

HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN DENGAN PENINGKATAN BERAT BADAN AKSEPTOR KB DI PRAKTEK MANDIRI BIDAN ARTA PEKANBARU

QORI ARMIZA SEPTIA, IZNIRRAHMA HAYATI, UMMU LUTHFIYAH,
PUTRI INDRA GANDI, EVI SUSANTI
D III Kebidanan STIKes Tengku Maharatu
qoriarmizamkm@gmail.com

Abstract: *The family planning (KB) program aims to regulate the birth of children, the distance between births, and the ideal age for giving birth through promotion, protection, and assistance according to reproductive rights to create quality families (BKKBN, 2015). One of the birth control methods is the 3-month injectable contraceptive, which is effective and long-acting (Affandi, 2013). This study aims to determine the relationship between the duration of using injectable contraception for 3 months and the increase in weight of acceptors at the Independent Practice of Midwife Arta Pekanbaru. The method used is an analytical survey with a cross-sectional approach to explore this phenomenon. The research population was all 3-month injection acceptors at that place, namely 115 people, with a sample of 89 respondents taken by accidental sampling. Data was collected using a checklist sheet from the respondent's family planning card and analyzed by distribution using the chi-square test and obtained a p-value = 0.003. The results of the chi-square test showed a significant value (p-value = 0.003 < 0.05), indicating a relationship between the duration of using injectable contraception for 3 months and an increase in the acceptor's weight. Therefore, it is recommended that midwives provide education regarding the side effects of 3-month contraceptive injections, especially an increase in body weight*

Keywords: *Injectable Contraception, Use of Injectable Birth Control, Weight Gain*

Abstrak: Program keluarga berencana (KB) bertujuan mengatur kelahiran anak, jarak antar kelahiran, dan usia ideal melahirkan melalui promosi, perlindungan, dan bantuan sesuai hak reproduksi untuk menciptakan keluarga berkualitas (BKKBN, 2015). Salah satu metode KB adalah kontrasepsi suntik 3 bulan, yang efektif dan berdaya kerja lama (Affandi, 2013). Penulisan ini bertujuan mengetahui hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor di Praktek Mandiri Bidan Arta Pekanbaru. Metode yang digunakan adalah *survey analitik* dengan pendekatan *cross-sectional* untuk menggali fenomena tersebut. Populasi penulisan adalah seluruh akseptor suntik 3 bulan di tempat tersebut, yaitu 115 orang, dengan sampel 89 responden yang diambil secara *accidental sampling*. Data dikumpulkan menggunakan lembar checklis dari kartu KB responden dan dianalisis dengan distribusi menggunakan uji *chi-square* dan di dapatkan p-value = 0,003. Hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai signifikan (p-value = 0,003 < 0,05), menandakan adanya hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dan peningkatan berat badan akseptor. Oleh karena itu, disarankan kepada bidan untuk memberikan penyuluhan mengenai efek samping kb suntik 3 bulan, khususnya peningkatan pada berat badan.

Kata Kunci: Kontrasepsi Suntik 3 Bulan, Lama Penggunaan KB Suntik, Peningkatan Berat Badan.

A. Pendahuluan

Berbagai negara dibelahan dunia telah berkomitmen secara serius dalam menanggapi target *SDGs (Sustainable Development Goals)*, termasuk negara Indonesia dengan targetnya adalah tercapai kesejahteraan rakyat dan pembangunan masyarakat.

Pembangunan keluarga sejahtera diarahkan secara terpadu untuk mewujudkan keluarga kecil, bahagia dan sejahtera khususnya melalui pembudayaan KB (Keluarga Berencana) dalam rangka pengendalian laju pertumbuhan penduduk yang menjangkau segenap lapisan dan golongan masyarakat dengan tetap menjunjung tinggi moral, etika dan sosial budaya masyarakat (Depkes RI, 2019).

Program keluarga berencana (KB) adalah upaya mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal melahirkan, mengatur kehamilan, melalui promosi, perlindungan, dan bantuan sesuai dengan hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas (BKKBN, 2015). 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. Kontrasepsi hormonal sebagai salah satu alat kontrasepsi yang meningkat tajam. Cakupan pasangan usia subur hampir 380 juta pasangan menjalankan Keluarga Berencana dan 65-75 juta diantaranya terutama di Negara Berkembang menggunakan kontrasepsi hormonal seperti pil, suntik dan implant. Kontrasepsi hormonal yang digunakan dapat memiliki pengaruh positif dan negatif terhadap berbagai wanita.

B. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian yang bersifat analitik dengan menggunakan desain *cross sectional*. Lokasi penelitian ini dilakukan di Praktek Mandiri Bidan Arta Pekanbaru. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-Agustus 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor KB suntik 3 bulan di Praktek Mandiri Bidan Arta Pekanbaru yang berjumlah 115 akseptor. Sampel penelitian ini yaitu sebanyak 89 responden. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan metode *accidental sampling*.

C. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1 Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Gizi Kurang pada Balita di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo

Penggunaan	Peningkatan Berat B				Total	<i>p-Value</i>
	Ada	%	Tidak	%		
>1 Tahun	32	41%	9	9%	46%	0.003
1 Tahun	47	59%	1	1%	54%	
Total	79	100%	31	89%	100%	

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa 89 responden yang penggunaan suntik 3 bulan selama 1 tahun sebanyak (53,9%) dan yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak (59%). Hasil analisis *chi-square* menunjukkan nilai $p=0,003 < 0,05$ maka H_a di terima dan H_0 di tolak yang artinya ada hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB di Praktek Mandiri Bidan Arta Pekanbaru. Namun demikian, perlu diketahui bagi para akseptor KB suntik bahwa penggunaan jangka panjang memiliki efek samping, yaitu turut memicu terjadinya peningkatan berat badan, kanker, kekeringan pada vagina, gangguan emosi, dan jerawat karena penggunaan suntik yang lama dapat mengacaukan keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal.

Hasil penulisan menunjukkan mayoritas responden memakai KB suntik selama 1 tahun, sehingga tidak terlalu terjadi peningkatan berat badan. Beberapa responden mengalami kenaikan berat badan maksimal adalah 5 kg. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada kecenderungan semakin lama responden memakai kontrasepsi suntik maka semakin meningkat berat badan responden. Hasil ini sesuai dengan hasil penulisan sebelumnya yang menemukan bahwa pemakaian kontrasepsi suntik dari 1 tahun cenderung terjadi peningkatan berat badan pemakainya (Pramasari, 2017). Namun demikian, perlu diketahui bagi para akseptor KB suntik bahwa penggunaan jangka panjang memiliki efek samping, yaitu turut memicu terjadinya peningkatan berat badan, kanker, kekeringan pada vagina, gangguan emosi, dan jerawat karena penggunaan suntik yang lama dapat mengacaukan keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal. Oleh karena itu, bila sudah dua tahun dan para ibu mengalami berbagai efek samping seperti yang telah disebutkan di atas, diharapkan untuk pindah ke sistem KB yang lain, seperti KB kondom, spiral, atau kalender (Saifuddin, 2014).

Menurut analisa penulis, peningkatan berat badan disebabkan oleh beberapa faktor seperti pemakaian kontrasepsi KB suntik dalam jangka waktu yang lama dan adanya pengaruh hormone progesterone yang dapat merangsang pusat nafsu makan yang ada di hypothalamus lateral. Dengan meningkatnya nafsu makan, karbohidrat yang dikonsumsi dari makanan oleh hormone progesterone diubah menjadi lemak sehingga terjadi penumpukan lemak yang menyebabkan berat badan bertambah. Penanganan peningkatan berat badan pada akseptor KB adalah dengan memberikan komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) jelaskan sebab terjadinya peningkatan berat badan. Berdasarkan hasil penulisan ini disarankan kepada akseptor KB suntik dianjurkan untuk mengatur asupan makanan, diet rendah lemak dan olahraga secara teratur.

Hasil penulisan di atas didukung oleh hasil penulisan yang dilakukan oleh Sutriani, dkk. (2014) dengan judul “Hubungan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan (DMPA) dengan Kenaikan Berat Badan di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar” yang menyimpulkan bahwa ada hubungan antara penggunaan KB suntik 3 bulan (DMPA) dengan kenaikan berat badan di Puskesmas Cendrawasih kota Makassar, dimana dari 35 responden yang menggunakan kb suntik 3 bulan, sebagian besar berat badannya naik sebanyak 24 responden (54,3%). Hasil penulisan Rohani Agustina (2018) juga menunjukkan hal yang sama, dari 57 responden yang diamati 31 mengalami perubahan berat badan dan 19 tidak mengalami perubahan berat badan. Hasil penulisan tersebut semakin memperkuat dugaan adanya keterkaitan penggunaan kontrasepsi DMPA terhadap perubahan berat badan. Rakhmawati (2018) dalam penulisannya menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara lama pemakaian KB suntik dengan timbulnya efek samping pada akseptor KB. Akseptor yang menggunakan KB > 5 tahun sebagian besar mengalami efek samping berat sebesar (21,7%). Efek samping KB suntik adalah hasil pengiring yang tidak diinginkan atau diharapkan dalam pemakaian KB suntik. Efek samping yang dapat timbul meliputi gangguan haid (amenorrhoe, haid tidak teratur, spotting), perubahan berat badan, depresi, leukorhea, jerawat, pusing, mual dan muntah, perubahan libido, pengeroposan tulang.

D. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor Kb Di Praktek Mandiri Bidan Arta Pekanbaru yang telah disajikan pada BAB sebelumnya dapat disimpulkan bahwa: 1) Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan sebanyak 48 responden (53,9%) yang penggunaan 1 tahun dan 41 responden (46,1%) yang penggunaan >1 tahun. 2) Hasil analisis menunjukkan bahwa

mayoritas peningkatan berat badan akseptor KB sebanyak 79 responden (88,8%) yang mengalami adanya kenaikan dan sebanyak 10 responden (11,2%) yang tidak ada kenaikan. 3) Hasil uji *chi-square* meunjukkan nilai $p\text{ value}=0,003<0,05$ maka H_a di terima dan H_0 di tolak yang artinya ada hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB Di Praktek Mandiri Bidan Arta Pekanbaru Tahun

Daftar Pustaka

- Adriana, P. (2013). Hubungan penggunaan KB Suntik 3 bulan dengan Kenaikan Berat Badan pada Wanita Akseptor KB di Wilayah Kerja Puskesmas Lok Baitan. *Dinamika Kesehatan* Vol.12. No.12 Desember.
- Arum, Dyah Noviawati Setya, Sujiyatini. (2017). *Panduan Lengkap Pelayanan KB terkini*. Yogyakarta: Fitramaya.
- BKKBN. (2016). *Kebijakan Program Kependudukan, Keluarga Berencana, dan Pembangunan Keluarga*. Jakarta: BKKBN.
- BKKBN. (2018). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan. Dinas Kesehatan Provinsi Riau. Laporan Kinerja Dinas Kesehatan Provinsi Riau.
- Darwyan, S (2017) *Metode Penulisan Kualitatif Dan Kuantitatif*. Jakarta: Alfabeta. Dinas Kesehatan Provinsi Riau. Diakses melalui <https://dinkes.riau.go.id/>
- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. “Profil Kesehatan Provinsi Riau (2016)”. Riau,
- Erzie Utami Rizati, (2019), Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi KB suntik 3 Blan Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Wilayah Kerja Puskesmas Kandang Koto Bengkulu. Poltekkes kemenkes. <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/2063/1/ERZIE%20UTAMI%20RIZATI.pdf> SKRIPSI
- Febriani R, Rayamayanti I. (2020). Analisis perubahan berat badan dengan pemakaian kb suntik 3 bulan. *Jurnal „Aisyiyah Med*
- Fauzie, Rahman dkk. (2017). *Program Keluarga Berencana & Metode Kontrasepsi*. Banjarbaru: Zukzez Express.
- Hartanto, H. (2015). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan. <https://riau.bps.go.id/indicator/30/179/1/peserta-kb-aktif-berdasarkan-alat-kontrasepsi.html>
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). <https://kemkes.go.id/>
- Lestari, T (2015). *Kumpulan teori untuk kajian pustaka penulisan kesehatan*. Yogyakarta: Nuha medika.
- Lina Mariana Harahap, (2021) Hubungan Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Kenaikan Berat Badan Akseptor KB di Klinik Bidan Rahmatun Azmi Desa Pargarutan. <https://repository.unar.ac.id/jspui/bitstream/123456789/2984/1/SKRIPSI%20LINA.pdf>
- Megalina Limoy, Katarina. (2017). Hubungan antara karakteristik ibu dengan sikap dalam pemilihan alat kontrasepsi KB Suntik 3 Bulan
- Marmi. (2016). *Buku Ajar Pelayanan KB*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Notoadmodjo S. (2018). *Metode Penulisan Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nining Alkomah, (2023), Studi Deskriptif Perubahan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Genuk Semarang. Universitas Islam Sultan Agung. http://repository.unissula.ac.id/31996/2/32101900047_fullpdf.pdf
- Rusmini, dkk. (2017). *Pelayanan KB dan kesehatan reproduksi*. Jakarta

- Saifuddin, A (2014). Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiharohardjo
- Sulistyawati A. (2015). Pelayanan Keluarga Berencana. Jakarta Pusat: Salemba Medika.
- 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
- Yurike Septianingrum, dkk. (2018). Faktor -faktor yang mempengaruhi tingginya akseptor KB suntik 3 bulan. Jurnal Ners dan kebidanan, volume 5, No.1.