



**HUBUNGAN LAMA PEMAKAIAN KB SUNTIK DMPA DENGAN
PERUBAHAN BERAT BADAN DI BPM SRI LESTARI, AM.KEB DESA
PAGERSARI KECAMATAN BERGAS KABUPATEN SEMARANG**

ARTIKEL

Oleh

ANA MUKAROMAH
NIM. 030215A004

**PROGRAM STUDI DIV KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NGUDI WALUYO
UNGERAN
2016**

**Hubungan Lama Pemakaian KB Suntik DMPA
dengan Perubahan Berat Badan di BPM Sri Lestari, Am.Keb
di Desa Pagersari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.
The Correlation between Length of Use of Contraceptive Injection of DMPA
and Bodyweight Change at BPM Sri Lestari, Am.Keb at Pagersari Village
Bergas Sub-District Semarang Regency.**

Ana Mukaromah*, Heni Hirawati P, Mona Saparwati*****

Program Studi DIV Kebidanan STIKES Ngudi Waluyo Ungaran

Email :Anna.moveon6@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Metode kontrasepsi yang paling banyak digunakan oleh peserta KB aktif di Indonesia adalah suntikan (47,54%). Pemakaian kontrasepsi suntik baik kontrasepsi suntik bulanan maupun tribulanan mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan.

Tujuan : Mengetahui hubungan lama pemakaian KB suntik DMPA dengan perubahan berat badan di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari, Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.

Metode : Desain penelitian korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi seluruh ibu akseptor KB suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari, Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang pada bulan April-Juni 2016 sebanyak 115 ibu. Jumlah sampel 76 responden dengan teknik sampling menggunakan *purposive sampling*. Alat yang digunakan rekam medik kartu status peserta KB yang diperoleh melalui studi dokumentasi dalam lembar rekap data. Data yang diperoleh dianalisis dengan uji *spearman rank*.

Hasil : 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.

Simpulan : Ada hubungan antara lama pemakaian KB suntik DMPA dengan perubahan berat badan di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari, Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.

Saran : Bidan diharapkan memberikan informasi tentang efek samping KB suntik DMPA dan memberikan motivasi pada ibu untuk memahami efek samping KB dan cara menanganinya.

Kata kunci : Lama penggunaan KB suntik DMPA, perubahan berat badan

ABSTRACT

Background: The contraception method which most widely used by acceptors in Indonesia is injection (47.54%). The use of contraceptive injection either monthly or quarterly has main side effects of changes in bodyweight.

Purpose: This study aims to find the correlation between length of use of contraceptive injection of DMPA and bodyweight change at BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari, Bergas Sub-district Semarang Regency.

Method: This study used correlative design with cross sectional approach. The population in this study was all acceptors of contraceptive injection of DMPA at BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari, Bergas sub-district Semarang Regency in April-June 2016 as many as 115 mothers. The samples in this study were 76 respondents that sampled by using purposive sampling technique. The data instrumen used medical record of the acceptors that obtained through the documentation study on the recap data sheets. The data were analyzed by using the Spearman rank test.

Result: The average of length of use of contraceptive injection of DMPA is 25.03 months, in which the shortest use is nine months and the longest use is 39 months and the average weight gain after using contraceptive injection of DMPA is 6.21 kg with a standard deviation of 2.263 kg, the lowest weight gain is 0 kg (not have weight gain) and the maximum is 10 kg.

Conclusion: There is a correlation between the length of use of contraceptive injection of DMPA and bodyweight change at BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari, Bergas Sub-district Semarang Regency.

Recommendation: The midwives are expected to provide information about the side effects of contraceptive injection of DMPA and to motivate the mothers to understand the side effects of contraception and how to overcome it.

Keywords : Length of use of contraceptive injection of DMPA,
Bodyweight change

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Ledakan penduduk mengakibatkan laju pertumbuhan penduduk yang pesat. Laju pertambahan penduduk dapat diatasi dengan menerapkan program Keluarga Berencana (KB) yang dimulai sejak tahun 1968 dengan mendirikan LKBN (Lembaga Keluarga Berencana Nasional) yang kemudian dalam perkembangannya menjadi BKKBN (Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional). Gerakan Keluarga Berencana Nasional bertujuan untuk mengontrol laju pertumbuhan penduduk dan juga untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia (Hartanto, 2010). Kontrasepsi adalah usaha untuk mencegah terjadinya kehamilan (Wiknjosastro, 2009). Metode kontrasepsi dapat dibagi berdasarkan jangka waktu pemakaian yaitu Metode Kontasepsi Jangka Panjang (MKJP) dan

non MKJP. MKJP yang terdiri dari Intra Uterine Device (IUD), Metode Operasi Pria (MOP), Metode Operasi Wanita (MOW), dan implant, sedangkan non MKJP terdiri dari kondom, pil, dan injeksi (Hartanto, 2010).

Metode kontrasepsi yang paling banyak digunakan oleh peserta KB aktif di Indonesia adalah suntikan (47,54%) dan terbanyak ke dua adalah pil (23,58%). IUD (11,7%), Implan (10,46%), Metoda Operasi Pria (MOP) sebanyak 0,69%, MOW (3,52%) dan kondom sebanyak 3,15% (Profil kesehatan Indonesia, 2015). Data pengguna KB aktif di Jawa Tengah adalah suntikan (56,7%), pil (14,5%), IUD (8,7%), Implan (11,5%), MOP (1,0%), MOW (5,3%) dan kondom (3,15%) (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2015). Data Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang didapatkan pengguna KB aktif tahun 2014 sebanyak 83,20%. Pengguna kontrasepsi di Puskesmas Bergas Kabupaten Semarang sebanyak 83,6% (DKK Kabupaten Semarang, 2015). Dimasyarakat, metode kontrasepsi hormonal paling banyak digunakan. Hampir 70% akseptor KB menggunakan metode kontrasepsi hormonal. Namun demikian banyak juga efek samping yang dikeluhkan akseptor KB berkenaan dengan kontrasepsi yang dipakainya yaitu amenorea, spotting, penambahan berat badan, dan akhirnya banyak kejadian akseptor KB yang drop out karena belum memahami dengan baik bagaimana metode kontrasepsi hormonal tersebut (Handayani, 2010).

Pemakaian kontrasepsi suntik baik kontrasepsi suntik bulanan maupun tribulanan mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor KB suntik adalah adanya hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. Dengan adanya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh hormon progesteron dirubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak. Wanita yang menggunakan kontrasepsi *Depot Medroxy Progesterone Acetate* (DMPA) atau dikenal dengan KB suntik tiga bulan, rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 11 pon atau 5,5 kilogram, dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu tiga tahun pemakaian, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh University of Texas Medical Branch (UTMB) (Mansjoer, 2011).

Efek samping utama pemakaian DMPA adalah kenaikan berat badan. Sebuah penelitian melaporkan peningkatan berat badan lebih dari 2,3 kilogram pada tahun pertama dan selanjutnya meningkat secara bertahap hingga mencapai 7,5 kilogram selama enam tahun. Sedangkan pemakaian cyclofem berat badan meningkat rata-rata dua hingga tiga kilogram tahun pertama pemakaian, dan terus bertambah selama tahun kedua (Varney, 2007).

Kontrasepsi suntik menimbulkan efek samping yang sering dikeluhkan para akseptor KB suntik yaitu berupa peningkatan berat badan. Hal ini disebabkan oleh efek progestin bukan karena adanya retensi cairan. Menurut para ahli, kontrasepsi suntik merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus sehingga menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya sehingga menyebabkan para akseptor KB suntik mengalami obesitas (Hartanto, 2010).

Berdasarkan studi pendahuluan yang pada bulan April 2016 di Desa Pagersari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang di Desa Pagersari Wawancara yang dilakukan pada 10 akseptor KB DMPA 2 ibu mengatakan meningkat berat badannya setelah pemakaiannya lebih dari 1 tahun dan bertambah 1-3 kg, 4 ibu mengatakan meningkat berat badannya setelah pemakaian lebih dari 2 tahun sebanyak 2-4 kg dan 4 ibu mengatakan berat badannya tetap. Dari uraian tersebut diatas terlihat masih banyak masalah dengan pelayanan program keluarga berencana, diantaranya efek samping dari kontrasepsi. Maka peneliti tertarik untuk mengetahui meneliti hubungan lama pemakaian KB suntik DMPA dengan perubahan berat badan di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan lama pemakaian KB suntik DMPA dengan perubahan berat badan di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan lama penggunaan KB suntik DMPA pada Akseptor KB suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb di Desa Pagersari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.
- b. Mendeskripsikan perubahan berat badan pada akseptor KB suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.
- c. Menganalisis hubungan lama penggunaan KB suntik DMPA dengan perubahan berat badan pada akseptor KB suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.

Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan masukan bagi bidan dalam memberikan pelayanan dan konseling bagi akseptor KB suntik DMPA.

Dapat menjadi masukan bagi masyarakat tentang alat KB terutama tentang kelebihan, kekurangan dan efek samping KB suntik DMPA.

Hasil penelitian dapat dijadikan referensi dan masukan bagi penelitian selanjutnya yang sejenis.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini merupakan penelitian korelasional, yaitu penelitian yang mencari ada tidaknya hubungan dua variabel atau lebih dalam penelitian. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan secara *cross sectional*. Penelitian ini sudah dilakukan di Desa Pagersari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. Pelaksanaan penelitian ini sudah dilakukan pada hari Selasa, 9 Agustus 2016. Populasi dari penelitian ini adalah adalah seluruh ibu akseptor KB suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari Semarang sebanyak 115 ibu. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu akseptor KB suntik DMPA di BPM Sri Lestari Am.Keb Desa Pagersari Bergas Semarang ada bulan April-Juni

sebanyak 76 ibu, Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan *purposive sampling*. Data dalam penelitian ini diperoleh berupa data sekunder dari rekam medik kartu status peserta KB di BPM Sri Lestari, Am.Keb. Analisis data menggunakan ukuran pemusatan yang disajikan dalam bentuk statistik deskriptif yang berisi nilai rata-rata (mean), standar deviasi, nilai maksimum dan nilai minimum. Analisis univariat ini dilakukan untuk menggambarkan lama penggunaan KB suntik DMPA dan perubahan BB untuk mengetahui nilai tendensi sentral menggunakan program komputer *SPSS*. *Analisis bivariate* yaitu analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoadmojo, 2010). Sebelum dilakukan uji analisis data dilakukan uji normalitas untuk mengetahui data tersebut normal atau tidak. Uji normalitas data menggunakan uji *Kormogolov Smirov*. Hasil uji normalitas sebagaimana yang telah disajikan pada sub bab sebelumnya, telah didapatkan bahwa salah satu data menunjukkan tidak berdistribusi normal, sehingga uji korelasi yang digunakan adalah menggunakan uji *spearman rank*.

HASIL PENELITIAN

A. Univariat

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Lama Pemakaian KB Suntik DMPA pada Ibu Akseptor KB Suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang

Variabel	n	Mean	SD	Min	Max
Lama Pemakaian KB	76	25.03	6,851	9	39

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Perubahan Berat Badan pada Ibu Akseptor KB Suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang

Variabel	n	Mean	SD	Min	Max
Perubahan BB	76	6,24	2,638	0	10

B. Univariat

Tabel 4.6 Hubungan Lama Pemakaian KB suntik DMPA dengan Perubahan Berat Badan di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang.

Variabel	n	Mean	SD	R	p-value
Lama Pemakaian KB	76	25,03	6,851	0,370	0,001
Perubahan BB	76	6,24	2,638		

PEMBAHASAN

A. Analisis Univariat

Lama Penggunaan KB Suntik DMPA pada Akseptor KB Suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana disajikan tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 76 ibu akseptor KB suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang, rata-rata lama pemakaian KB suntik DMPA adalah 25,03 bulan, dimana pemakaian paling baru 9 bulan dan paling lama 39 bulan.

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 hasil wawancara di bidan Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang didapatkan bahwa akseptor yang memakai Kontrasepsi suntik DMPA dalam jangka waktu yang lama dikarenakan banyak akseptor KB DMPA yang mengatakan sudah merasa nyaman dan faham dengan efek samping dari DMPA tersebut dan tidak ingin memakai KB yang lain. Responden juga menyatakan bahwa dalam penggunaan kontrasepsi KB suntik 3 bulan itu sangatlah mudah dan terasa nyaman, sehingga mereka tidak merasa kesulitan dalam ber KB.

Rata-rata responden sudah lama menggunakan KB suntik DMPA, yaitu selama 25,03 bulan (> 2 tahun) juga bisa disebabkan responden lebih suka menggunakan kontrasepsi KB suntik itu dan tidak ingin menghentikannya dengan alasan tidak merasa kesulitan dalam hal biaya, dimana kontrasepsi suntik KB 3 bulan ini harganya murah atau terjangkau. Akseptor juga hanya melakukan suntik 3 bulan sekali dan artinya hanya mengeluarkan uang sekali dalam 3 bulan, dimana hal ini cukup menguntungkan bagi ibu yang ingin mengumpulkan uang dulu untuk kebutuhan suntik KB DMPA. Karena hanya suntik 3 bulan sekali, kontrasepsi ini juga mudah dihentikan setiap saat, serta bisa teratur dalam penggunaannya.

Hal ini sesuai dengan apa yang dinyatakan Mochtar, (2005) bahwa 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. Hal senada juga dinyatakan oleh Maryani (2007) bahwa 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.

Banyak ibu yang lebih suka menggunakan KB suntik DMPA dalam waktu yang lama juga dinyatakan oleh Sulistiyawati (2011) bahwa salah satu jenis kontrasepsi suntik yang banyak dipakai oleh akseptor KB adalah suntik progesterin. KB ini lebih banyak diminati terutama pada golongan masyarakat menengah ke bawah. Di samping biayanya lebih murah, efektifitasnya tinggi, alat kontrasepsi suntik progesterin 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.

Namun demikian, perlu diketahui bagi para akseptor KB bahwa penggunaan jangka panjang DMPA (hingga dua tahun) 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 (Saifuddin, 2006). 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.

Perubahan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa dari 76 ibu akseptor KB suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang, rata-rata mengalami kenaikan berat badan sesudah menggunakan KB suntik DMPA sebesar 6,24 kg dengan standar deviasi 2,638 kg, kenaikan berat badan paling rendah 0 kg (tidak mengalami peningkatan berat badan) dan paling tinggi 10 kg.

Peningkatan berat badan yang dialami oleh akseptor KB suntik DMPA tersebut dikarenakan peningkatan berat badan memang merupakan salah satu dari efek samping KB DMPA. Ini artinya setelah menggunakan KB suntik DMPA akseptor akan mengalami efek samping kenaikan berat badan.

Perubahan berat badan kemungkinan disebabkan karena hormon progesteron 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. 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 (Hanafi, 2004).

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan apa yang dinyatakan oleh Varnaey (2006) bahwa efek samping utama dari pemakaian KB suntik DMPA bagi beberapa waktu ialah kenaikan berat badan. Bukti kenaikan berat badan selama penggunaan DMPA masih diperdebatkan. Sebuah penelitian melaporkan kenaikan berat badan lebih dari 2,3 kg pada tahun pertama dan selanjutnya meningkat secara bertahap sehingga mencapai 7,5 kg selama 6 tahun. Beberapa penelitian

juga menunjukkan bahwa tidak ada masalah berkaitan dengan berat badan. Seorang wanita yang mulai menggunakan Depo Provera harus mendapat saran tentang kemungkinan peningkatan berat badan dan mendapat konseling tentang penatalaksanaan berat badan sesuai dengan gaya hidup sehat.

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 bisa disebabkan oleh pekerjaan ibu. Berdasarkan hasil karakteristik responden didapatkan bahwa dari 76 responden ibu akseptor KB suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang, sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga (tidak bekerja), sejumlah 51 orang (67,1%). 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. Sebagaimana dinyatakan oleh Wijayanti (2006) bahwa aktivitas fisik dapat meningkatkan berat badan. Hal ini disebabkan karena asupan energi yang melebihi kebutuhan tubuh yang biasanya dialami oleh orang yang kurang olah raga atau kurang aktivitas fisik sehingga energi yang masuk kedalam tubuh tidak dibakar atau digunakan yang kemudian disimpan dalam bentuk lemak.

Selain itu, kenaikan berat badan juga bisa disebabkan oleh pola makan ibu. 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 kegemukan. Sebagaimana dinyatakan oleh BKKBN (2012) bahwa 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 mengabaikan peningkatan berat badan. Teori ini juga sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Wijayanti (2006) bahwa peningkatan berat badan dapat terjadi jika konsumsi makanan sehari-harinya mengandung energi yang melebihi kebutuhan yang bersangkutan.

Narudin (2008) dalam Haryani Dwi (2010) juga menambahkan bahwa faktor psikologis juga mempengaruhi kebiasaan makan, bahkan ada orang yang tiba-tiba ingin makan banyak saat sedang emosi. Selain itu, metabolisme yang lambat juga dapat meningkatkan berat badan karena perempuan mempunyai otot tubuh yang lebih kecil dari laki-laki, otot membakar kalori lebih banyak dari jaringan tubuh yang lain sehingga metabolisme pada perempuan jauh lebih lambat dari pada laki-laki. Hal ini akan menyebabkan perempuan akan lebih mudah gemuk jika dibanding dengan laki-laki.

Terdapat factor-faktor lain yang mempengaruhi peningkatan berat badan pada Akseptor KB suntik DMPA, diantaranya adalah hereditas, bangsa atau suku, gangguan emosi, fisiologi dan aktifitas fisik (Wijayanti, 2006).

B. Analisis Bivariat

Hubungan Lama Penggunaan KB Suntik DMPA dengan Perubahan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Pagersari Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Hasil tabulasi silang sebagaimana ditunjukkan pada tabel 4.6 Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari hasil uji korelasi Spearman Rank diperoleh nilai korelasi $r = 0,370$ dengan $p\text{-value } 0,001$. Oleh karena $p\text{-value } 0,001 < \alpha (0,05)$, maka disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara lama pemakaian KB suntik DMPA dengan perubahan berat badan di BPM Siti Lestari, AM.Keb, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang. Hubungan ini memiliki arah positif karena nilai korelasi bertanda positif, artinya semakin lama waktu pemakaian KB suntik DMPA maka semakin besar pula perubahan berat badan akseptornya. Hubungan ini memiliki tingkat kekuatan yang rendah karena nilai korelasinya terletak antara 0,200-0,399 (Sugiyono, 2007).

Hal ini karena hormon progesteron yang ada dalam KB suntik DMPA 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 BB bertambah. Dengan demikian, semakin lama akseptor memakai KB suntik DMPA maka akan semakin besar mengalami peningkatan berat badan.

Hasil penelitian ini sesuai teori yang dikemukakan oleh Hartanto (2004) bahwa dari pemakaian kontrasepsi suntik jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kenaikan berat badan karena adanya kandungan hormon progesteron yang dapat menyebabkan nafsu makan bertambah apabila pemakaian dosis yang tinggi atau berlebih karena dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak. Dia juga menambahkan bahwa umumnya efek samping kenaikan berat badan pada penggunaan DMPA tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1-5 kg dalam 1 tahun pertama, rata-rata tiap tahun naik antara 2,3-2,9 kg. Sedangkan menurut Nault, A. et.al (2013) menyatakan bahwa peningkatan berat badan pada penggunaan KB suntik DMPA adalah sekitar 1-2 kg setelah pemakaian 1 tahun pertama dan 4-10 kg setelah pemakaian 3-5 tahun. Oleh karena itu bisa disimpulkan bahwa semakin lama akseptor menggunakan KB suntik DMPA akan semakin besar pula memiliki resiko peningkatan berat badan.

Kenaikan berat badan tersebut kemungkinan disebabkan hormone progesteron yang terdapat dalam KB suntik DMPA 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.

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 (2008) 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.

Hasil-hasil penelitian di atas juga didukung dengan pernyataan Saifuddin (2006) bahwa 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. Umumnya pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama penyuntikan. Penyebab pertambahan berat badan tidak jelas. Tampaknya terjadi karena bertambahnya lemak tubuh, dan bukan karena retensi cairan tubuh.

Hal senada juga dinyatakan Prawirohardjo (2008) bahwa KB suntik DMPA 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.

Hartanto, (2010) juga menambahkan bahwa peningkatan berat badan 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.

KESIMPULAN

1. Penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata lama pemakaian KB suntik DMPA pada responden adalah 25,03 bulan, dimana paling baru 9 bulan dan paling lama 39 bulan.

2. Penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata kenaikan berat badan responden sesudah menggunakan KB suntik DMPA sebesar 6,21 kg dengan standar deviasi 2, 263 kg kenaikan berat badan paling rendah 0 kg (tidak mengalami kenaikan berat badan) dan paling tinggi 10 kg.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan KB suntik DMPA dengan perubahan berat badan pada akseptor KB suntik DMPA di BPM Sri Lestari, Am.Keb Desa Bergas Kabupaten Semarang dengan p-value $0,001 < \alpha (0,05)$.

Saran

Diharapkan bagi ibu akseptor KB suntik DMPA untuk memahami efek samping KB suntik DMPA dan menyikapi peningkatan berat badan dengan cara melakukan olah raga dan menjaga pola makannya.

Bagi bidan diharapkan untuk memberikan informasi tentang efek samping KB suntik DMPA dan memberikan motivasi pada ibu untuk memahami efek samping KB dan cara menanganinya.

Bagi Masyarakat khususnya calon akseptor Keluarga Berencana agar lebih memahami efek samping KB suntik DMPA sehingga tidak mempunyai persepsi yang salah tentang KB suntik DMPA.

Bagi Peneliti Selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor lain yang berhubungan dengan peningkatan berat badan ibu seperti aktifitas fisik dan pola makan ibu.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. (2010). *Prosedur penelitian Suatu Pendekatan*. Jakarta : Rhineka Cipta.
- BKKBN. (2007). *Keluarga Berencana dan kontrasepsi*. Cetakan ke-5. Jakarta : Pustaka sinar harapan
- BKKBN . *www. Bkkbn Jateng. go.id* . Jakarta. 2012.
- Handayani Dwi. (2010). *Pengaruh Frekuensi Kontrasepsi Suntik DMPA terhadap Kenaikan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA*. Semarang : Bidan Prada.
- Hartanto, Hanafi. (2004). *Keluarga Berencana Dan Kontrasepsi*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.
- Hartanto, Hanafi. (2010). *Keluarga Berencana Dan Kontrasepsi*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.
- Hidayat. (2007). *Metode Penelitian Kebidanan dan Tehnik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka.
- Mansjoer. (2010). *Kapita Selekta Kedokteran*. edisi 4, Jakarta : Media Aesculapius.
- Maryani. (2007). *Cara Tepat Memilih Alat Kontrasepsi Keluarga Berencana bagi Wanita*. Puslitbang Pelayanan dan Teknologi Kesehatan : Depkes RI

- Mochtar, R. (2005). *Sinopsis Obstetri*. Jakarta : EGC.
- Nault, A., Peipert, J., Zhao, Q., Madden, T., Secura, G. 2013. *Validity of Perceived Weight Gain In Woman Using Long-Acting Reversible Contraception and Depot Medroxyprogesterone Acetat* [Internet], January, 208 (4) pp. 48.e1-48.e8. Availabel from : [http//American journal of obstetrics & gynecology](http://American journal of obstetrics & gynecology). [Accesed 6 Agust 2016]
- Notoatmodjo. (2010) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Prawiroharjo. (2008). *Ilmu kebidanan*. Jakarta : PT. Bina Pustaka.
- Profil Kesehatan Indonesia 2015
- Profil Kesehatan Jawa Tengah 2015
- Saifuddin. (2006). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta : EGC.
- Saifuddin. (2007). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta : EGC.
- Sujiyatini. (2009). *Panduan Lengkap Pelayanan KB Terkini*. Jogjakarta : Mitra Cendikia.
- Sugiyono. (2007). *Statistika Untuk Penelitian*. Jakarta : IKAPI.
- Sugiyono. (2011). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : alfabetha; 2011.
- Sulistiyawati. (2011). *Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta: Salemba.
- Varney, dkk. 2006. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Edisi 4 Volume 1. EGC : Jakarta.
- Varney. (2007). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Edisi 4, Volume 2. Jakarta : EGC
- Wijayanti. (2006). *Perbedaan Peningkatan Berat Badan Antara Akseptor Keluarga Berencana Suntik Progesteron Tunggal dan Kombinasi Progesteron Estrogen Di Klinik Kebidanan dan Reproduksi*. Surakarta: Skripsi. Universitas Negri Semarang.
- Wiknjosastro. (2009). *Ilmu kebidanan*. Jakarta : PT. Bina Pustaka.