

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan di Puskesmas Pandu Senjaya Kecamatan Pangkalan Lada Kabupaten Kotawaringin Barat**

Akseptor kontrasepsi KB suntik 3 bulan sebagian besar mempunyai lama penggunaan kontrasepsi KB suntik 3 bulan kategori 1-2 tahun (63,4%). Responden yang mempunyai lama penggunaan kontrasepsi KB suntik 3 bulan kategori jangka pendek dengan lama penggunaan kurang dari 1 tahun sebanyak 32 orang (61,5%), lebih banyak dari pada dengan lama penggunaan kurang dari 2 tahun sebanyak 20 orang (38,5%). Metode kontrasepsi yang menuntut banyak dari pemakai atau menimbulkan efek samping yang harus di alami menyebabkan pemakai cenderung memiliki angka penghentian yang tinggi daripada metode yang tidak banyak menuntut hal tersebut (Glacier, 2016).

Kontrasepsi hormonal jenis KB suntik di Indonesia semakin banyak dipakai karena kerjanya efektif, pemakaiannya praktis, harganya relatif murah dan aman. Cara ini banyak diminati masyarakat dan diperkirakan setengah juta pasangan memakai kontrasepsi suntik untuk mencegah kehamilan. Penelitian lapangan, kontrasepsi suntikan dimulai tahun 1965 dan sekarang diseluruh dunia diperkirakan berjuta-juta wanita memakai cara ini untuk tujuan kontrasepsi (Mochtar, 2015). Kontrasepsi suntik menunjukkan peringkat

pertama dibandingkan kontrasepsi yang lain. Kontrasepsi hormonal jenis KB suntikan ini di Indonesia semakin banyak dipakai karena kerjanya yang efektif, pemakaiannya yang praktis, harganya relatif murah dan aman, bekerja dalam waktu lama, tidak mengganggu menyusui, dapat dipakai segera setelah keguguran atau setelah masa nifas (Maryani, 2017).

Banyak ibu yang lebih suka menggunakan KB suntik DMPA dalam waktu yang lama. Salah satu jenis kontrasepsi suntik yang banyak dipakai oleh akseptor KB adalah suntik progestin. KB ini lebih banyak diminati terutama pada golongan masyarakat menengah ke bawah. Di samping biayanya lebih murah, efektifitasnya tinggi, alat kontrasepsi suntik progestin juga menghindarkan efek samping akibat estrogen. Sehingga banyak dari akseptor yang merasa puas dan terus menggunakannya dalam waktu yang lama dan tidak ingin berganti dengan kontrasepsi lain (Sulistiyawati, 2011).

Akseptor KB penggunaan jangka panjang DMPA memiliki efek samping, yaitu 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. 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, 2016).

Hasil penelitian di Desa Pager Sari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang menunjukkan rata-rata lama pemakaian KB suntik DMPA adalah 25,03 bulan, dimana pemakaian paling baru 9 bulan dan paling lama 39 bulan dan rata-rata mengalami kenaikan berat badan sesudah menggunakan KB suntik DMPA sebesar 6,21 kg dengan standar deviasi 2,263 kg, kenaikan berat badan paling rendah 0 kg (tidak mengalami peningkatan berat badan) dan paling tinggi 10 kg (Mukaromah, 2016).

#### **B. Gambaran Perubahan Berat Badan di Puskesmas Pandu Senjaya Kecamatan Pangkalan Lada Kabupaten Kotawaringin Barat**

Akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan mempunyai perubahan berat badan di Puskesmas Pandu Senjaya Kecamatan Pangkalan Lada Kabupaten Kotawaringin Barat sebagian besar kategori naik (73,6%). Akseptor kontrasepsi KB suntik 3 bulan mempunyai perubahan berat badan sebagian besar mengalami peningkatan 5 kg yaitu sebanyak 22 orang (29,7%), lebih banyak dari pada yang mengalami peningkatan 2 dan 6 kg yaitu masing-masing 14 orang (18,9%) dan yang meningkat 7 kg sebanyak 15 orang (20,3%) serta yang meningkat 8 kg sebanyak 8 orang (12,2%).

Berat badan adalah salah satu parameter yang memberikan gambaran masa hidup. Menurut Wijayanti (2016), peningkatan berat badan terjadi jika makanan sehari-harinya mengandung energi yang melebihi kebutuhan yang bersangkutan (*positive energi balance*). Berat badan seseorang sering mengalami perubahan. Perubahan berat badan tersebut ada banyak faktor yang

mempengaruhi (Hartanto, 2014). Penyebabnya belum jelas kemungkinan disebabkan karena hormone progesterone mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak dibawah kulit bertambah, selain itu hormon progesterone menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan perubahan berat badan (Depkes RI, 2019). Salah satu faktor yang dapat meningkatkan berat badan seseorang adalah pola makan (Wijayanti, 2016).

Banyak ibu yang memiliki kebiasaan ngemil terutama pada saat di rumah atau saat menonton TV. Kebiasaan ini akan mengakibatkan ibu mengalami kelebihan makanan dan mengalami peningkatan berat badan. Kelebihan makanan dimana kegemukan hanya mungkin terjadi jika terdapat kelebihan makanan dalam tubuh, terutama bahan makanan sumber energi. Dengan kata lain, jumlah makanan yang dimakan melebihi kebutuhan tubuh. Peningkatan berat badan akan lebih beresiko bila disertai dengan kurangnya aktifitas fisik, sehingga kelebihan makanan atau sumber energy tidak digunakan melalui aktivitas dan akhirnya menumpuk dalam bentuk lemak serta mengakibatkan peningkatan berat badan (BKKBN, 2012). Teori ini juga sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Wijayanti (2016) bahwa peningkatan berat badan dapat terjadi jika konsumsi makanan sehari-harinya mengandung energi yang melebihi kebutuhan yang bersangkutan.

Penelitian di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal menunjukkan bahwa pola makan berhubungan dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik, dengan p value

sebesar 0,000 ( $\alpha = 0,05$ ) (Sembiring, 2019). Hasil penelitian tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan di Puskesmas Ranotana Weru Kecamatan Wanea Kota Manado yang menunjukkan pola makan berhubungan dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik, dengan p value sebesar 0,010 ( $\alpha = 0,05$ ) (Solang, Dompas, & Bitjara, 2017).

### **C. Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Perubahan Berat Badan Pada Ibu di Puskesmas Pandu Senjaya Kecamatan Pangkalan Lada Kabupaten Kotawaringin Barat**

Akseptor KB suntik 3 bulan yang mempunyai lama penggunaan KB suntik 3 bulan antara 1-2 tahun sebagian besar mengalami peningkatan berat badan lebih banyak dari pada yang mengalami penurunan berat badan. Peningkatan berat badan yang dialami oleh akseptor KB suntik DMPA tersebut dikarenakan peningkatan berat badan memang merupakan salah satu dari efek samping KB DMPA. Hal ini menunjukkan setelah menggunakan KB suntik DMPA akseptor akan mengalami efek samping kenaikan berat badan. efek samping utama dari pemakaian KB suntik DMPA bagi beberapa waktu ialah kenaikan berat badan (Varney, 2017).

Penggunaan alat kontrasepsi hormonal dalam jangka waktu tertentu dapat menimbulkan berbagai efek samping salah satunya adalah perubahan berat badan. Berat badan yang bertambah umumnya tidak terlalu besar, hal ini bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama (Pratiwi, Syahredi, & Erkadius, 2014). Sebagian besar pengguna DMPA akan

mengalami peningkatan berat badan sebesar 5% dalam 6 bulan pertama (Barclay L., 2019). Pengguna KB suntik 3 bulan selama 36 bulan mengalami peningkatan berat badan sebanyak 5,1 kg, lemak tubuh 4,1 kg, dan persentase lemak tubuh 3,4% (Berenson, dan Rahman., 2019). Peningkatan berat badan yang terjadi pada responden tidak selalu diakibatkan dari pemakaian suntikan KB. Kenaikan dapat disebabkan oleh hal-hal lain, salah satunya adalah pekerjaan ibu.

Peningkatan berat badan juga dapat disebabkan oleh pekerjaan ibu. Berdasarkan hasil karakteristik responden didapatkan bahwa dari 82 responden akseptor KB suntik 3 bulan yang mengalami peningkatan berat badan sebagian besar ibu yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga 28 orang (37,8%). Ibu yang tidak bekerja kemungkinan akan kekurangan dalam aktivitas fisik, karena aktivitas di rumah relatif sedikit karena ada yang membantu yang mengerjakan keperluan mereka, sehingga cenderung aktivitas yang dilakukan tidak begitu banyak mengeluarkan energy, sehingga asupan nutrisi yang dimasukkan ke dalam tubuh tidak seimbang dengan energi yang dikeluarkan lewat aktivitas fisik yang dilakukan maupun yang dikeluarkan lewat keringat atau pembakaran lemak. Dengan demikian, ibu yang tidak bekerja akan lebih besar kemungkinan akan mengalami peningkatan berat badan (Pratiwi, Syahredi, & Erkadius, 2014).

Akseptor KB suntik 3 bulan yang mempunyai lama penggunaan KB suntik 3 bulan antara 3-4 tahun sebagian besar mengalami peningkatann berat badan lebih banyak dari pada yang mengalami penurunan berat badan.

Kontrasepsi suntik DMPA / suntik 3 bulan merupakan cara untuk mencegah kehamilan dengan melalui suntikan hormonal yang mengandung hormon progesteron dan dapat merangsang pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus sehingga menyebabkan terjadinya peningkatan nafsu makan dan berat badan (Sari, 2015).

Kenaikan berat badan merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan oleh akseptor KB sunti. Sebuah penelitian melaporkan pemakaian kontrasepsi tiga bulan meningkat berat badan lebih dari 2,3 kilogram pada tahun pertama dan meningkat 7,5 kilogram selama enam tahun. Sedangkan pemakaian cylofem berat badan meningkat rata-rata dua hingga tiga kilogram tahun pertama pemakaian dan terus bertambah selama tahun kedua (Dewi, Susilani dan Siswatibudi, 2016). Kenaikan berat badan tersebut kemungkinan disebabkan hormoneprogesteron yang terdapat dalam KB suntik

Kb Suntik 3 bulan mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah. Selain itu, hormone progesteron juga meningkatkan nafsu makan dan menurunkan aktivitas fisik. Sebagai akibatnya pemakaian KB suntik DMPA dapat menyebabkan peningkatan berat badan. Hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu hormone progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya 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 penyuntikan. Penyebab penambahan berat badan tidak jelas. Tampaknya terjadi karena bertambahnya lemak tubuh, dan bukan karena retensi cairan tubuh (Saifuddin, 2016).

Uji statistik dengan menggunakan uji *chi square* menunjukkan ada hubungan yang bermakna lama penggunaan kontrasepsi KB suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan di Puskesmas Pandu Senjaya Kecamatan Pangkalan Lada Kabupaten Kotawaringin Barat, didapatkan *p value* sebesar 0,003 ( $\alpha = 0,05$ ).

Menurut para ahli DMPA KB suntik mempengaruhi adanya perubahan berat badan. Pengaruh KB suntik terhadap perubahan berat badan yaitu bahwa kandungan hormone progesterone dalam bentuk hormone sintetis Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA) mempermudah metabolisme perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak dibawah kulit bertambah dan menurunkan aktivitas fisik. Selain itu hormone Progesteron (DMPA ) juga merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan nafsu makan bertambah sehingga akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Akibatnya pemakaian kontrasepsi dapat menyebabkan perubahan berat badan diantaranya terjadi kenaikan berat badan (Prawirohardjo, 2012). Kegemukan yang terjadi pada akseptor KB suntik DMPA pada dasarnya dikarenakan hormone progesterone yang dapat menyebabkan nafsu makan bertambah apabila dosis yang tinggi dan berlebihan karena menurut para ahli DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya (Hartanto, 2014).



Hasil penelitian di atas didukung oleh hasil penelitian 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 penelitian Rohani Agustina (2018) juga menunjukkan hal yang sama, yaitu disimpulkan adanya pengaruh yang penggunaan kontasepsi DMPA terhadap perubahan berat badan. Dari 57 responden yang diamati 31 mengalami perubahan berat badan dan 19 tidak mengalami perubahan berat badan. Hasil penelitian tersebut semakin memperkuat dugaan adanya keterkaitan penggunaan kontrasepsi DMPA terhadap perubahan berat badan.