**GAMBARAN PENINGKATAN BERAT BADAN PADA
AKSEPTOR KB SUNTIK 3 BULAN DI PMB PERDAMAIAANA
DESA CANDI KECAMATAN BANDUNGAN KABUPATEN
SEMARANG**

Nabilla Septiana Dhio¹, Cahyaningrum²

¹Program studi kebidanan program sarjana, Universitas Ngudi Waluyo

²Program studi kebidanan program sarjana, Universitas Ngudi Waluyo

Email : nabillaseptiana16@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang :Di Indonesia kontrasepsi hormonal yang banyak digunakan oleh Pasangan Usia Subur (PUS) yaitu jenis kb suntik karena kerjanya yang efektif, harganya relatif murah, aman dan pemakaiannya yang praktis. Kontrasepsi hormonal terbagi menjadi 2 yaitu kontrasepsi kombinasi dan kontrasepsi progestin DMPA (*Depo Medroksi Progesteron Asetat*) banyak masyarakat lebih memilih menggunakan kb suntik progestin karena jangkanya yang panjang untuk kunjungan ulang. Pada akseptor kb suntik 3 bulan di PMB Perdamaian selama ≤ 1 mengalami peningkatan berat badan 33 responden dan penurunan berat badan 4 responden. Sedangkan pengguna kb suntik 3 bulan selama ≥ 1 tahun mengalami peningkatan berat badan 211 responden dan penurunan berat badan 9 responden. Menurut teori metode kontrasepsi suntik memiliki efek samping yang sering terjadi yaitu peningkatan berat badan.

Tujuan :Untuk mengetahui Gambaran peningkatan berat badan penggunaan kb suntik 3 bulan selama ≤ 1 tahun dan ≥ 1 tahun di PMB Perdamaian desa Candi kecamatan Bandungan Kabupaten Semarang.

Metode :Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober 2020 dan dilakukan selama 1 bulan menggunakan desain penelitian observasional deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor kb suntik 3 bulan sebanyak 283 responden, cara pengambilan sampel dengan menggunakan *Purposive sampling* sebanyak 257 responden dan instrument penelitian dalam **bentuk** master table berdasarkan buku kunjungan kb.

Hasil :Diperoleh hasil bahwa dari 37 responden pengguna suntik kb 3 bulan selama ≤ 1 tahun sebagian besar yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 33 responden (89.2%) dan diperoleh hasil bahwa dari 220 responden penggunaan suntik kb 3 bulan selama ≥ 1 tahun sebagian besar mengalami peningkatan berat badan pada sebanyak 211 responden (95.9%)

Simpulan :Dapat disimpulkan sebagian besar mengalami peningkatan berat badan pada akseptor kb suntik 3 bulan.

Kata kunci : Kontrasepsi, kb suntik 3 bulan, peningkatan berat badan.

ABSTRACT

Background : In Indonesia hormonal contraception that is widely used by fertile age couples (FAC) is the type of kb injection because of its effective work, relatively cheap price, safe and practical use. Hormonal contraceptives are divided into two types, namely combined contraceptives and progestin contraceptives DMPA (Depo Medroxi Progesterone Acetate). The 3 month kb injection acceptors at PMB Perdamaian for ≤ 1 year experienced an increase in body weight by 33 respondents and a decrease in body weight for 4 respondents. Meanwhile, users of injecting kb for month for ≥ 1 year experienced an increase in body weight by 211 respondents and a decrease in body weight for 9 respondents. According to the theory, the injection contraceptive method has a side effect that often occurs, namely weight gain.

Objective : This is to description of the increase in body weight using injection kb 3 months for ≤ 1 year and ≥ 1 year in PMB Perdamaian Candi village west Bandungan Sub-District Semarang.

Method : This study used a description observational research design with secondary. The population in this study were 283 kb injection 3 months acceptors. The sampling method used purposive sampling was 257 respondents by using the univariate test.

Result : The results showed that of the 37 respondents who used kb injection for 3 months for ≤ 1 year most of whom experienced an increase in body weight as many 33 respondents (89,2%) and the result was that of 220 respondents who used kb injection 3 months for ≥ 1 year most of them experienced an increase in body weight as many 211 respondents (95,9%)

Conclusion : It can be concluded that most of them experienced weight gain at 3 months injection kb acceptors.

Keywords : Contraception, kb injection 3 months, weight gain.

Pendahuluan

KB merupakan salah satu cara yang paling efektif untuk mengurangi kematian ibu khususnya ibu dengan kondisi 4T yaitu Terlalu muda melahirkan (usia ≤ 20 tahun), Terlalu sering melahirkan, Terlalu dekat jarak melahirkan, dan Terlalu tua melahirkan (usia ≥ 35 tahun). Selain itu, program KB juga bertujuan untuk meningkatkan kualitas keluarga agar dapat timbul rasa aman, tentram, dan harapan masa depan yang lebih baik dalam mewujudkan kesejahteraan lahir dan kebahagiaan batin. Pelayanan KB meliputi penyediaan informasi dan cara-cara bagi keluarga untuk dapat merencanakan kapan akan mempunyai anak, berapa jumlah anak yang di inginkan, berapa tahun jarak usia antara anak, serta kapan akan berhenti ingin mempunyai anak. Sasaran pelaksanaan program KB yaitu Pasangan Usia Subur (PUS). Pasangan Usia Subur (PUS) adalah pasangan suami istri yang terikat dalam perkawinan yang sah dan usia istrinya berumur antara 15 - 49 tahun (Profil kesehatan, 2019).

Kontrasepsi KB suntik 3 bulan adalah *Depo Medroksiprogesteron Asetat (Depoprovera)*, mengandung 150 mg DMPA. Diberikan setiap 3 bulan dengan cara disuntikan intramuscular (IM) di daerah bokong (Rusmini, 2017). Kontrasepsi hormonal yang banyak penggunaannya yaitu jenis KB suntik ini di Indonesia semakin banyak dipakai karena kerjanya yang efektif, dan hampir 70% akseptor KB menggunakan kontrasepsi hormonal karena harganya relatif murah, aman dan pemakaiannya yang praktis. KB suntik memiliki risiko efek samping yang sering dialami seperti gangguan haid, penggunaan jangka panjang dapat menurunkan libido dan perubahan berat badan akan tetapi masyarakat lebih cenderung memilih metode kontrasepsi jangka pendek di bandingkan jangka panjang, KB suntik salah satu metode kontrasepsi jangka pendek yang banyak digunakan (Handayani, 2010).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah, jumlah penduduk Provinsi Jawa Tengah berdasarkan proyeksi penduduk tahun 2019 sebanyak 34.718.204 jiwa yang terdiri atas 17.212.455 jiwa penduduk laki-laki dan 17.505.749 jiwa penduduk perempuan. Jumlah penduduk pada tahun

2018, penduduk Jawa Tengah mengalami pertumbuhan sebesar 0,78%. Jumlah penduduk terbanyak yaitu di Kota Semarang sebanyak 1.814.110 jiwa (5,23%) dan yang paling sedikit di Kota Magelang sebanyak 122.111 jiwa (0,35%) (Profil kesehatan, 2019).

Profil kesehatan Jawa Tengah menunjukkan pada tahun 2019 Jumlah PUS Provinsi Jawa Tengah tahun 2019 sebanyak 6.652.451 pasang. Dari seluruh PUS yang ada, sebesar 73,5% adalah peserta KB aktif. Kontrasepsi yang paling banyak digunakan oleh peserta KB aktif adalah suntik (58,4%) dan terbanyak kedua adalah implant (13,5%) (Profil kesehatan, 2019).

Berdasarkan data profil Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang pada tahun 2018 terdapat sebanyak 165.730 peserta KB aktif, sebanyak 102 556 jiwa memilih metode jangka pendek, sedangkan 63.174 jiwa memilih metode jangka panjang (Suntik 44,9%, PIL 6%, Kondom 0,8%) dan jumlah MKJP (IUD 9,9%, MOW 3,7%, MOP 0,7% dan implant 17,6%), (Dinas Kabupaten Semarang, 2018).

Dari data Kabupaten Semarang 3 Kecamatan yang memiliki cakupan pengguna Kontrasepsi Suntik terbanyak yaitu Kecamatan Bandungan 11.288 pengguna kontrasepsi suntik dari 11.710 Pasangan Usia Subur (PUS), Kecamatan Ungaran Timur 6.758 pengguna kontrasepsi suntik dari 13.652 Pasangan Usia Subur (PUS), dan Kecamatan Ungaran Barat 6.632 pengguna kontrasepsi suntik dari 13.797 Pasangan Usia Subur (PUS). Dari data tersebut Kecamatan Bandungan merupakan Kecamatan yang memiliki cakupan pengguna kontrasepsi suntik terbanyak di Kabupaten Semarang. Setelah dilakukan survey lokasi di 3 Praktik Mandiri Bidan (PMB) yang ada di Kec. Bandungan, hasil data kunjungan akseptor KB suntik 3 bulan dari bulan Juli 2020 di PMB Perdamaian ada 283 akseptor, PMB Suharti 144 akseptor dan PMB Rohsiyati 48 akseptor. Berdasarkan hasil survey PMB Perdamaian merupakan Praktik Mandiri Bidan (PMB) yang memiliki jumlah kunjungan akseptor kb hormonal terbanyak.

Metode

Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober 2020 dan dilakukan selama 1 bulan menggunakan desain penelitian observasional deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor kb suntik 3 bulan sebanyak 283 responden, cara pengambilan sampel dengan menggunakan *Purposive sampling* sebanyak 257 responden dan instrument penelitian dalam **bentuk** master table berdasarkan buku kunjungan kb.

Hasil dan Pembahasan

Analisis Univariat

Tabel 1 ≤ 1 tahun

≤ 1 tahun	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Naik	33	89,2
Turun	17	10,8
Total	37	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar pengguna kb suntik 3 bulan selama ≤ 1 tahun mengalami peningkatan berat badan sebanyak 33 responden (89.2%) dan sebagian kecil pengguna kb suntik 3 bulan selama ≤ 1 tahun mengalami penurunan berat badan sebanyak 4 responden (10.8%).

Tabel 2 ≥ 1 tahun

≥ 1 tahun	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Naik	211	95,9
Turun	9	4,1
Total	220	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar pengguna kb suntik 3 bulan selama ≥ 1 tahun mengalami peningkatan berat badan sebanyak 211 responden (95.9%) dan sebagian kecil pengguna kb suntik 3 bulan selama ≥ 1 tahun mengalami penurunan berat badan sebanyak 9 responden (4.1%).

Pembahasan

Keluarga berencana merupakan gerakan untuk membentuk keluarga yang sehat dan sejahtera dengan membatasi jumlah anak yang diinginkan, bisa mengurangi risiko aborsi, menurunkan angka kematian ibu, mengurangi kematian kematian bayi, membantu mencegah HIV/AIDS, dan mengontrol jumlah penduduk. Keluarga berencana juga membantu pasangan suami istri untuk menghindari kelahiran yang tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang diinginkan, mengatur jarak diantara kehamilan dan menentukan jumlah anak dalam keluarga. Dengan adanya pengaturan jumlah anak diharapkan keluarga yang mengikuti program ini dapat meningkatkan kesejahteraan dan kualitas kehidupan mereka. (Anggraini, 2012); (Marmi, 2015).

1. Gambaran penggunaan KB suntik 3 bulan $\leq$ 1 tahun

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar pengguna kb suntik 3 bulan selama $\leq$ 1 tahun mengalami peningkatan berat badan sebanyak 33 responden (89.2%) dan sebagian kecil pengguna kb suntik 3 bulan selama $\leq$ 1 tahun mengalami penurunan berat badan sebanyak 4 responden (10.8%).

Hasil penelitian sebagian besar pengguna kb suntik 3 bulan sebanyak 33 responden (89.2%). Berdasarkan hasil penelitian, peningkatan berat badan dipengaruhi oleh hormone progesterone pada setiap akseptor kb suntik 3 bulan.

Hal ini sejalan dengan teori Irianto (2013), Peningkatan berat badan disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah.

Menurut Susila (2015), Peningkatan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1-5 kg dalam setahun pertama karena hormon Depo Medroxyprogesterone Acetatet (DMPA) yang merangsang pusat

pengendali nafsu makan di hipotalamus, sehingga menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya.

Penelitian Prawita (2018), menunjukkan bahwa ada hubungan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ibu di klinik Linez kota GunungSitoli. Dari 56 akseptor kb suntik 3 bulan terdapat 40 akseptor suntik kb 3 bulan mengalami peningkatan berat badan dengan nilai $p=0,001 < \alpha = 0,05$.

Hasil penelitian sebagian kecil pengguna kb suntik 3 bulan sebanyak 4 responden (10.8%). Berdasarkan hasil penelitian, penurunan berat badan dipengaruhi oleh penyerapan metabolisme tubuh manusia yang berbeda beda. Hasil penelitian Agustina (2008), menunjukkan adanya pengaruh penggunaan kontrasepsi DMPA terhadap perubahan berat badan. Dari 57 akseptor yang diamati 31 akseptor mengalami perubahan berat badan dan 19 tidak mengalami berat badan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Palimbo (2013) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama pemakaian KB suntik DMPA dengan peningkatan berat badan.

Penelitian Irianingsih (2011), menunjukkan adanya hubungan lama pemakaian kb suntik depo progestin dengan peningkatan berat badan pada akseptor kb di Puskesmas Klego II Kabupaten Boyolali. Jumlah sampel 70 responden terdiri dari 34 akseptor yang menggunakan kb suntik 3 bulan ≤ 1 tahun dan 36 akseptor yang menggunakan kb suntik 3 bulan ≥ 1 tahun. Akseptor kb suntik 3 bulan yang menggunakan ≥ 1 tahun lebih beresiko mengalami kenaikan berat badan lebih besar dibandingkan akseptor yang menggunakan kb suntik 3 bulan ≤ 1 tahun.

2. Gambaran penggunaan KB suntik 3 bulan ≥ 1 tahun

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar pengguna kb suntik 3 bulan selama ≥ 1 tahun mengalami peningkatan berat badan sebanyak 211 responden (95.9%) dan sebagian kecil pengguna kb suntik 3 bulan selama ≥ 1 tahun mengalami penurunan berat badan sebanyak 9 responden (4.1%).

Hasil penelitian sebagian besar pengguna kb suntik 3 bulan sebanyak 211 responden (95.9%). Berdasarkan hasil penelitian, peningkatan berat badan dipengaruhi oleh hormone progesterone pada setiap akseptor kb.

Hal ini sejalan dengan teori Suparyanto (2010), penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan $\geq$ 1 tahun mengalami peningkatan berat badan karena peningkatan hormone DMPA (Depo Medroxi Progesteron Asetat) yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan di hipotalamus. Dengan adanya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh hormon progesteron di rubah menjadi lemak dan di simpan di bawah kulit.

Hasil penelitian sebagian kecil pengguna kb suntik 3 bulan $\geq$ 1 tahun sebanyak 9 responden (4.1%). Berdasarkan hasil penelitian, penurunan berat badan dipengaruhi oleh penyerapan metabolisme tubuh manusia yang berbeda beda sehingga efek samping setiap akseptor berbeda. Hal ini sejalan dengan pendapat Nault bahwa responden pengguna kb suntik berisi progesteron mengalami peningkatan 1-2 kg pada tahun pertama penggunaan serta 4-10 kg setelah 3-5 tahun penggunaan kontrasepsi suntik kb 3 bulan.

Hal ini sejalan dengan teori Hartanto (2010), Peningkatan berat badan terjadi jika makanan sehari-hari mengandung energi yang melebihi kebutuhan yang bersangkutan, salah satu faktor yang menentukan peningkatan berat badan seseorang yaitu aktivitas fisik. Aktivitas fisik dapat meningkatkan berat badan disebabkan karena adanya asupan energi yang melebihi kebutuhan tubuh yang biasanya dialami oleh orang kurang olahraga atau kurang aktivitas fisik sehingga energi yang masuk ke dalam tubuh tidak di bakar atau di gunakan yang kemudian disimpan dalam bentuk lemak. Selain itu kenaikan berat badan yang berlebihan merupakan salah satu efek samping dari penggunaan kontrasepsi suntik DMPA tetapi tidak semua akseptor akan mengalami kenaikan berat badan, karena efek samping tersebut tidak selalu sama pada masing-masing individu.

Teori Kellow (2008) didukung oleh Hartanto (2003) dalam (Mulyani & Mega 2013), bahwa perubahan berat badan setelah pemakaian kontrasepsi suntik bervariasi dan tidak selamanya kontrasepsi suntik DMPA menyebabkan peningkatan berat badan. Teori ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwanti (2013) di Desa Puri Semanding Jombang, pemakaian kontrasepsi suntik depoprovera menyebabkan perubahan berat badan yang bervariasi karena aktivitas fisik masing masing individu berbeda. Asumsi peneliti responden yang berat badan menurun disebabkan karena nafsu makan berbeda-beda sehingga responden lebih menjaga tubuhnya sehingga lebih banyak beraktivitas. Wijayanti (2006) menjelaskan bahwa jika berat badan menurun disebabkan oleh stress yang berlebihan. Pendapat tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kansil (2015) di mana kontrasepsi suntik 3 bulan menyebabkan perubahan berat badan. Penelitian Kansil (2015) sependapat dengan penelitian Herminarti (2013) tentang gambaran perubahan berat badan terhadap penggunaan kontrasepsi hormonal di Puskesmas Padongko kabupaten Barru, karena kontrasepsi suntik 3 bulan memiliki efektifitas tidak selalu sama, sehingga dapat menyebabkan berat badan bervariasi (Hartanto, 2003) dalam Nina & Mega (2013).

Simpulan (Penutup)

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran peningkatan berat badan pada akseptor kb suntik 3 bulan di PMB Perdamaian Desa Candi Kecamatan Bandungan Kab Semarang dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil penelitian menunjukkan ada gambaran peningkatan berat badan pengguna kb suntik 3 bulan selama ≤ 1 tahun dari 37 responden pengguna suntik kb 3 bulan selama ≤ 1 tahun sebagian besar yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 33 responden (89.2%).

2. Hasil penelitian menunjukkan ada gambaran peningkatan berat badan pengguna kb suntik 3 bulan selama ≥ 1 tahun dari 220 responden penggunaan suntik kb 3 bulan selama ≥ 1 tahun sebagian besar mengalami peningkatan berat badan pada sebanyak 211 responden (95.9%).

Ucapan Terimakasih

Dengan selesainya penelitian ini, saya berterimakasih kepada kampus Universitas Ngudi Waluyo dan seluruh staff di PMB Perdamaian yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini, sehingga dapat berjalan dengan lancar.

Daftar Pustaka

- Anggraini, j. d. (2012). *hubungan jenis dan lama pemakaian kontrasepsi hormonal dengan menstruasi di bidan praktek swasta* .
- Budiman dan Riyanto A. 2013. *Kapita Selekta Kuisoner*. Jakarta: Salemba Medika.
- BKKBN. (2013). *Pemantauan pasangan usia subur melalui mini survei indonesia*. Jakarta: BKKBN.
- Dinkes. (2019). *Profil Kesehatan*. Jawa Tengah: Dinas Kesehatan Pemerintah.
- Handayani. (2010). *Buku Ajar Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Hartanto, H. (2010). *Keluarga Berencana Dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Herminarti, H. A. (2013). *Gambaran perubahan berat badan terhadap penggunaan kontrasepsi hormonal di Puskesmas Padongko Kabupaten Barru*.

- Irianto. (2012). *Keluarga Berencana Untuk Paramedis Dan Nonmedis*. Bandung: Yrama Widya.
- Irianto, K. (2013). *Kontrasepsi Kesehatan Seksual Reproduksi*. Jakarta: Putaka Medika.
- Kansil, S. E.(2015). Hubungan penggunaan kontrasepsi suntik depo medroksi progesteron Asetat(DMPA) dengan perubahan fisiologis pada wanita usia subur (Wus) di Puskesmas Ranomuut Kota Manado.
- Kurniawan, Taufik. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemilihan Alat Kontrasepsi Suntik. Skripsi : REFRENSI/16200-48408-1-PB.PDF;2016.
- Kellow, J. (2008). Depo provera and weight loss. http://www.weightlossresources.co.uk/weight_loss/advice/d_epprovera.htm.
- Mabella. (2010). Pendidikan Gizi Dalam Kedokteran. Jakarta: Rineka Cipta.
- Marmi. (2015). In *Buku Ajar Pelayanan KB* . Yogyakarta: Nuha Medika.
- Marmi. (2018). *Buku Ajar Pelayanan KB*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nault, A, Peipert J., Zhao, Q., Madden, T., Secure, G. (2013). Validity of Perceived Weight Gain In Women Using Long-Acting Reversible Contraception and Depot Medroxyprogesterone Acetat, January 208 (4) pp. 48.e1-48.e.8. Available from: <http://american journal of obstetrics & gynecology>.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rikena Cipta.
- Palimbo, A. (2013). Hubungan penggunaan kb suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada wanita akseptor kb di Wilayah kerja Puskesmas Lok Baintan. Pratiwi D, S. S. (2014). *Hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di Puskesmas Lapai Kota Padang*.