

**HUBUNGAN ANTARA LAMANYA PENGGUNAAN KONTRASEPSI
HORMONAL SUNTIK DMPA DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN DI
KLINIK KEDAUNG MEDIKA BEKASI TAHUN 2020**

Syifa Nur Akmar

Sarjana Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo Semarang

Email : syifan821@gmail.com

ABSTRAK

Lamanya penggunaan Kontrasepsi hormonal suntik DMPA (Depot Medroxyprogesterone Acetate) merupakan jangka waktu pemakaian kontrasepsi yang mempengaruhi kenaikan berat badan karena hormone progesterone memudahkan perubahan karbohidrat menjadi lemak. Kenaikan berat badan pada pengguna metode kontrasepsi jenis suntik biasanya berkisar antara 2,3 kg-2,9 kg. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini merupakan penelitian survei analitik dengan *survey cross sectional*. Teknik pengambil sampel pada penelitian ini menggunakan *Purposive Sampling* dengan mendapatkan responden sebanyak 34 orang. Pengumpulan data pada penelitian ini yaitu menggunakan master tabel berisi tentang identitas akseptor, usia akseptor, lamanya penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dan kenaikan berat badan. Penelitian ini juga menggunakan data sekunder yang bersumber dari buku rekam medik Klinik Kedaung Medika Bekasi untuk mengetahui lamanya penggunaan dan berat badan awal dan akhir. Hasil analisis penelitian ini menggunakan *Uji Chi-square* menunjukkan diketahui bahwa nilai sig.chi-square sebesar 0,013, H₀ ditolak jika probabilitas <0,05 dan H_a diterima maka terdapat hubungan antara variabel lamanya penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan kenaikan berat badan di Klinik Kedaung Medika Bekasi tahun 2020. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara variabel lamanya penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan kenaikan berat badan di Klinik Kedaung Medika Bekasi tahun 2020.

Kata Kunci : Lamanya penggunaan, Kontrasepsi hormonal suntik DMPA, Kenaikan Berat Badan.

ABSTRACT

The duration of use of injectable hormonal contraceptives DMPA (Depot Medroxyprogesterone Acetate) is a period of time to use contraception that affects weight gain because the hormone progesterone makes it easier to convert carbohydrates into fat. Weight gain for users of injection-type contraceptive methods usually ranges from 2.3 kg to 2.9 kg. This research uses quantitative methods. This research is an analytic survey research with cross sectional survey. The sampling technique used in this study was purposive sampling by getting 34 respondents. Data collection in this study was using a master table containing the identity of the acceptors, the age of the acceptors, the length of time using DMPA

injectable hormonal contraceptives and weight gain. This study also uses secondary data sourced from the medical record book of Kedaung Medika Clinic Bekasi to determine the length of use and initial and final body weight. The results of the analysis of this study using the Chi-square test shows that the sig.chi-square value is 0.013, H₀ is rejected if the probability <0.05 and H_a is accepted, then there is a relationship between the variable duration of use of DMPA injectable hormonal contraceptives and weight gain at Kedaung Clinic. Medika Bekasi in 2020.

The conclusion in this study is that there is a relationship between the variable duration of use of DMPA injection hormonal contraception and weight gain at the Kedaung Medika Clinic, Bekasi in 2020.

Key Words : Duration of use, injectable DMPA hormonal contraception, weight gain.

PENDAHULUAN

Keluarga berencana adalah upaya pengendalian kehamilan keluarga dengan sengaja tanpa melanggar hukum yang ada dan moral Pancasila demi mencapai kesejahteraan keluarga (Maritalia, 2014). Pedoman pelayanan kontrasepsi pada situasi saat ini yaitu memberikan kemandirian terhadap pasangan suami istri untuk menentukan metode yang diinginkannya. Selain air dan kondisi lingkungan yang bersih dan tentunya sehat serta mengonsumsi makanan yang sehat, kontrasepsi juga merupakan salah satu syarat penting untuk hidup sehat. Terdapat dua jenis metode kontrasepsi. Terdapat metode kontrasepsi hormonal dan non hormonal.

Menurut data dari Profil Keluarga Berencana dari Badan Kependudukan dan KB Nasional tahun 2018, Lingkup Pasangan Usia Subur (PUS) Berdasarkan kepesertaan dalam penggunaan kontrasepsi atau akseptor KB di Indonesia sebanyak 38.343.931 jiwa. Cakupan Pasangan Usia Subur (PUS) Menurut provinsi wilayah Jawa Barat tahun 2018, Terdapat 7.925.420 pasangan usia subur. Jumlah peserta KB aktif adalah 5.268.652 (66,48%). Pada presentase data akseptor kontrasepsi Modern di wilayah Provinsi Jawa Barat, pengguna suntik sebanyak 3.380.544 jiwa (64,39%). Peserta KB Aktif menurut Metode Kontrasepsi Modern yaitu Suntik di Jawa Barat sebanyak 695.807 jiwa. (Kemenkes RI, 2018)

Kontrasepsi hormonal, khususnya suntik hormonal menjadi metode kontrasepsi yang banyak diminati dan dipergunakan wanita di Indonesia. Tingginya keinginan perempuan dalam penggunaan kontrasepsi suntik dikarenakan

sederhana, aman, efektif, dan dapat digunakan pada saat setelah melahirkan. Suntikan kontrasepsi satu bulan dan suntik kontrasepsi tiga bulan memiliki efek samping antara lain terdapat penambahan berat badan, gangguan menstruasi, akan terasa sakit pada kepala, keputihan dan efek pada system kardiovaskular.

Pada umumnya merupakan impian setiap wanita untuk memiliki dan mencapai berat badan yang ideal. Berat badan yang ideal akan memudahkan perempuan dalam meningkatkan bahkan memperbaiki penampilannya. Dalam bidang Kesehatan, berat badan ideal menjadi ukuran bahwa dalam keadaan sehat. Menjaga berat badan ideal penting dilakukan untuk tidak menyebabkan munculnya berbagai penyakit metabolisme, tidak memicu terjadinya penyakit yang sudah ada, dan menjauhi kejadian kematian prematur. Selain memicu penampilan lebih menarik, menjaga berat badan juga bisa membuat tubuh lebih sehat.

Berdasarkan latar belakang dan penjelasan diatas terdapat ketertarikan peneliti untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara lamanya penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan kenaikan berat badan pada akseptor KB tersebut di Klinik Kedaung Medika Bekasi Tahun 2020.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian ini merupakan penelitian survei analitik dengan *survey cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor KB suntik DMPA yang datang pada bulan Agustus dan kembali pada bulan November di Klinik Kedaung Medika yang berjumlah 56 Orang. Sedangkan sampel diambil dengan Teknik *purposive sampling* sebanyak 34 responden dengan kriteria inklusi yaitu akseptor yang masih aktif dalam menggunakan kontrasepsi hormonal suntik DMPA, Berusia 20-35 tahun dan akseptor yang menggunakan KB Suntik DMPA/Suntik 3 bulan secara rutin. Pengumpulan data pada penelitian ini yaitu menggunakan master tabel berisi tentang identitas akseptor, usia akseptor, lamanya penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dan kenaikan berat badan. Pada penelitian ini juga mengambil data sekunder yang bersumber dari buku rekam medik Klinik Kedaung Medika Bekasi dan buku kunjungan akseptor kontrasepsi hormonal Suntik DMPA

untuk mengetahui waktu atau lamanya penggunaan dan berat badan awal dan akhir. Analisis data terdiri dari analisis univariat dan bivariat. Pada penelitian ini menggunakan uji statistic yaitu uji Chi-Square.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Akseptor Hormonal KB Suntik DMPA menurut Usia dan Pekerjaan di Klinik Kedaung Medika Tahun 2020

No.	Karakteristik	Jumlah (f)	Persentase (%)
1.	Usia Akseptor		
	a. 20-25 tahun	5	14,7
	b. 26-30 tahun	16	47,1
	c. 31-35 tahun	13	38,2
	Jumlah	34	100
2.	Pekerjaan		
	a. Guru	2	5,9
	b. IRT	22	64,7
	c. Wiraswasta	2	5,9
	d. Buruh	8	23,5
	Jumlah	34	100

Pada Tabel 4.1 diatas diketahui bahwa dari 34 orang akseptor Kontrasepsi Hormonal Suntik DMPA, mayoritas berusia 26-30 tahun yaitu 16 orang (47,1%). Dari Tabel diatas diketahui bahwa dari 34 orang akseptor KB Suntik DMPA, mayoritas Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu 22 orang (64,7%).

Salah satu faktor utama yang mempengaruhi kesuburan wanita adalah usia. Seiring bertambahnya usia, kuantitas dan kualitas telur juga akan berdampak. Umumnya, seorang wanita lahir dengan sel telur yang akan ia miliki selama semasa hidupnya. Kehamilan paling ideal di usia 20 sampai 35 tahun. Di kategori usia tersebut, bila jarak kelahiran anak 2 sampai 4 tahun maka butuh alat kontrasepsi untuk mengontrol kehamilan atau menjarakkan kehamilan (Upahita, 2020).

Pada usia 20 sampai 35 tahun adalah periode usia yang paling baik untuk hamil dan usia ini juga termasuk usia reproduktif pada fase menjarakkan kehamilan, kemudian diperlukan kontrasepsi yang bersifat efektif, mayoritas usia 20 sampai 35 tahun ibu akan mengalami kenaikan berat badan, akan tetapi masih terdapat wanita yang mengalami penurunan berat badan, hal ini disebabkan karena

pada usia ini merupakan usia yang reproduktif, dengan dilakukannya rutinitas secara aktif pada kegiatan sehari-hari mampu mempertahankan berat badan dengan keinginan terutama dengan untuk pola nutrisi dijalankan sesuai anjuran kesehatan bukan sesuai selera sendiri, apabila memakan makanan sesuai dengan keinginan tanpa adanya batasan maka akan timbul efek kenaikan berat badan. Dan alat kontrasepsi suntik merupakan alat kontrasepsi yang dapat digunakan oleh perempuan yang berumur >35 tahun. Semakin bertambah umur seseorang maka seseorang akan cenderung kehilangan otot, terutama jika kurang aktif. Kehilangan otot akan mengurangi tingkat pembakaran kalori, apalagi jika tidak dilakukan diet seimbang hal tersebut akan mengakibatkan kenaikan berat badan.

Usia antara 20-35 tahun dikategorikan tingkat kesuburan reproduksi lebih tinggi dibanding dalam usia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun serta faktor jenis kelamin karena dalam penelitian ini responden semuanya berjenis kelamin perempuan sehubungan dengan judul penelitian ini lakukan pada akseptor alat kontrasepsi hormonal suntik DMPA yang digunakan khusus pada perempuan, dimana sesuai teori pendukung bahwa perempuan akan lebih mudah gemuk jika dibanding dengan laki-laki karena otot tubuh yang lebih kecil, otot membakar kalori lebih banyak dari jaringan tubuh yang lain sehingga metabolisme pada perempuan jauh lebih lambat daripada laki-laki.

Menurut Bernaduset al pada tahun 2013 mengutarakan bahwa umur >20 tahun merupakan masa menjarangkan atau mengontrol kehamilan, dan melakukan pencegahan untuk kehamilan kemudian dalam pemilihan alat kontrasepsi lebih dianjurkan untuk menggunakan kontrasepsi jangka panjang (Jurisman A, 2016).

Pekerjaan mempengaruhi kenaikan berat badan, wanita yang mempunyai pekerjaan bisa dikatakan bahwa wanita tersebut mempunyai efek yang lebih signifikan pada saat mempergunakan kontrasepsi tersebut. Nilai waktu yang dimiliki wanita bekerja adalah lebih sulit mengalami kenaikan berat badan dibandingkan dengan wanita yang tidak bekerja, karena dengan bekerja wanita tersebut akan beraktifitas yg membuat berat badannya susah bertambah. Tetapi bagi perempuan yang tidak memiliki pekerjaan atau ibu rumah tangga akan cenderung

mengalami kenaikan berat badan karena tidak terlalu banyak melakukan aktifitas fisik. Hal ini akan berpengaruh pada berat badan ibu.

Aktifitas fisik atau olahraga yang berlebihan dapat membuat tubuh menjadi sangat lelah, karena asupan energi yang terkuras habis, hal ini akan lebih cepat lapar, keadaan ini justru membuat makan lebih banyak. Meski dikatakan aktivitas fisik berlebihan atau olahraga yang berlebihan merupakan aktivitas fisik yang berat, ada beberapa hal yang harus diperhatikan, contohnya aktifitas hanya dilakukan didalam rumah sebagai ibu rumah tangga. Sebab aktifitas fisik dirumah biasanya hanya sedikit yang dilakukan karena ada orang yang menjadi jasa asisten rumah tangga yang bertugas untuk mengerjakan urusan dan keperluan rumah tangga, situasi ini menyebabkan aktifitas yang dilakukan hanya sedikit menghabiskan energi dan asupan nutrisi yang diberikan kedalam tubuh menjadi tidak seimbang dengan energi yang dikeluarkan melalui cara beraktifitas fisik yang dilakukan maupun yang dihasilkan melalui keringat atau pembakaran lemak. (Hana Liando, 2015)

Tabel 4 2. Distribusi Frekuensi Variabel Lamanya Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik DMPA di Klinik Kedaung Medika Bekasi Tahun 2020

No.	Karakteristik	Jumlah (f)	Persentase (%)
1.	1-3 tahun	13	38,2
2.	>3 tahun	21	61,8
Jumlah		34	100

Pada tabel 4.2 diatas didapatkan responden yang sudah lama memakai atau menggunakan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan jangka waktu >3 tahun berjumlah 21 orang atau sebesar 61,8% lebih besar dibandingkan penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan jangka waktu 1-3 tahun yaitu berjumlah 13 orang atau sebesar 38,2%.

Banyaknya akseptor yang membuat pernyataan bahwa kontrasepsi hormonal suntik DMPA membuat masyarakat banyak yang sudah lama menginginkan bahkan berminat memakai kontrasepsi tersebut khususnya akseptor

di Klinik Kedaung Medika. Bagi akseptor di Klinik Kedaung Medika Kontrasepsi tersebut dikatakan kontrasepsi yang gampang untuk dipergunakan dan didapatkan dengan mudah. Bagi pengguna kontrasepsi tersebut dalam melakukan kunjungan ulang pun lumayan lama untuk jangka waktunya dan biaya yang dikeluarkan juga cukup murah, namun bisa sangat efektif mencegah kehamilan. Selain itu jangka waktu yang digunakan responden untuk menggunakan kontrasepsi hormonal suntik DMPA ini untuk menjarangkan kehamilan atau menunda kehamilannya karena faktor usia dan paritasnya.

Menurut penelitian Pratiwi pada tahun 2017 yang berjudul “Gambaran Lama Penggunaan KB Suntik Depo Progestin Terhadap Peningkatan Berat Badan Ibu Di Puskesmas Jumpangang Barumakassar Periode bulan Mei sampai Juni 2017” Didapatkan hasil bahwa digunakannya Kb suntik depo progestin diusia 20 sampai 35 th, pemakaian >1 tahun terjadi penambahan 1 kg berat badan. Kemudian di anjurkan untuk pengguna kontrasepsi ini mencari tahu Kb apa yg sesuai dan efek sampingnya berdasarkan jenis kb selain itu kb yang paling sering ditemukan di masyarakat (Bayuningrum, 2017).

Berdasarkan penelitian Analia Kunang, Yeti Septiasari, dan Dwi Meinanda pada tahun 2019 diperoleh wanita dengan lama penggunaan >4 Tahun yaitu sebanyak 17 orang dan wanita yang mengalami peningkatan badan yaitu sebanyak 31 orang. hasil penelitian ini yaitu Ada hubungan antara lama pemakaian KB suntik 3 bulan Depo Medrosik Progesteron Asetat dengan kenaikan berat badan di BPM Selva Tiara Kec Bulok Kab. Tanggamus Tahun 2019. Bagi pemakai kontrasepsi suntik DMPA untuk mampu melakukan pola hidup sehat contohnya memakan makanan sehat dan melakukan kegiatan olahraga sebagai upaya pencegahan peningkatan berat badan akibat efek samping kontrasepsi hormonal DMPA (Analia Kunang, 2019).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Dewi, dkk pada tahun 2010 didapatkan hasil penelitian yaitu Rata-rata frekuensi kontrasepsi suntik DMPA pada akseptor suntik DMPA sebanyak 18 kali, rata-rata Kenaikan berat badan akseptor setelah menggunakan KB suntik DMPA sebanyak 6,8 kg dari 76 akseptor, akibatnya akan

semakin banyak akseptor yang menggunakan suntik DMPA maka berat badan juga biasanya akan bertambah (Dewi Dwi Haryani, 2010).

Tabel 4 3. Distribusi Frekuensi Variabel Kenaikan Berat Badan Akseptor Hormonal Suntik DMPA di Klinik Kedaung Medika Tahun 2020

No.	Karakteristik	Jumlah (f)	Persentase (%)
1.	Nilai kurang dari normal (<2,3 kg)	7	20,6
2.	Naik Normal (2,3-2,9 kg)	13	38,2
3.	Naik lebih dari normal (>2,9 kg)	14	41,2
Jumlah		34	100

Pada tabel 4.3 diatas diketahui bahwa akseptor Kontrasepsi Hormonal Suntik DMPA yang berat badannya mengalami yang signifikan dengan karakteristik kenaikan berat badan >2,9 kg berjumlah 14 orang atau sebesar 41,2%. Yang berat badannya mengalami kenaikan dalam batas normal yaitu 2,3-2,9 kg berjumlah 13 orang atau sebesar 38,2% dan yang tidak mengalami kenaikan atau naik <2,3 kg berjumlah 7 orang atau sebesar 20,6%.

Volume tubuh manusia yang tersusun dari cairan tubuh dan jaringan tubuh manusia, diukur dalam satuan kilogram menggunakan timbangan berat badan adalah definisi dari berat badan. Menurut Irianto (2014) umumnya pertambahan berat badan terhadap penggunaan suntikan 3 bulan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama. Penggunaan progesterone dapat meningkatkan nafsu makan, efek yang serupa dengan tingginya kadar progesterone dalam kehamilan. Bukti menunjukkan bahwa pertambahan berat badan ini adalah hasil dari peningkatan lemak dan bukan merupakan akibat sekunder dari proses anabolisme atau retensi cairan (Irianto, 2014).

Adapaun efek samping utama pemakaian kontrasepsi suntik baik kontrasepsi suntik satu bulan maupun tiga bulan yaitu perubahan seperti kenaikan ataupun penurunan pada berat badan pengguna. Berubahnya angka pada berat badan pada wanita yang memakai alat kontrasepsi suntik disebabkan karena

terdapatnya hormon progesteron yang kuat hingga menyebabkan nafsu makannya terangsang pada hipotalamus. Kelebihan zat gizi dipengaruhi oleh frekuensi makan yg berlebih, hal ini membuat hormon progesteron merubah zat gizi menjadi lemak atau proses sintesa dari karbohidrat menjadi lemak yg mengakibatkan perubahan/bertambahnya berat badan. Usia juga berpengaruh pada kenaikan berat badan.

Pekerjaan yang dimiliki oleh responden bisa berhubungan dengan kenaikan berat badan karena banyak dan sedikitnya aktifitas dapat berpengaruh. Pada responden yang memiliki pekerjaan mungkin melakukan aktifitas rutin bahkan ada yang memiliki kegiatan berolahraga sedangkan untuk responden ibu rumah tangga beraktifitas terbatas karena kewajiban yang harus dijalani untuk mengurus anak, masak dan sebagainya tetapi ada juga yang memakai jasa pembantu sehingga aktifitas pun sangat sedikit dilakukan bahkan untuk berolahraga merasa malas dan merasa tidak mempunyai waktu untuk berolahraga sehingga membuat lemak dalam tubuh terus menumpuk, otot-otot pun menjadi kendur dan akan membuat berat badan menjadi naik. Selain itu, tidak berolahraga dapat dengan mudah menyebabkan pola makan yang buruk. Salah satunya adalah dorongan untuk selalu makan fast food dengan rasa yang lebih cepat, meski dapat berdampak negatif bagi tubuh. Sebaliknya, ketika seseorang berolahraga secara teratur, dia umumnya lebih cenderung mempertahankan pola makan yang sehat dan menjalani gaya hidup sehat.

Menurut peneliti, persepsi responden tentang citra tubuhnya yang negatif misalnya tidak percaya diri dalam berpakaian dan dikarenakan kenaikan berat badan yang disebabkan oleh hormon progesterone (DMPA) dalam alat kontrasepsi suntik akan cepat merangsang pusat nafsu makan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Nanik, dkk di Puskesmas Pembantu Kebonsari Kabupaten Jember pada tahun 2014 menunjukkan bahwa rata-rata kenaikan berat badan akseptor yaitu 4,5 kg dan nilai berat badan yang sering muncul yaitu 5 kg sebanyak 25 akseptor dari 53 akseptor (Nanik Fitriyah, 2014).

Tabel 4 4. Distribusi Frekuensi Hubungan Antara Lamanya Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik Dmpa Dengan Kenaikan Berat Badan di Klinik Kedaung Medika Tahun 2020

No.	Lamanya Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik DMPA	Kenaikan Berat Badan						Jumlah		ρ
		<2,3 kg	%	2,3-2,9 kg	%	>2,9 kg	%	N	%	
1.	1-3 tahun	6	46,1	4	30,8	3	23,1	13	100	0,013
2.	>3 tahun	1	4,7	9	42,9	11	52,4	21	100	
Jumlah		7	20,6	13	38,2	14	41,2	34	100	

Pada Tabel 4.4 didapatkan bahwa dari 13 orang yang menggunakan KB suntik DMPA pada jangka waktu 1-3 tahun yang mengalami kenaikan berat badan secara signifikan >2,9 kg dengan jumlah 3 orang (23,1%), yang mengalami kenaikan berat badan 2,3 kg-2,9 kg secara normal berjumlah 4 orang (30,8%) dan yang mengalami kenaikan berat badan <2,3 kg berjumlah 6 orang (46,1%).

Dari 21 orang yang menggunakan KB suntik DMPA pada jangka waktu >3 tahun yang mengalami kenaikan berat badan yang signifikan >2,9 kg berjumlah 11 orang (52,3%), yang mengalami kenaikan berat badan 2,3-2,9 kg berjumlah 9 orang (42,9%) dan yang mengalami kenaikan berat badan <2,3 kg berjumlah 1 orang (4,7%).

Pada kenaikan berat badan <2,3 kg dan 2,3-2,9 kg dengan lama penggunaan 1-3 tahun dan >3 tahun dikatakan normal karena bukan termasuk kategori kenaikan yang berlebih. Pada penelitian ini juga terdapat 3 responden yang tidak mengalami kenaikan berat badan. Pada dasarnya metabolisme wanita berbeda-beda dalam menerima hormone progesterone maupun makanan yang masuk ke dalam tubuhnya. Laju metabolisme setiap orang berbeda-beda, dipengaruhi oleh beragam faktor. Selain faktor genetik, tingkat pembakaran kalori dari proses metabolisme tubuh juga dipengaruhi oleh beberapa faktor lain, yaitu usia, jenis kelamin, suhu

tubuh, aktifitas fisik dan olahraga. Cara untuk meningkatkan metabolisme tubuh yaitu tidur yang cukup, sering berolahraga dan beraktifitas, konsumsi makanan yang sehat, perbanyak asupan protein, perbanyak minum air putih dan sebagainya (Alodokter, 2020).

Berat badan merupakan ukuran antropometri yang terpenting yang digunakan sebagai ukuran laju pertumbuhan fisik dan digunakan pula sebagai ukuran perhitungan dosis obat dan makanan. Sedangkan perubahan berat badan adalah berubahnya ukuran berat, baik bertambah atau berkurang akibat dari konsumsi makanan yang diubah menjadi lemak dan disimpan dibawah kulit. Pada pemakaian kontrasepsi suntik bulanan maupun tribulanan mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan.

Menurut penelitian Rusni yang dilakukan pada tahun 2013 yang berjudul “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Efek Samping Pada Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik Depo Provera Di Puskesmas Sudiang Makassar” didapatkan bahwa dari 35 responden diteliti terdapat 24 responden (68,6%) yang mengalami keluhan berupa kenaikan berat badan dengan lama pemakaian > 1 tahun diantaranya terdapat 17 responden (48,6%) dan terdapat 6 responden (17,1%) yang mengalami keluhan berupa berat badan dengan lama pemakaian < 1 tahun. Sedangkan dari 11 responden (31,4%) yang mengalami penurunan berat badan, diantaranya 4 responden (11,4%) diantaranya mengalami penurunan berat badan dengan lama pemakaian > 1 tahun dan terdapat 8 responden (22,9%) yang mengalami penurunan berat badan dengan lama pemakaian < 1 tahun.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Julina pada tahun 2019 yang berjudul “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik Di Puskesmas Batahan kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal” didapatkan bahwa faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan yaitu usia, pola makan, aktifitas fisik, dukungan suami, dan lama pemakaian kontrasepsi suntik.

Selama penggunaan, sebagian besar akseptor kontrasepsi hormonal injeksi DMPA mengalami kenaikan berat badan sesudah digunakan >3 tahun. Pengguna yang telah mengalami kenaikan berat badan dengan penggunaan >3 tahun rata-rata berusia 26-30 tahun yaitu ada 11 orang dari 21 akseptor. Dalam penelitian ini pengguna kontrasepsi suntik DMPA >3 tahun yang tidak mempunyai pekerjaan atau mempunyai status sebagai ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 13 orang dari 21 orang. Hal ini bisa menjadi salah satu penyebab karena kurangnya aktifitas dan terkadang untuk jadwal makan pun tidak terjadwal dengan baik bahkan tidak terkontrol karena kebebasan waktu yang dimiliki oleh ibu rumah tangga.

Akseptor di Klinik Kedaung Medika mengatakan bahwa kontrasepsi tersebut adalah kontrasepsi yang praktis, gampang untuk dipergunakan dan tidak sulit didapatkan. Waktu yang tepat untuk dilakukan kunjungan ulang atau suntik ke tenaga kesehatan pun lumayan panjang dengan harga yang bisa dikatakan murah namun bisa menegah kehamilan dengan sangat efektif. Yang membuat kontrasepsi hormonal suntik DMPA ini banyak diminati karena kelebihanannya, tetapi tidak jarang yang mengeluh karena berat badan meningkat. Varney, 2007 menjelaskan tentang Sebuah penelitian melaporkan bahwa berat badan akseptor meningkat 2,3 kg pada tahun pertama, dan kemudian secara bertahap meningkat menjadi 7,5 kg dalam enam tahun (Pertiwi, 2018).

Hormon progesteron memberikan umpan balik, terhadap kelenjar hipofisis melalui hipotalamus sehingga terjadi hambatan terhadap perkembangan folikel dan proses ovulasi. Melalui hipotalamus dan hipofisis, progesteron dapat menghambat pengeluaran Hormone Luteinizing (LH). Selama siklus tanpa kehamilan, kadar estrogen dan progesteron bervariasi dari hari ke hari. Bila salah satu hormon mencapai puncaknya, suatu mekanisme umpan balik (feedback) menyebabkan mula-mula hipotalamus kemudian kelenjar hypophyse mengirimkan isyarat-isyarat kepada ovarium untuk mengurangi sekresi dari hormon tersebut dan menambah sekresi dari hormon lainnya. Progesteron bekerja secara primer menekan atau depresi dan melawan isyarat-isyarat dari hipotalamus dan mencegah pelepasan ovum yang terlalu dini atau prematur dari ovarium, serta juga merangsang perkembangan dari endometrium. Maka dari itu saat tubuh diberikan hormone

progesterone secara terus menerus dengan waktu yang rutin akan mengakibatkan kenaikan berat badan (Manuaba, 2010).

Menurut penelitian Nault (2013) dikatakan bahwa pemakaian kontrasepsi suntik yang hanya berisi kandungan progesterone bisa menyebabkan penambahan berat badan yaitu 1 sampai 2 kilogram pada tahun pertama dan 4 sampai 10 kilogram sesudah 3 sampai 5 tahun memakai kontrasepsi suntik. (Ashley M. NAULT, 2013).

Perubahan berat badan bisa berupa turunnya berat badan atau naiknya berat badan. Kenaikan berat badan pada pengguna metode kontrasepsi jenis suntik biasanya berkisar antara 2,3 kg-2,9 kg dan jika turun biasanya berkisar antara 1,6 kg-1,9 kg (Sugeng Jitowiyono, 2019).

Efek samping penggunaan kontrasepsi suntik dapat menyebabkan penerima bertambah berat badan. Nafsu makan yang dipengaruhi oleh Perubahan hormone akan dialami oleh akseptor kontrasepsi suntik. Bertambah nafsu makan wanita yang menggunakan kontrasepsi suntik akan menyebabkan pengguna merasakan kelebihan lemak pada tubuhnya dan bisa merangsang pusat ter kendalinya nafsu makan di hipotalamus yang akan mengakibatkan akan lebih banyak dan lebih meningkat pada pola dan porsi makan, hal ini mengakibatkan kenaikan berat badan.

Bagi pengguna KB suntik progestin, kenaikan berat badan bisa saja terjadi. Berat badan bertambah sekitar 1-2 kilogram per tahun selama menggunakan KB suntik, tapi penambahan tersebut juga wajar terjadi seiring bertambahnya usia. Wanita yang *overweight* berpotensi mengalami penambahan berat badan lebih dari dua kilogram per tahun. Sebaliknya, ada juga wanita yang berat badannya berkurang atau tidak ada perubahan sama sekali. Jika ada wanita yang mengalami kenaikan berat badan saat menggunakan alat kontrasepsi hormonal, ada kemungkinan hal tersebut disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal berupa riwayat obesitas dari keluarga, sementara faktor eksternalnya adalah kandungan hormon pada alat kontrasepsi (Halodoc, 2020)

Tabel 4 5. Hasil Uji Chi-Square Hubungan Antara Lamanya Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik Dmpa Dengan Kenaikan Berat Badan di Klinik Kedaung Medika Tahun 2020

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	8.663 ^a	2	.013
Likelihood Ratio	8.896	2	.012
Linear-by-Linear Association	6.771	1	.009
N of Valid Cases	34		

3 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.68.

Pada Tabel 4.5 diatas diketahui bahwa hasil uji Chi-Square menyatakan H0 ditolak jika probabilitas <0,05. Hasil Analisa dengan Uji Chi-Square diperoleh signifikan <0,05 dengan nilai sig.chi-square sebesar 0,013, oleh karena itu terdapat hubungan antara varibael lamanya penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan kenaikan berat badan di Klinik Kedaung Medika Tahun 2020.

Kontrasepsi hormonal adalah satu dari beberapa kontrasepsi dengan metode kontrasepsi yang banyak diminati dimasyarakat karena *efektif* dan *revesible* untuk mencegah kehamilan. Suntikan KB tiga bulan atau suntik DMPA berisi Depot medroksiprogesterone asetat yang diberikan dalam suntikan tunggal 150 mg/ml secara intramuscular (IM) setiap 12 minggu. Kontrasepsi suntik DMPA hanya berisi hormone progesterone, tidak ada kandungan hormone esterogen. Dosis yang diberikan 150 mg/ml depot medroksiprogesterone asetat yang disuntikan secara intramuscular (IM) setiap 12 minggu (Sugeng Jitowiyono, 2019).

Berdasarkan hasil uji Chi-Square yang dilakukan menggunakan SPSS Statistics 23 menyatakan bahwa H0 ditolak jika probabilitas <0,05. Hasil Analisa dengan Uji Chi-Square diperoleh signifikan <0,05 dengan nilai sig.chi-square sebesar 0,013. Oleh karena itu terdapat hubungan antara varibael lamanya penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan kenaikan berat badan di Klinik Kedaung Medika Tahun 2020.

Hal ini sejalan dengan penelitian Devi Noviantari, dkk yaitu hubungan antara lama pemakaian DMPA dengan peningkatan berat badan akseptor dilihat dari nilai p value yaitu $0,001 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan alat kontrasepsi suntik Depo Medroxyprogesteron Acetate dengan peningkatan berat badan akseptor di Praktik Mandiri Bidan “HS” Denpasar Barat Tahun 2019 (Devi Noviantari, 2019).

Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Ns. Jumrana bahwa berdasarkan hasil analisis uji chi-square $p (0,000) < \alpha (0,05)$ yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara jangka waktu pemakaian KB suntik DMPA terhadap peningkatan berat badan (Jumrana, 2020).

Penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan kadar estrogen yang tinggi dapat menyebabkan timbunan lemak di jaringan manusia. Di saat yang sama, hormon progesteron dapat merangsang pusat kendali nafsu makan di hipotalamus, menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Progesteron akan membantu karbohidrat dan gula menumpuk di lemak. Penyebab berat badan bertambah dipengaruhi oleh hormone progesterone yang mengganti karbohidrat serat gula menjadi lemak di bagian kulit bawah. Kemudian, bertambahnya nafsu makan serta pengurangan aktivitas fisik karena hormon progesteron. Maka dari itu berat badan bertambah penyebabnya adalah pemakaian suntik DMPA. (Shellia Galuh, 2018).

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum Selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Rosalina, S.Kp., M.Kes Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan izin penelitian.
3. Luvi Dian Afriyani, S.SiT., M.Kes Selaku Ketua Program Sarjana Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan izin penelitian.
4. Cahyaningrum, S.Si.T., M.Kes Selaku Pembimbing saya yang telah memberikan dorongan semangat, pengarahan dan bimbingan dalam penelitian ini.

SIMPULAN (PENUTUP)

Terdapat hubungan antara lamanya penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan kenaikan berat badan di Klinik Kedaung Medika Bekasi tahun 2020. Akseptor kontrasepsi hormonal suntik DMPA yang menggunakan dalam jangka waktu 1-3 tahun yaitu 13 orang (38,2%) dan akseptor yang menggunakan dalam jangka waktu >3 tahun yaitu 21 orang (61,8%). Dari 34 orang akseptor kontrasepsi hormonal suntik DMPA yang mengalami kenaikan berat badan yang signifikan yaitu >2,9 kg sebanyak 14 orang (41,2%).

Diharapkan petugas kesehatan terutama bidan jika mendapatkan fenomena akseptor dengan berat badan yang berlebih sebaiknya melakukan konseling dan menyarankan akseptor untuk mengganti kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan kontrasepsi yang lain sesuai dengan kondisi pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- A.N, S. G., Utami, N. W., & Candrawati, E. (2018). Hubungan Lama Pemakaian Alatkontrasepsi Hormonal Suntikan Depo Medroxy Progesterone Acetate (Dmpa) Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor Kb Di Wilayah Kerja Puskesmas Arjuno Kota Malang. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(3), 687–694.
<https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/1378/963>
- Ashley M. NAULT, B. J. (2013). Validity of Perceived Weight Gain in Women using Long-acting Reversible Contraception and Depot Medroxyprogesterone Acetate. *journal of Obstetrics and Gynecology*.
- Bayuningrum, P. (2017). GAMBARAN LAMA PENGGUNAAN KB SUNTIK DEPO PROGESTIN TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN IBU DI PUSKESMAS JUMPANDANG BARU MAKASSAR PERIODE MEI –JUNI 2017. *Jurnal Mitra Sehat*, 267-277.
- BKKBN. (2013). *Pemantauan Pasangan Usia Subur Melalui Mini Survei Indonesia*. Jakarta.
- Haryani D, Santjaka A, S. (2010). Pengaruh Frekuensi Suntik DMPA Terhadap Kenaikan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 1(1), 59–72.

- Halodoc, R. (2020, Oktober 09). *Penyebab Berat Badan Berubah Setelah Pakai Kontrasepsi Hormonal*. Retrieved from Halodoc: <https://www.halodoc.com/artikel/penyebab-berat-badan-berubah-setelah-pakai-kontrasepsi-hormonal>
- Irianto, K. (2014). *Pelayanan Keluarga Berencana*. Bandung: Alfabeta.
- Jumrana. (2020). Pengaruh Pemakaian Kontrasepsi Suntik DMPA Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB Di Puskesmas Tompobulu Gowa. *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 2(2), 165.
- Jurisman, A., Ariadi, A., & Kurniati, R. (2016). Hubungan Karakteristik Ibu dengan Pemilihan Kontrasepsi di Puskesmas Padang Pasir Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(1), 191–195. <https://doi.org/10.25077/jka.v5i1.467>
- Kemenkes RI. (2013). *BUKU SAKU PELAYANAN KESEHATAN IBU DI FASILITAS KESEHATAN DASAR DAN RUJUKAN*. Jakarta.
- Kemenkes RI. (2018). *Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia*.
- Kunang, A. (2020). Hubungan Lama Pemakaian Kb Suntik 3 Bulan Depo Medrosik Progesteron Asetat (Dmpa) Dengan Peningkatan Berat Badan. *Jurnal Medika : Karya Ilmiah Kesehatan*, 5(1). <https://doi.org/10.35728/jmkik.v5i1.115>
- Liando, H., Kundre, R., & Bataha, Y. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat Badan Ibu Pengguna Alat Kontrasepsi Suntik Dmpa (Depo Medroksi Progesteron Esetat) Di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(2), 106708.
- Manuaba. (2010). *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta: EGC.
- Nanik Fitriyah, M. d. (2014). GAMBARAN KENAIKAN BERAT BADAN IBU AKSEPTOR KB SUNTIK 3 BULAN DI PUSKESMAS PEMBANTU KEBONSARI KABUPATEN JEMBER . *JURNAL KESEHATAN dr. SOEBANDI* , 162 - 166.
- Noviantari, D., Gusti, N., Sriasih, K., & Mauliku, J. (2019). *Hubungan Antara Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik Depo Medroxyprogesterone Acetate Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor Di Praktik Mandiri Bidan Hs Denpasar Barat Tahun 2019*.

Pertiwi, L. B. (2018). Hubungan Lama Pemakaian DMPA Dengan Terjadinya Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Lama KB DMPA Periode Januari-Desember Tahun 2018 Di Poskesdes Pakem Kecamatan Pakem Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, Page 38, Vol. 01, No.2, November 2019.

Sembiring, J. B. (2019). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik Di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal. *Gaster*, 17(1), 36.
<https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.328>

Sugeng Jitowiyono, N. M. (2019). *KELUARGA BENCANA (KB) DALAM PERSPEKTIF BIDAN*. Yogyakarta: PT. PUSTAKA BARU.

Upahita, d. D. (2020, Desember 7). *Pada Usia Berapa Kesuburan Wanita Menurun?* Retrieved from HelloSehat:
<https://hellosehat.com/kehamilan/kesuburan/usia-terlalu-tua-untuk-hamil/#gref>