

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia sebagai negara berkembang menghadapi tantangan besar dalam mengendalikan laju pertumbuhan penduduk. Berdasarkan data BKKBN (2022), laju pertumbuhan penduduk yang tidak terkendali dapat berdampak pada kualitas hidup masyarakat dan keberlanjutan pembangunan. Untuk menjawab tantangan tersebut, pemerintah menggalakkan Program Keluarga Berencana (KB) sebagai bagian dari strategi pembangunan kesehatan nasional. Program ini tidak hanya bertujuan menekan angka kelahiran, tetapi juga meningkatkan kualitas hidup keluarga dan menciptakan sumber daya manusia yang sehat, mandiri, dan produktif, serta membentuk sumber daya manusia yang berkualitas. Dalam pelaksanaannya, tersedia berbagai metode kontrasepsi yang dapat dipilih oleh wanita usia subur, baik metode hormonal maupun non-hormonal, sesuai dengan kebutuhan, kondisi kesehatan, dan preferensi pengguna.

Metode hormonal meliputi pil KB, suntik KB, dan implan. Pil KB diminum setiap hari, efektif mencegah ovulasi, namun memerlukan kepatuhan tinggi dan dapat menimbulkan efek samping seperti mual, pusing, perubahan mood, dan perdarahan bercak (Kemenkes RI, 2021). Implan berbentuk batang kecil yang dipasang di bawah kulit lengan atas, efektif selama 3–5 tahun, tetapi dapat menyebabkan perdarahan tidak teratur, flek, atau kenaikan berat badan pada sebagian pengguna. Suntik KB terbagi

menjadi suntik 1 bulan (kombinasi estrogen-progestin) dan suntik 3 bulan atau *Depo Medroxyprogesterone Acetate* (DMPA) yang hanya mengandung progestin. Suntik diberikan intramuskular sesuai jadwal dan banyak dipilih karena praktis serta tidak memerlukan konsumsi harian.

Metode non-hormonal meliputi IUD (Alat Kontrasepsi Dalam Rahim) yang efektif hingga 10 tahun namun dapat menimbulkan nyeri haid dan perdarahan lebih banyak, kondom yang digunakan saat berhubungan seksual dengan efektivitas tinggi jika digunakan benar namun bergantung pada kepatuhan pasangan, serta metode mantap (MOW/MOP) yang bersifat permanen.

Setiap metode memiliki kelebihan dan kekurangan, termasuk efek samping yang berbeda. Salah satu efek samping yang menjadi perhatian adalah peningkatan berat badan. Beberapa metode hormonal dapat memengaruhi berat badan, namun penelitian menunjukkan bahwa suntik KB 3 bulan (DMPA) memiliki kecenderungan lebih tinggi menyebabkan kenaikan berat badan dibanding metode lainnya. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2021), lebih dari 30% wanita usia subur di Indonesia menggunakan kontrasepsi suntik sebagai metode pilihan utama karena dianggap praktis, efektif, dan tidak memerlukan konsumsi harian seperti pil. Curtis et al. (2016) juga menjelaskan bahwa DMPA merupakan metode jangka pendek yang sangat efektif dalam mencegah kehamilan, sehingga penggunaannya meluas hingga ke daerah pedesaan.

Efek samping penggunaan DMPA cukup beragam. Penggunaan DMPA sering menimbulkan gangguan menstruasi seperti amenore (tidak haid) atau perdarahan tidak teratur pada awal pemakaian (WHO, 2017). Salah satu efek samping yang paling menonjol adalah kenaikan berat badan, dengan rata-rata peningkatan sebesar 1,9–4 kg pada tahun pertama penggunaan. Secara biologis, kenaikan berat badan akibat DMPA terjadi karena kandungan hormon progestin memengaruhi pusat pengaturan nafsu makan di hipotalamus, sehingga meningkatkan asupan kalori dan menurunkan metabolisme basal tubuh (Trussell et al., 2018). Selain itu, DMPA juga dapat memicu perubahan metabolisme lemak yang meningkatkan akumulasi lemak subkutan di paha, pinggul, dan perut (Abbasi et al., 2019), serta retensi cairan yang memperparah kenaikan berat badan. Perubahan bentuk tubuh yang terjadi dapat berdampak pada kondisi psikologis, termasuk penurunan rasa percaya diri dan gangguan citra tubuh (body image) pada wanita (Saputri & Dewi, 2020). Kenaikan berat badan yang tidak terkendali pada pengguna DMPA bahkan dapat menjadi faktor risiko penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes mellitus, dan osteoarthritis (Kemenkes RI, 2022). Oleh karena itu, penting untuk melakukan pemantauan terhadap akseptor KB yang telah menggunakan DMPA dalam jangka waktu lama, terutama untuk mencegah efek samping yang berdampak jangka panjang terhadap kesehatan.

Popularitas DMPA tidak lepas dari beberapa alasan, antara lain: (1) praktis karena hanya disuntik 4 kali setahun dan tidak perlu diingat setiap hari seperti pil, (2) tingkat efektivitas tinggi >99% jika jadwal suntik tepat waktu, (3)

privasi terjaga karena tidak ada alat yang terlihat, (4) tidak mengganggu aktivitas seksual, (5) memiliki efek non-kontraseptif seperti mengurangi nyeri haid dan risiko kanker endometrium, serta (6) tersedia luas di fasilitas kesehatan dengan biaya relatif terjangkau.

Ketertarikan peneliti untuk mengambil lokasi di PMB Wati Margi Lestari, Desa Sambirejo, Kecamatan Bringin, Kabupaten Semarang didasarkan pada hasil studi pendahuluan yang menunjukkan permasalahan tersebut nyata terjadi di lapangan. Dari 10 akseptor KB suntik 3 bulan, sebanyak 7 orang (70%) mengalami peningkatan berat badan setelah menggunakan DMPA lebih dari satu tahun, dengan kenaikan berkisar 3–6 kg. Keluhan yang muncul meliputi nafsu makan meningkat, perubahan bentuk tubuh, dan rasa tidak percaya diri. Menariknya, 3 orang (30%) di antaranya menyatakan keinginan untuk mengganti metode KB karena merasa tidak nyaman dengan kenaikan berat badan yang dialami. Temuan ini memperkuat bahwa efek samping DMPA terhadap berat badan nyata dirasakan oleh pengguna di lapangan dan memerlukan kajian lebih lanjut.

Penelitian yang dilakukan oleh (Rizati, 2019) dengan judul Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu Tahun 2019 menunjukkan bahwa berdasarkan hasil tabulasi silang, dari 57 responden, lebih dari 60% menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan selama lebih dari satu tahun, dan lebih dari 68% mengalami kenaikan berat badan. Hasil uji chi-square memberikan nilai $p = 0,010$ yang lebih kecil dari $\alpha =$

0,05, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak. Hal ini mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB di wilayah kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu pada tahun 2019.

Penelitian yang dilakukan (Faridah & Widayati, 2023) dengan judul Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Kenaikan Berat Badan menunjukkan mayoritas responden pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan berusia 20–30 tahun (56,6%), bekerja (50,9%), berpendidikan menengah (56,6%), dan menggunakan KB suntik selama 1–2 tahun (67,9%), dengan sebagian besar mengalami kenaikan berat badan (66,0%). Uji chi-square menghasilkan $p = 0,019 (<0,05)$ dengan $OR = 0,167$, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dan kenaikan berat badan, di mana semakin lama penggunaan meningkatkan kecenderungan berat badan bertambah. Secara fisiologis, hal ini disebabkan oleh hormon progesteron dalam DMPA yang mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak serta merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus, sehingga meningkatkan asupan makan dan menurunkan aktivitas fisik, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan berat badan.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti memandang perlu melakukan penelitian tentang “Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi KB Suntik 3 Bulan dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB di Wilayah Kerja PMB Wati Margi Lestari Desa Sambirejo Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang”

guna memberikan data ilmiah yang dapat menjadi dasar pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan konseling KB serta membantu akseptor memilih metode kontrasepsi yang tepat sesuai kondisi tubuhnya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang dapat diambil yakni “Bagaimana Hubungan Lama Penggunaan kontrasepsi KB suntik 3 bulan dengan peningkatakn berat badan akseptor KB di Wilayah kerja PMB Wati Margi Lestari di Desa Sambirejo Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang 2025?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB di Wilayah kerja PMB Wati Margi Lestari di Desa Sambirejo Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mendiskripsikan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan di Wilayah kerja PMB Wati Margi Lestari di Desa Sambirejo Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang 2025.
- b. Untuk mengetahui peningkatan berat badan akseptor KB di Wilayah kerja PMB Wati Margi Lestari di Desa Sambirejo Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang 2025.

- c. Untuk menganalisis hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB di Wilayah kerja PMB Wati Margi Lestari di Desa Sambirejo Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Dapat menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh di perkuliahan dan menambah pengetahuan tentang Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan.

2. Bagi Instansi

Dapat memberikan wawasan serta memberikan informasi sebagai referensi dan sebagai bahan acuan pembelajaran tentang hubungan KB suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat memberikan informasi kepada Masyarakat setempat tentang Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Perubahan Berat Badan Pada Akseptor KB dan efek samping dari suntik 3 bulan.

