Waktu Penggunaan Kontrasepsi Suntikan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik Di Puskesmas Mangkoso Barru

Dian Purnamasari, Ernawati
Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia

Abstrak

Program Keluarga Berencana (KB) adalah bagian yang membantu program pembangunan nasional dan bertujuan untuk menciptakan kesejahteraan ekonomi, spiritual dan sosial budaya penduduk keluarga Indonesia guna tercapainya keseimbangan yang baik dengan kemampuan produksi skala nasional. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara jangka waktu penggunaan kontrasepsi suntikan dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB suntik di Puskesmas Mangkoso Barru. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian survey analitik dengan metode cross sectional study. Sampel yang digunakan adalah akseptor KB suntik (1 bulan dan 3 bulan), dengan metode pengambilan sampel yaitu Purposive Sampling, yang berjumlah 52 responden. Diperoleh hasil bahwa ada hubungan antara jangka waktu penggunaan kontrasepsi suntikan dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB suntik di Puskesmas Mangkoso Barru. Hal ini dapat disimpulkan dengan adanya hubungan yang bermakna secara signifikan antara jangka waktu penggunaan kontrasepsi suntikan dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB suntik di Puskesmas Mangkoso Barru. Bagi pelayanan kesehatan, diharapkan lebih meningkatkan kegiatan penyuluhan tentang dampak penggunaan kontrasepsi dan dapat memberikan pelayanan kontrasepsi KB suntik serta menjelaskan alternatif kontrasepsi lainnya.

Kata Kunci: Kontrasepsi, Jangka Waktu Penggunaan, Peningkatan Berat Badan.

Pendahuluan

Program Keluarga Berencana (KB) adalah bagian yang terpadu secara integral dalam program pembangunan kesehatan nasional dan bertujuan untuk menciptakan kesejahteraan ekonomi, spiritual dan sosial budaya penduduk keluarga Indonesia guna tercapainya keseimbangan yang baik dengan kemampuan produksi skala nasional (Sri Handayani, 2010). Paradigma baru program Keluarga Berencana Nasional telah diubah visinya dari mewujudkan NKKBS menjadi visi untuk mewujudkan kesejahteraan, sehat, maju, mandiri, memiliki jumlah anak yang ideal, berwawasan kedepan, bertanggungjawab, harmonis dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Dalam paradigma baru program Keluarga Berencana tersebut, tujuannya sangat menekankan pentingnya upaya menghormati hak-hak reproduksi, sebagai upaya terpadu dalam meningkatkan kualitas kesejahteraan keluarga. Keluarga merupakan salah satu di antara kelima matra kependudukan yang sangat mempengaruhi perwujudan penduduk yang berkualitas (Affandi, 2014).

Metode kontrasepsi bekerja dengan dasar mencegah bertemunya sel sperma laki-laki untuk membuahi sel telur wanita (fertilisasi), atau mencegah sel telur yang sudah dibuahi untuk berimplantasi dan berkembang di dalam rahim (Sulistyawati Ari, 2012).

Minat masyarakat yang besar terutama wanita usia subur terhadap penggunaan kontrasepsi metode suntik meskipun sudah mengetahui adanya efek samping yang dapat dialami, sesuai dengan teori bahwa banyak masyarakat lebih menyukai metode KB suntik dengan alasan tidak mengganggu hubungan seksual, meskipun tetap mempunyai efek samping tertentu yang sama seperti metode kontrasepsi lainnya (Varney, 2007).

Salah satu efek samping penggunaan kontrasepsi suntikan adalah terjadinya kenaikan berat badan, kemungkinan disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak. Sehingga lemak di bawah kulit bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah (Sulistyawati Ari, 2012).

Efek samping yang sering dikeluhkan oleh akseptor KB suntik adalah kenaikan berat badan. Penelitian yang dilakukan oleh University of Texas Medical Branch (UTMB) menyatakan Wanita yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan rata-rata mengalami kenaikan berat badan sebanyak 5,5 kg dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu 3 bulan pemakaian (Haryani Dwi, 2010).

Upaya yang dilakukan oleh pemerintah yang salah satu manfaatnya adalah dapat mencegah peningkatan berat badan pada akseptor suntik adalah dengan memberikan anjuran kepada akseptor untuk menggunakan kontrasepsi jangka panjang seperti AKDR atau implant. Namun, masyarakat pada umumnya lebih memilih menggunakan metode jangka pendek seperti pil dan suntik (Saifudin, 2010).

Persentase peserta KB di Indonesia pada tahun 2005 mencapai 66,2% terdiri dari beberapa metode kontrasepsi yaitu suntik (34%), pil (17%), IUD (7%), implant (7%), kondom (0,6%), MOW (2,6%) dan MOP (0,3%). Kemudian jumlah ini mengalami peningkatan pada tahun 2009 menjadi 66,9% dengan jumlah peserta terbanyak yaitu suntik sebesar 36,8%. Jumlah ini kemudian kembali mengalami peningkatan di tahun 2010 sebesar 0,7% atau sebesar 67,6% (BKKBN, 2010). Jumlah akseptor KB tahun 2015 di kota Makassar mencapai 109.888 peserta dan 167.517 Pasangan Usia Subur (PUS) dengan persentase sebesar 65,6%. Persentase metode kontrasepsi terbanyak adalah suntikan dengan 49,55%, sedangkan IUD 7,85%, implant 8,57%, pil 26,29%, kondom 5,95%, MOP 0,25% dan MOW 1,53% (Dinkes, 2015). Pencapaian program Keluarga Berencana (KB) baru hingga Agustus 2021 di Sulawesi Selatan pada angka 50,86% yang nominalnya adalah 97.692 akseptor, dari target 192.071 akseptor. Sedangkan untuk peserta KB aktif Sulsel pada posisi 113,51% atau sebesar 97.7487 akseptor dari target 861.133 total PUS (BKKBN, 2021).

Mekanisme kerja suntikan kombinasi yaitu menekan ovulasi, menghambat transportasi gamet oleh tuba, mempertebal mukus serviks (mencegah penetrasi sperma) dan mengganggu pertumbuhan endometrium, sehingga menyulitkan proses implantasi. Sedangkan suntikan progestin membuat lendir serviks menjadi kental dan sedikit, sehingga merupakan barrier terhadap spermatozoa. Membuat

endometrium menjadi kurang baik/ layak untuk implantasi dari ovum yang sudah dibuahi dan mempengaruhi kecepatan transpor ovum di dalam tuba fallopi (Sri Handayani, 2010).

Peningkatan berat badan secara terus menerus merupakan tanda yang harus diwaspadai karena merupakan awal dari penyakit-penyakit yang tidak menular seperti kegemukan, hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung coroner, penyakit kanker dan dapat memperpendek harapan hidup. Selain dapat menyebabkan penyakit, kelebihan berat badan juga dapat menimbulkan masalah estetika. Dengan kondisi tubuh yang tampak gemuk, terutama jika penonjolan perut akibat tumpukan lemak, dapat menyebabkan orang menjadi sensitive mengenai penampilannya dan kurang percaya diri untuk tampil di depan umum. Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya peningkatan berat badan, antara lain:

1. Pola makan

Pola makan yang baik perlu dibentuk sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi, pola makan yang tidak sesuai akan menyebabkan asupan gizi berlebih menyebabkan kelebihan berat badan dan penyakit lain yang disebabkan oleh kelebihan zat gizi. Sebaliknya kekurangan asupan makanan kurang dari yang dibutuhkan akan menyebabkan tubuh menjadi kurus dan rentan terhadap penyakit.

Mengonsumsi makanan penghasil energi terutama karbohidrat dan lemak dalam jumlah yang lebih dari kebutuhan, akan menyebabkan tubuh kelebihan energi, akibatnya terjadi penimbunan energi cadangan dalam bentuk lemak tubuh dan bila berlangsung terus-menerus dapat meningkatkan berat badan

2. Keturunan/ faktor genetic

Kegemukan ini dapat ditemukan dalam suatu keluarga, meskipun demikian sulit untuk menyingkirkan dari faktor lingkungan, jadi kecenderungan familial terjadinya kegemukan tersebut disebabkan oleh kebiasaan makanan pada keluarga tersebut, dapat juga terjadi karena adanya kelainan hormonal (Almatsier, 2003).

Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Mangkoso Barru, dengan pendekatan Cross Sectional Study yaitu variabel diamati dan

dilakukan dalam kurun waktu yang sama antara jangka waktu penggunaan kontrasepsi KB suntik dengan peningkatan berat badan akseptor KB suntik.

Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena atau kejadian yang terjadi dimasyarakat.

Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Mangkoso Barru Sulawesi Selatan.

Populasi

Dalam Penelitian ini adalah seluruh akseptor KB suntik baik yang 1 bulan maupun 3 bulan.

Sampel

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan tehnik *Purposive Sampling*, yaitu tehnik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu berdasarkan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi yang telah ditentukan.

Pengolahan dan Analisis Data

Pengumpulan data dimulai dari perizinan untuk pengambilan data awal di Puskesmas Mangkoso kemudian peneliti Menyusun proposal dan menentukan populasi dan sampel. Dilanjut dengan perizinan untuk melakukan penelitian, setelah surat izin keluar, peneliti menjelaskan tujuan dan melakukan penelitian dengan meminta responden yang bersedia menandatangani informed consent untuk mengisi kuesioner. Setelah data telah dikumpulkan peneliti mengolah data dengan tehnik analisis data univariat dan bivariat.

Hasil Penelitian

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jangka Waktu Penggunaan Kontrasepsi Suntikan

Jangka Waktu Penggunaan Kontrasepsi Suntikan	n	%
< 12 bulan	7	13.5
> 12 bulan	45	86.5
Total	52	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan distribusi tabel 1 diatas tentang jangka waktu penggunaan kontrasepsi suntikan pada akseptor KB suntik, menunjukkan bahwa dari 52 responden

sebagian besar responden telah menggunakan kontrasepsi suntikan dalam jangka waktu yang lama yaitu sebanyak 45 orang (86,5%) dan responden yang baru menggunakan kontrasepsi suntikan hanya sebanyak 7 orang (13,5%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Peningkatan Berat Badan

Peningkatan Berat Badan	n	%
Ya	46	88.5
Tidak	6	11.5
Total	52	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 2 tersebut tentang peningkatan berat badan akseptor KB suntik, menunjukkan bahwa dari 52 responden yang mengalami peningkatan berat badan yaitu

sebanyak 46 orang (88,5%), sedangkan yang tidak mengalami peningkatan berat badan adalah sebanyak 6 orang (11,5%).

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Hubungan Antara Jangka Waktu Penggunaan Kontrasepsi Suntikan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik

Jangka Waktu Penggunaan Kontrasepsi Suntikan	Peningkatan Berat Badan		Total		P	
	Ya		Tidak			
	f	%	f	%	f	%
< 12 bulan	3	5.8	4	7.7	7	13.5
> 12 bulan	43	82.7	2	3.8	45	86.5
Total	46	88.5	6	11.5	52	100

Sumber:

Data

Primer

Dari tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa dari 7 ibu yang baru menggunakan alat kontrasepsi suntikan ada 3 orang (5,8%) yang mengalami peningkatan berat badan, sedangkan yang tidak mengalami peningkatan berat badan ada 4 orang (7,7%). Sedangkan yang sudah lama menggunakan menggunakan alat kontrasepsi suntikan ada 45 orang diantaranya mengalami peningkatan berat badan sebanyak 43 orang (82,7%) dan sebanyak 2 orang (3,8%) yang tidak mengalami peningkatan berat badan.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 45 responden (86,5%) yang menggunakan alat kontrasepsi suntikan dalam jangka waktu yang lama ada 43 orang (82,7%) yang mengalami peningkatan berat badan dan 2 orang yang tidak mengalami peningkatan berat badan, hal ini disebabkan karena faktor genetik, status ekonomi dan keteraturan pola makan. Sedangkan dari 7 orang (13,5%) yang baru menggunakan kontrasepsi suntikan ada 3 orang (5,8%) yang mengalami peningkatan berat badan, dan 4 orang (7,7%) yang tidak mengalami peningkatan berat badan.

Dengan uji statistik Chi-Square diperoleh nilai $P=0,02$ lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$, yang berarti bahwa ada hubungan jangka waktu penggunaan kontrasepsi suntikan dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB suntik di Puskesmas Mangkoso Barro.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Sperof dan Darney (2005) mengatakan bahwa peningkatan berat badan pada akseptor KB Suntik yang normal adalah antara 2 sampai 3 kg pada tahun pertama, sementara itu Hartanto mengemukakan bahwa pada tahun pertama penggunaan kontrasepsi suntikan ditemukan

peningkatan berat badan 1 sampai 5 kg atau lebih pada penggunaan dalam waktu yang lebih lama. Peningkatan berat badan > 5 kg pada pengguna kontrasepsi suntikan merupakan kontraindikasi, sehingga untuk melanjutkan penggunaan kontrasepsi ini harus waspada dan bila perlu dihentikan.

Saran

Pada penelitian ini hanya menggunakan perspektif dari beberapa teori yang menjelaskan tentang hubungan antar variabel namun sebenarnya masih banyak teori-teori lain yang memberikan pandangan berbeda mengenai topik yang diteliti dengan beragam variabel lain yang mempengaruhi.

Daftar Pustaka

- Almatsier, S. (2003). Prinsip Dasar Ilmu Gizi .. Jakarta: Gramedia Pustaka
- BKKBN Makassar (2013).
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. (2015). (Profil Provinsi Sulawesi Selatan 2015)
- Ferawati, (2013). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Pemilihan Alat Kontrasepsi NonHormonal di Wilayah Kerja Puskesmas Peukan Baro Kecamatan Peukan Baro Kabupaten Pidie.
- Hartanto, Hanafi. (2004). Keluarga Berencana dan Kontrasepsi. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Haryani Dwi Dewi. (2010). Pengaruh Frekuensi Kontrasepsi Suntik DMPA Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA. Jurnal Ilmiah Kebidanan.
- Hidayat, Alimul Aziz. (2010). Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis

-
- Data. Jakarta: Salemba Medika.
- Handayani, Sri. (2010). Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Manuaba. (1998). Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan Dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan. Jakarta: EGC.
- Manuaba. Pendidikan (2012). Bidan. Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan Dan KB Untuk Pendidikan Bidan. Jakarta: EGC
- Meilani, Fitramayana. Niken. (2010). Pelayanan Keluarga Berencana. Yogyakarta:
- Prawirohardjo Sarwono. (2008). Ilmu Kandungan. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Saifudin, A., (2010). Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sediaoetama. (2012). Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa Dan Profesi Jilid 1. Jakarta: Dian Rakyat.
- Setiawan Ari. (2011). Metodologienelitian Kebidanan DIII, DIV, SI, Dan S2. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sulistyawati Ari. (2012). Pelayanan Keluarga Berencana. Yogyakarta: Salemba Medika.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suratun dkk. (2013). Pelayanan Keluarga Berencana dan Pelayanan Kontrasepsi. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Varney, Helen. (2007). Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Jakarta: EGC.
- Winarsih Nur Ambarwati. (2012). Pengaruh Kontrasepsi Hormonal Terhadap Berat Badan Di Polindes Dan Lapisan Mengger Lemak Karanganyar Pada Akseptor Kontrasepsi Ngawi. Jurnal Kesehatan, ISSN 1979-7621, Vol. 5, No. 2.
- Wiknjosastro. (2005). Ilmu Kandungan. Jakarta: YBP-SP
- Yuliani Sri. (2006). Perempuan Dan Kebijakan Pengendalian Kelahiran. Jurnal Penduduk dan Pembangunan.