

**Hubungan Lama Penggunaan Keluarga Berencana (KB) Suntik
3 Bulan dengan Berat Badan Pada Wanita Usia Subur (WUS)
di Puskesmas Soromandi Kabupaten Bima**

*Humaediah Lestari¹, Fitri Pujisustiawati², Arista Kusuma Wardani³

^{1,2,3} Program Studi Kebidanan STIKES Mataram

*Email Korespondensi: lestarihumaediah44@gmail.com

Intisari

Pendahuluan: KB suntik 3 bulan merupakan jenis kontrasepsi paling banyak dipilih oleh wanita usia subur. Penggunaan KB suntik pada beberapa akseptor dapat menimbulkan efek samping, salah satunya yaitu kenaikan berat badan. **Tujuan:** penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan lama penggunaan KB suntik 3 bulan dengan berat badan pada WUS. **Metode:** desain penelitian ini adalah *deskriptif* dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Suromandi. Populasi dalam penelitian ini adalah akseptor KB suntik 3. Sampel pada penelitian ini adalah akseptor KB suntik 3 dengan teknik pengambilan sampel melalui *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan buku register KB. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan responden yang menggunakan KB suntik ≤ 2 tahun sebagian besar memiliki berat badan normal sebanyak 39 orang (54,2%), begitu juga responden yang menggunakan KB suntik > 2 tahun sebagian besar memiliki berat badan normal sebanyak 69 orang (49,6%). Saran: bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut terkait kenaikan berat badan pada pengguna alat kontrasepsi.

Kata kunci : KB suntik 3 bulan, Berat badan, Wanita Usia Subur

Pendahuluan

Peningkatan berat badan merupakan keluhan umum pada pengguna KB suntik. Hal ini dipicu oleh disuntikkannya hormone progesterone ke

Abstract

Introduction: 3-month injectable contraceptives is the type of contraception most often chosen by women. The user of injectable contraceptives in some acceptors can cause side effects, one of which is weight gain. **Purpose:** The aim of this study was to identify anemia that occurs in patients with chronic renal failure undergoing hemodialysis. The design of this research is descriptive with a cross-sectional approach. **Methods:** This research will be carried out in This research was carried out at the Suromandi Community Health Center. The population in this study were patients with chronic renal failure (CKD) undergoing hemodialysis. The samples in this study were 3 injection contraceptive acceptors using simple random sampling technique. The instruments used in this research used family planning register book. **Result:** The results of the study showed that respondents who used injectable contraceptives for ≤ 2 years mostly had normal weight, 39 people (54.2%), as well as respondents who used injectable contraceptives for > 2 years, most of whom had normal weight, 69 people (49.6%). **Suggestions:** for future researchers are that they can carry out further research related to weight gain in contraceptive users.

Keywords : 3-month injectable contraceptives, weight, women

tubuh dapat menambah nafsu makan, karna mempengaruhi pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus sehingga nafsu makan akseptor akan meningkat dari biasanya (Kemenkes,

2022). Namun, dalam jangka panjang jika kenaikan berat badan tidak kendalikan maka dapat menyebabkan terjadinya penyakit seperti osteoarthritis (peradangan sendi karena degenerasi), tekanan darah tinggi (hipertensi), dan diabetes mellitus. Dampak jangka pendek dari gangguan berat badan adalah gangguan citra tubuh atau ketidakpercayaan diri (Utomo, 2010). Efek samping dapat sering kali menjadi alasan akseptor untuk menghentikan penggunaan KB (*drop out*).

Orang dewasa dikatakan kelebihan berat badan apabila memiliki IMT ≥ 25 - <27 . Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan adanya peningkatan yang sangat cepat antara tahun 2010-2018 untuk prevalensi orang dewasa yang mengalami kelebihan berat badan yaitu rata-rata 3,9% pertahun sedangkan untuk obesitas rata-rata 8% pertahunnya (UNICEF, 2019).

Hasil studi yang dilakukan oleh Edwina, Basir dan Yusuf (2010) menunjukkan hasil akseptor KB suntik yang mengalami kenaikan berat badan sebesar 68.9%. Anemia berdampak terhadap peningkatan angka kesakitan dan kematian khususnya pada wanita dan anak, dampak terhadap kelahiran, gangguan perkembangan kognitif dan perilaku pada anak dan anak prasekolah. Kemenkes (2019) penggunaan KB suntik dalam jangka waktu yang lama yakni lebih dari 3 tahun dapat menyebabkan beberapa masalah selain permasalahan berat badan, seperti menurunkan kepadatan tulang, vagina menjadi kering, depresi, keputihan, jerawat, dan libido menurun.

Selain menghindari penggunaan KB suntik dalam jangka waktu yang lama, wanita diharapkan juga menghindari faktor penyebab peningkatan berat badan lainnya seperti gaya hidup yang tidak sehat terkait pola makan, dan pola aktivitas fisik yang menunjukkan tren mengkhawatirkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara lama pemakaian KB suntik 3 bulan terhadap peningkatan badan.

Metodologi Penelitian

Desain penelitian ini adalah *deskriptif* dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini akan dilaksanakan di dilakukan di PKM Suromandi. Populasi dalam penelitian ini adalah akseptor KB suntik 3 Bulan. Sampel pada penelitian ini adalah akseptor KB suntik 3 Bulan yang tercatat dalam buku register Pelayanan KB tahun 2022 yang diambil dengan dengan teknik pengambilan sampel melalui *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan buku register KB.

Hasil Penelitian

Hasil identifikasi hubungan lama pemakaian suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di PKM Suromandi diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan dan Pekerjaan (n = 214)

Karakteristik	Jumlah	%
Usia		
20-35 Tahun	132	61,7
> 35 Tahun	82	38,3
Pendidikan		
SD	20	9,3
SMP	44	20,6
SMA	114	53,2
PT	36	16,9
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	191	89,3
PNS	23	10,7

Total	214		100		Lama penggunaan				Status Berat Badan				Total			
Berdasarkan data pada tabel 1 tersebut diatas diketahui sebagian besar responden berusia 20-35 tahun sebanyak 132 orang (61,7%), sebagian besar dengan pendidikan terakhir SMA sebanyak 114 orang (53,3%), dan sebagian besar sebagai IRT yaitu 191 orang (89,3%).	KB Suntik 3 Bulan	Kurus Berat		Kurus Ringan		Normal		Gemuk Ringan		Gemuk Berat		N	%	N	%	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%					
	≤ 2 tahun	2	0.9	2	0.9	39	18	13	6.1	19	8.9	75	35			
	> 2 tahun	1	0.5	1	0.5	69	32	33	15.4	35	16.4	139	65			
Jumlah	3	1.4	3	1.4	108	51	46	20.6	54	26.1	214	100				

Berdasarkan data pada tabel 1 tersebut diatas diketahui sebagian besar responden berusia 20-35 tahun sebanyak 132 orang (61,7%), sebagian besar dengan pendidikan terakhir SMA sebanyak 114 orang (53,3%), dan sebagian besar sebagai IRT yaitu 191 orang (89,3%).

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Pemakaian KB Suntik 3 Bulan (n = 214)

Variabel	Jumlah	%
Lama Penggunaan KB Suntik 3 Bulan		
≥2Tahun	75	35
> 2 Tahun	139	65
Total	214	100

Berdasarkan tabel 2 tersebut diatas didapatkan sebagian besar responden menggunakan KB suntik 3 bulan dengan lama pemakaian > 2 tahun sebanyak 139 orang (65%).

Tabel 3. Kategori Status Berat Badan Akseptor Kb Suntik 3 bulan di PKM Suromandi (n = 214)

Variabel	Jumlah	%
Status Brat Badan		
Kurus Berat <17,0	3	1,4
Kurus Ringan 17,0 – 18,4	3	1,4
Normal 18,5 – 25,0	108	50,5
Gemuk Ringan 25,1 – 27,0	46	21,5
Gemuk Berat >27	54	25,2
Total	214	100

Berdasarkan data pada tabel 3 tersebut diatas dapatkan kategori anemia paling banyak pada kategori berat badan normal yaitu sebanyak 108 orang (50.5 %), dan paling sedikit responden dengan berat badan kurus/ringan sebanyak 3 orang (1,4%).

Tabel 4. Hubungan lama penggunaan KB suntik 3 bulan dengan berat badan pada WUS di wilayah kerja puskesmas Soromandi (n = 214)

P value 0,460

Berdasarkan data pada tabel 4 didapatkan sebanyak 75 orang (35%) responden yang memakai KB suntik 3 bulan selama ≤ 2 tahun yaitu yang gemuk ringan 13 orang (6,1%), gemuk berat sejumlah 19 orang (8,9%), berat badan normal 39 orang (18,2%), kurus berat berjumlah 2 orang (0,9%), dan kurus ringan berjumlah 2 orang (0,9%). Sedangkan responden yang menggunakan KB suntik 3 bulan > 2 tahun sebanyak 139 orang (65%) yaitu gemuk ringan berjumlah 40 orang (20,6%), gemuk berat berjumlah 54 orang (26,1%), berat badan normal berjumlah 69 orang (32,2%), kurus berat dan kurus ringan berjumlah 1 orang (0,5%).

Hasil uji nilai $P\text{-value} = 0,460$ ($p \leq 0,05$) artinya tidak ada hubungan lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan berat badan pada WUS di Puskesmas Soromandi Kabupaten Bima Tahun 2022.

Pembahasan

Pemakaian kontrasepsi merupakan upaya mencegah terjadinya kehamilan. Upaya ini dapat bersifat sementara, dapat pula bersifat permanen. Penggunaan kontrasepsi merupakan salah satu variabel yang mempengaruhi fertilitas. Umumnya pemakai suntikan KB mempunyai persyaratan sama dengan pemakai pil, termasuk

penggunaan cara KB hormonal selama maksimal 5 tahun (Yetti, 2012).

Dalam penggunaan jangka panjang (hingga dua tahun) akan turut memicu terjadinya peningkatan berat badan, kanker, kekeringan pada vagina, gangguan emosi, dan jerawat karena penggunaan hormonal yang lama dapat mengacaukan keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal (Saifuddin, 2018).

Banyaknya responden yang telah memakai kontrasepsi suntik dalam jangka waktu yang lama >2 tahun menunjukkan bahwa kontrasepsi suntik telah lama diminati oleh masyarakat. Akseptor merasa telah cocok dengan kontrasepsi suntik karena efektif untuk menunda, menjarangkan, maupun menghentikan kehamilan. Rata-rata responden yang sudah lama menggunakan KB suntik DMPA disebabkan mereka telah merasa senang dan nyaman menggunakan KB suntik DMPA karena KB suntik DMPA ini mudah digunakan dan hanya melakukan suntik setiap 3 bulan sekali, dan tak perlu mengingat-ingat untuk minum obat seperti pada KB pil.

Hal ini sesuai dengan apa yang dinyatakan Mochtar (2015) bahwa kontrasepsi hormonal jenis KB suntik di Indonesia semakin banyak dipakai karena kerjanya efektif, pemakaiannya praktis, harganya relatif murah dan aman.

Pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah. Umumnya pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun

pertama. Perubahan berat badan kemungkinan disebabkan karena hormon progesterone mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak banyak yang bertumpuk di bawah kulit dan bukan merupakan karena retensi (penimbunan) cairan tubuh, selain itu juga DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang dapat menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya.

Hasil studi yang dilakukan oleh Hanifah, dkk. (2014) menunjukkan bahwa rata-rata peningkatan berat badan akseptor KB Suntik 8,6 kg dengan kenaikan terendah sebanyak 5 kg dan tertinggi 17 kg.

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 non hormonal dan KB alami.

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa tidak ada hubungan bermakna antara lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan berat badan dilihat dari nilai $P_{\text{value}} = 0,460$. Hal ini dapat disebabkan karena berbagai faktor lainnya yang lebih berpengaruh seperti masyarakat telah menerapkan gaya hidup yang sehat seperti pola makan yang sehat dan aktifitas fisik yang cukup.

Kesimpulan

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memakai KB suntik selama >2 tahun yaitu sebanyak 139 orang (65%), dengan sebagian besar berat badan responden normal sebanyak 108 orang (50,5%), serta tidak ada hubungan bermakna antara lama pemakaian

kontrasepsi suntik 3 bulan.

EGC

Saran

Saran bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut terkait faktor-faktor penyebab peningkatan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan.

Daftar Pustaka

- Budi, S. P. (2015). *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemilihan Akseptor Terhadap Metode Kontrasepsi Vasektomi di Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes*. 11–47.
- Hanifah, dkk. (2014). Pengaruh Pendidikan, Pekerjaan, Usia Kawin Pertama, Penggunaan Alat Kontrasepsi Terhadap Jumlah Anak. *Jurnal Penelitian Geografi*. Vol.2, No. 8. Pp. 1-7.
- Hidayat. (2016). *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayati, R. (2019). *Metode dan Teknik Penggunaan Alat Kontrasepsi Petunjuk Praktis Pemasangan Alat Kontrasepsi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia 2015*. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 42 2018]*. http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profilkesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia
- Kemenkes RI, 2022, *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017* Kemenkes RI, Jakarta, hal. 105-106.
- Kontrasepsi Hormonal pada Akseptor Keluarga Berencana di Wilayah Puskesmas “ X ” Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Farmasi Indonesia*, 19(2), 363–371.
- Mochtar, R. (2015). *Sinopsis Obstetri*. Jakarta:
- Monayo E R, Basir I S, Yusuf R M. 2020. Efek Samping Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Di Wilayah Kerja Puskesmas Buhu Kabupaten Gorontalo. *Jambura Nurisng Journal*. Pissn: 2654-2927 Eissn: 2656-4653. Vol. 2, No.1, January, 2020. <Http://Ejurnal.Ung.Ac.Id/Index.Php/Jnj>.
- Prijatni, I. (2016). *Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana*
- Saifuddin, A. B. et al. 2018. *Buku Panduan Praktis pelayanan Kontrasepsi*. 2th edition. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta. hal. 41- 45
- UNICEF. 2019. Analisis Lengkap Kelebihan Berat Badan di Indonesia. Diakses si www.unicef.org
- Vita, L., Dewi, I., Purbosari, E. Y., & Hanifah, I. R. (2022). *Gambaran Efek Samping*
- Yetti, A. (2012). *Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta : Yohima Press.