

## HUBUNGAN PEMAKAIAN KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN AKSEPTOR KB DI BPM ENDAH SETIATI, SST DESA TONGAS WETAN

### *Correlation between 3-Month Injection Contraceptive Use and Weight Gain in Family Planning Acceptors at Endah Setiati, SST Independent Midwife Practice Tongas Wetan Village*

Shoimatul Husnah\*

Stikes Hafshawaty Zainul Hasan  
Genggong Probolinggo, Jawa Timur

\*email: shoimatul8@gmail.com

#### Abstrak

Alat kontrasepsi suntik merupakan alat kontrasepsi yang banyak digunakan di Indonesia. Proporsi penggunaan kontrasepsi suntik adalah 62,77%. Akseptor KB suntik 3 bulan sebagian besar mengalami peningkatan berat badan. Hal ini karena progesteron merangsang pusat kendali nafsu makan di hipotalamus sehingga mempengaruhi perilaku makan. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa banyak pengguna kontrasepsi suntik berhenti karena efek samping seperti gangguan menstruasi, penambahan berat badan, sakit kepala, dan ketidaknyamanan perut. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antar penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan akseptor KB di BPM Endah Setiati, SST. Desa Tongas Wetan. Penelitian ini menggunakan retrospektif, menggunakan data skunder. Desain penelitian korelasi dengan pendekatan *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini yaitu jumlah akseptor KB suntik 3 bulan di BPM Endah Setiati, SST. Pada bulan Januari s/d Desember 90 orang dengan tehnik total sampling dan uji statistik menggunakan uji *Chi square*. Hasil penelitian ini diketahui bahwa dari 90 akseptor KB suntik 3 bulan sebagian besar akseptor yang pemakaian lama dan mengalami berat badan naik yaitu 40 orang (44,4%). Hasil uji statistik *Chi Square* di peroleh  $p\text{-value} = 0,126$  Maka dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada hubungan pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di BPM Endah Setiati, SST Desa Tongas Wetan. Saran penelitian ini, akan mampu memberikan dampak kepada pelayanan kebidanan di masyarakat terutama dalam memberikan penjelasan kepada pasien tentang efek samping penggunaan KB suntik 3 bulan.

#### Kata Kunci:

Berat badan  
Kontrasepsi  
Suntik 3 bulan

#### Keywords:

Body weight  
Contraception  
3-month injection

#### Abstract

*Injection contraception is a contraceptive method that is widely used in Indonesia. The proportion of injection contraception use was 62.77%. Most acceptors of 3-month injection KB experience an increase in body weight. This is because progesterone stimulates the appetite control center in the hypothalamus, thereby influencing eating behavior. One study showed that many injecting contraceptive users stopped due to side effects such as menstrual disturbances, weight gain, headaches, and stomach discomfort. The purpose of this study was to determine the correlation between the use of 3-month s injection contraception and the increase in the weight of family planning acceptors at Endah Setiati, SST Independent Midwife Practice Tongas Wetan village. This study used a retrospective, using secondary data. With correlation research design with a cross sectional study approach. The population in this study was the number of acceptors of 3-month s injectable family planning at Endah Setiati, SST Independent Midwife Practice. From January to December, 90 people using the total sampling technique and statistical tests used the Chi square test. The results of this study revealed that of the 90 acceptors of the 3-month s injection, most of the acceptors used it for a long time and experienced weight gain, namely 40 people (44.4%). The results of the Chi Square statistical test obtained  $p\text{-value} = 0.126$ . However, it can be concluded that there is no correlation between the use of 3-month s injectable birth control and weight gain in Endah Setiati, SST Independent Midwife Practice in Tongas Wetan village. The suggestion of this research, will be able to have an impact on midwifery services in the community, especially in providing explanations to patients about the side effects of using 3-month injectable birth control.*



## PENDAHULUAN

Pertumbuhan penduduk di Indonesia berkisar antara 21,5 % pertahun hingga 24,9 % pertahun. Tingkat pertumbuhan penduduk seperti itu dipengaruhi oleh tiga faktor utama yaitu: kelahiran (fertilitas), kematian (mortalitas), dan perpindahan (migrasi). Indonesia menghadapi masalah dengan jumlah dan kualitas sumber daya manusia dengan kelahiran 5.000.000 per tahun. Untuk dapat mengangkat derajat kehidupan bangsa telah dilaksanakan secara bersamaan pembangunan ekonomi dan keluarga berencana. Gerakan keluarga berencana nasional Indonesia telah berumur panjang sejak 1970 dan masyarakat dunia menganggap Indonesia berhasil menurunkan angka kelahiran dengan bermakna (Manuaba, 2013).

Keluarga Berencana (KB) adalah suatu upaya yang dilakukan manusia untuk mengatur secara sengaja kehamilan dalam keluarga secara tidak melawan hukum dan moral Pancasila untuk kesejahteraan keluarga. Menurut WHO (*World Health Organization*), keluarga berencana adalah tindakan yang membantu individu atau pasangan suami istri untuk menghindari kelahiran yang tidak diinginkan/direncanakan, mendapatkan kelahiran yang memang diinginkan, mengatur interval diantara kehamilan, mengontrol waktu saat kehamilan dalam hubungan dengan umur suami istri dan menentukan jumlah anak dalam keluarga. Keluarga berencana atau *Family Planning/Planned Parenthood* adalah suatu usaha untuk menjarangkan atau merencanakan jumlah dan jarak kehamilan dengan memakai alat kontrasepsi (Maritalia, 2014).

Kontrasepsi merupakan cara untuk mencegah dan menjarangkan kehamilan serta merencanakan jumlah anak untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga sehingga dapat memberikan perhatian dan pendidikan yang maksimal pada anak. Setiap jenis kontrasepsi yang digunakan mempunyai kelebihan dan kekurangan. Pemilihan kontrasepsi harus disesuaikan dengan status kesehatan wanita, efek samping, konsekuensi terhadap kehamilan yang tidak diinginkan, kerja sama pasangan dan norma budaya mengenai kemampuan mempunyai anak. Efek samping suatu metode kontrasepsi perlu dipertimbangkan dalam menentukan keputusan terhadap keberlangsungan pemakaian kontrasepsi sehingga perlu diupayakan perlindungan efek samping (Hartanto, 2015).

Efek samping kontrasepsi suntik yang paling utama gangguan pola haid, sedangkan efek yang lain tidak kalah pentingnya adalah adanya peningkatan berat badan. Universalnya kenaikan berat tubuh tidak sangat besar, bermacam-macam antara kurang dari 1–5 kilogram dalam setahun awal (Elvia, 2017).

Dari uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan pemakaian kontrasepsi suntik dengan kenaikan berat badan akseptor KB di BPM Endah Setiati, SST Desa Tongas Wetan.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, yaitu penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi/sampel tertentu,

pengumpulan data dengan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan menguji hipotesis yang ditetapkan (Sugiyono, 2014). Penelitian ini menggunakan retro spektif karena melihat data pada masa lalu. Data yang di pakai menggunakan data sekunder yaitu pengambilan data yang sudah ada sebelumnya dari rekam medis. Desain ini menggunakan pendekatan *cross sectional study* dengan tujuan untuk mengetahui hubungan pemakaian kontrasepsi suntik dengan kenaikan berat badan akseptor KB di BPM Bidan Endah Setiati, SST Desa Tongas Wetan yang diamati pada periode waktu yang sama.

**HASIL**

**Analisa Data Umum**

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia akseptor KB di BPM Endah Setiati SST. Desa Tongas Wetan Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo pada tanggal 29 April 2023.

| Usia          | Frekuensi (n) | Prosentase (%) |
|---------------|---------------|----------------|
| < 20 tahun    | 1             | 3,3 %          |
| 20 – 35 tahun | 16            | 53,4 %         |
| > 36 tahun    | 13            | 43,3 %         |
| TOTAL         | 30            | 100 %          |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui kelompok usia responden, yang paling banyak menggunakan suntik KB 3 bulan di BPM Endah Setiati, SST. Desa Tongas Wetan Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo yaitu usia 20-35 tahun sebanyak 47 orang (52,2%).

**Analisis Univariat**

Berdasarkan tabel 2 dapat disimpulkan bahwa pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan yang

paling banyak pada akseptor yang pemakaian lama  $\geq 1$  tahun yaitu 55 orang (61,1%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi pemakaian kontrasepsi suntik 3 Bulan di BPM Endah Setiati, SST Desa Tongas Wetan pada tanggal 29 April 2023.

| Penggunaan Kontrasepsi | Frekuensi (n) | Prosentase (%) |
|------------------------|---------------|----------------|
| Lama                   | 55            | 61,1%          |
| Sedang                 | 35            | 38,9%          |
| TOTAL                  | 90            | 100%           |

Tabel 3. Frekuensi berdasarkan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di BPM Endah Setiati, SST Desa Tongas Wetan Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo pada tanggal 29 April 2023.

| Penggunaan Kontrasepsi | Frekuensi (n) | Prosentase (%) |
|------------------------|---------------|----------------|
| Naik                   | 60            | 66,6%          |
| Tidak naik             | 30            | 33,4%          |
| TOTAL                  | 90            | 100%           |

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan lebih banyak yang mengalami berat badan naik yaitu 60 orang (66,6%).

**Analisis Bivariat**

Tabel 4. hubungan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di BPM Endah Setiati, SST Desa Tongas Wetan pada tanggal 29 April 2023.

| Penggunaan Kontrasepsi Suntik | Berat Badan |      |            |      | Total |      | p     |
|-------------------------------|-------------|------|------------|------|-------|------|-------|
|                               | Naik        |      | Tidak Naik |      |       |      |       |
|                               | N           | %    | N          | %    | N     | %    |       |
| Lama                          | 40          | 44,4 | 15         | 16,7 | 55    | 61,1 | 0,126 |
| Sedang                        | 20          | 22,2 | 15         | 16,7 | 35    | 38,9 |       |
| Total                         | 60          | 66,6 | 30         | 33,4 | 90    | 100  |       |

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa dari 90 responden sebagian besar penggunaan kontrasepsi suntik kategori lama dan yang mengalami berat badan naik yaitu 40 orang (44,4%). Hasil uji statistik dengan

menggunakan uji *chi square* di dapatkan nilai *p-value*:  $0,126 > 0,05$  yang berarti bahwa tidak ada hubungan signifikan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan ibu di BPM Endah Setiati, SST Tongas Wetan.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil Analisa data dapat disimpulkan bahwa akseptor KB suntik 3 bulan yang lebih banyak yang pemakainnya lama  $\geq 1$  tahun yang mengalami berat badan naik yaitu 40 (44,4%). Hasil uji statistik *chi square* menggunakan paket program SPSS diperoleh, bahwa tidak terdapat hubungan signifikan penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan berat badan ibu di BPM Endah Setiati Tongas Wetan.

Akseptor KB suntik 3 bulan rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 11 pon atau 5,5 kg dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu 3 tahun pemakaian. Berdasarkan penelitian yang dilakukan melibatkan 703 wanita yang dibagi dalam 2 kategori, usia 16-24 tahun, dan usia 25-33 tahun, menggunakan KB suntik 3 bulan, oral atau non hormonal selama 3 tahun. Peneliti membandingkan berat badan dan komposisinya yang mencakup pengaruh usia, ras, intake atau asupan kalori, dan olahraga ataupun aktivitas fisik selain dari faktor-faktor lain. Peneliti membandingkan penggunaan KB suntik 3 bulan memiliki resiko 2 kali lipat dibandingkan pengguna kontrasepsi lainnya untuk mengalami obesitas selama 3 tahun pemakaian.

Peningkatan berat badan ini terjadi karena pengaruh hormon progesteron yang mempermudah terjadinya perubahan gula dan karbohidrat menjadi lemak, sehingga lemak banyak yang bertumpuk di bawah kulit, selain itu kandungan progesteron dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang dapat menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah.

DMPA dapat mengaktivasi hormon glukokortikoid reseptor dan dalam dosis yang tinggi dapat mengubah metabolisme lemak, hal ini dapat menyebabkan terjadinya penumpukan lapisan lemak pada manusia yang secara otomatis meningkatkan berat badan. Pendapat lainnya menyatakan penggunaan jangka panjang kontrasepsi suntik dapat memicu terjadinya peningkatan berat badan, kanker, gangguan emosi, dan jerawat karena penggunaan suntikan hormonal yang lama dapat mengganggu keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal. Risiko kenaikan berat badan kemungkinan disebabkan karena hormon progesteron yang 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 kontrasepsi suntik dapat menyebabkan berat badan bertambah.

Pertambahan berat badan memang tidak terlalu besar, antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama penyuntikan. Pertambahan berat badan karena bertambahnya lemak tubuh. Para ahli mengatakan kontrasepsi suntik khususnya depo metroxy progesterone asetat (DMPA) / progestin merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus, yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Hasil penelitian Adriana (2013) menunjukkan hubungan yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Lok Baintan Kecamatan Sungai Tabuk Kabupaten Banjar. Ibu yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan mengalami kenaikan berat badan antara 1-5 kg tahun pertama penyuntikan dengan rata-rata penambahan berat badan pada ibu yang menggunakan KB suntik 3 bulan kurang dari 1 tahun adalah 2 kg dan yang lebih dari 1 tahun adalah 3 kg.

Berdasarkan fakta dan teori dapat disimpulkan bahwa hal ini berbanding terbalik dengan penelitian ini yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan. karena kenaikan berat badan memiliki banyak faktor yang menyebabkannya yaitu: jenis kelamin, usia, psikologi, genetik, penggunaan obat- obatan, etnis, sedangkan faktor-faktor yang dapat dimodifikasikan yaitu asupan nutrisi, pola makan, aktivitas fisik, dan lingkungan sosial.

## KESIMPULAN

Setelah peneliti menganalisa data dan melihat

hasil analisa data, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil identifikasi pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan di BPM Endah Setiati, SST. Desa Tongas Wetan kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo yang telah menggunakan kontrasepsi suntuk 3 bulan yang paling banyak pada akseptor yang pemakaian  $\geq 1$  tahun sebanyak 55 orang 61,1%
2. Hasil identifikasi kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di BPM Endah Setiati, SST Desa Tongas Wetan Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo. di dapatkan bahwa akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan lebih banyak yang mengalami berat badan naik yaitu 60 orang (66,6%).
3. Tidak Ada hubungan penggunaan kontrasepsi suntik dengan perubahan berat badan di BPM Endah Setiati, SST Desa Tongas Wetan Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo

## REFERENSI

- Affandi, dkk. 2014. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aryanti, H. 2014. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Penggunaan Kontrasepsi pada Wanita Kawin Usia Dini di Kecamatan Aikmel Kabupaten Lombok Timur. Tesis. Universitas Udayana Denpasar. Bali.

- BKKBN. 2015. *Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional.
- Handayani, S. 2017. *Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Hardinsyah. 2017. *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hartanto, H. 2015. *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Herawati, R. 2015. Hubungan Berat Badan Ibu dengan Pemakaian KB Hormonal di Desa Pekan Tebih Wilayah Kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu. Skripsi. Universitas Pasir Pengaraian. Riau
- Hidayat, A. A. A. 2017. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data : Contoh Aplikasi Studi Kasus*. Jakarta : Salemba Medika
- Irianto, K. 2014. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Bandung : Alfabeta
- Istiany, A.R. 2014. *Gizi Terapan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Kamariyah, dkk. 2017. *Buku Ajar Kehamilan untuk Mahasiswa dan Praktisi Keperawatan serta Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika
- Kemenkes RI. 2014. *Pedoman Manajemen Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kemenkes RI. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Khoiriah, A. 2017. Hubungan Antara Usia dan Paritas Ibu Bersalin dengan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. *Jurnal Kesehatan (JK)*. Vol. 8, No. 2. Pp. 310-314
- Kurdanti. 2015. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. Vol. 11, No. 4. Pp. 179-190
- Manuaba, I. B. G. 2013. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan. Edisi Kedua*. Jakarta: EGC
- Maritalia, D. 2014. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, T dan Utama I.B. 2014. *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pinem, S. 2015. *Kesehatan Reproduksi dan Kontrasepsi*. Jakarta : CV. Trans Info Media
- Rahmandita, A.P. 2017. Perbedaan Tingkat Konsumsi dan Aktivitas Fisik pada Wanita (20-54 Tahun) Obesitas Sentral dan Non Sentral. Skripsi. Universitas Airlangga. Surabaya
- Rufaridah, et al. 2017. Perbedaan Indeks Masa Tubuh pada Akseptor KB Suntik 1 Bulan dan 3 Bulan. *Jurnal Endurance*. Vol. 2, No. 3. Pp. 270-279
- Saifuddin, A.B. 2014. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

Setyoningsih, F. Y. 2020. Efek Samping Akseptor KB Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA) di BPM Fitri Hayati. *Jurnal Kebidanan*. Vol. 6, No. 3. Pp. 298-304

Sulistyawati, A. 2013. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta : Salemba Medika

Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.