

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Program Keluarga Berencana (KB) tidak hanya bertujuan untuk mengendalikan laju pertumbuhan penduduk, tetapi juga memberikan layanan kesehatan reproduksi berkualitas yang berkontribusi nyata dalam mengurangi Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) serta meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Program perencanaan keluarga berhubungan dengan menurunnya risiko kematian ibu dan bayi karena intervensi seperti pemakaian kontrasepsi yang tepat, penjadwalan kehamilan yang direncanakan, dan jarak kelahiran yang optimal dapat mengurangi komplikasi kehamilan dan kelahiran yang berisiko tinggi dan meminimalkan kehamilan tidak diinginkan yang sering berkaitan dengan mortalitas (kontrasepsi yang digunakan memungkinkan pasangan merencanakan kehamilan yang sehat (Araújo et al., 2024).

Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu pilar penting dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas dan berkelanjutan. Memainkan peran krusial dalam pembangunan nasional Indonesia, khususnya dalam mengendalikan laju pertumbuhan penduduk dan meningkatkan kesejahteraan keluarga. Program ini telah menjadi bagian integral dari kebijakan pemerintah sejak 1970-an, dengan fokus pada pemberdayaan wanita usia subur untuk membuat keputusan reproduksi yang sadar. Melalui program KB, pasangan usia subur diharapkan dapat mengatur jarak dan jumlah kehamilan yang diinginkan, sehingga tercipta keluarga sejahtera dan sehat. Pemilihan metode kontrasepsi yang tepat menjadi kunci keberhasilan program ini, karena setiap metode memiliki karakteristik, efektivitas, dan potensi

efek samping yang berbeda. Di tingkat global, menurut laporan United Nations Population Division (2022), KB telah membantu menurunkan tingkat fertilitas dunia dari 4,97 menjadi 2,31 kelahiran per wanita antara 1990-2020, mencegah sekitar 1,1 miliar kelahiran tidak direncanakan dan mengurangi angka kematian ibu hingga 44%. Namun, di wilayah pedesaan seperti UPTD Puskesmas Sepaku III, Kabupaten Penajam Paser Utara, Provinsi Kalimantan Timur, implementasi KB menghadapi hambatan seperti jarak akses layanan, rendahnya literasi kesehatan, dan pengaruh norma budaya Dayak yang menekankan keluarga besar. Meskipun demikian, KB tetap esensial di sini untuk menurunkan angka kelahiran kasar dari 20 per 1.000 jiwa dan mendukung target SDGs 2030, di mana Puskesmas Sepaku III melayani lebih dari 4.000 penduduk pedesaan dengan program KB yang terintegrasi (BKKBN, 2023).

Alat kontrasepsi hormonal di Indonesia masih sangat populer digunakan oleh masyarakat. Berdasarkan pola dalam pemilihan jenis alat kontrasepsi sebagian besar peserta KB Aktif memilih suntikan dan pil sebagai alat kontrasepsi bahkan sangat dominan (lebih dari 80%) dibanding metode lainnya. Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2025, menunjukkan bahwa angka prevalensi PUS peserta KB di Indonesia sebesar 62,38%. Berdasarkan distribusi provinsi, angka prevalensi pemakaian KB tertinggi adalah Provinsi Kalimantan Selatan (72,16%), Provinsi Kepulauan Bangka Belitung (71,48%), dan Provinsi Bengkulu (69,39%), sedangkan terendah adalah Papua (22,11%), Papua Barat (31,53%) dan Maluku (37,94%). Pola pemilihan jenis metode kontrasepsi modern pada tahun 2024 menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor memilih menggunakan suntik sebesar 35,39%, diikuti pil sebesar 7,54%, implant 6,92%, IUD 6,08%, MOW 2,67%, Kondom 2,01%, MAL 0,82% dan MOP 0,08%. Pola ini terjadi setiap tahun, dimana peserta KB lebih banyak memilih metode kontrasepsi jangka pendek dibandingkan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP)

(Kemenkes RI, 2025).

Pada tahun 2024, Provinsi Kalimantan Timur mencatat jumlah total pasangan usia subur sebanyak 600.410 jiwa, dengan partisipan aktif program KB mencapai 418.848 jiwa (69,7%). Distribusi penggunaan metode kontrasepsi menunjukkan variasi sebagai berikut: suntikan (54,6%), pil (20%), alat kontrasepsi dalam rahim/IUD (9,2%), implan (7,7%), kondom (4,8%), wanita yang menjalani operasi kontrasepsi/MOW (3,7%), dan pria yang menjalani operasi kontrasepsi/MOP (0,1%). Sementara itu, di Kabupaten Penajam Paser Utara, pasangan usia subur berjumlah 30.059 jiwa, dengan 22.018 jiwa di antaranya terdaftar sebagai pengguna aktif KB. Komposisi metode kontrasepsi di wilayah ini meliputi suntikan (53,9%), pil (23%), implan (8,9%), IUD (7,3%), kondom (4,3%), MOW (2,4%), dan MOP (0,1%) (Dinkes Kalimantan Timur, 2025). Berdasarkan data di atas diketahui bahwa metode kontrasepsi hormonal yang masih menjadi primadona adalah kontrasepsi suntikan, kemudian disusul oleh kontrasepsi pil.

Namun dibalik efektifitasnya, penggunaan metode kontrasepsi hormonal seringkali dikaitkan dengan berbagai efek samping yang dapat mempengaruhi kualitas hidup akseptor. Salah satu efek samping yang paling sering dilaporkan dan dikeluhkan oleh akseptor adalah perubahan berat badan, termasuk kenaikan berat badan. Kenaikan berat badan ini dapat berdampak pada kesehatan fisik dan psikologis akseptor, serta menjadi salah satu alasan utama untuk penghentian penggunaan kontrasepsi (CHOICE) (Gores et al., 2025a).

Mekanisme hormonal yang mendasari kontrasepsi suntik 3 bulan dan pil kombinasi diduga kuat berperan dalam perubahan berat badan ini. Kontrasepsi hormonal bekerja melalui modulasi hormon endogen, di mana KB suntik (misalnya, DMPA 150 mg setiap 3 bulan) melepaskan progestin secara lambat untuk menghambat ovulasi, mengentalkan lendir serviks

untuk mempersulit penetrasi sperma, dan menipiskan endometrium. Progestin diketahui dapat meningkatkan nafsu makan melalui pengaruhnya pada pusat pengaturan nafsu makan di hipotalamus, serta dapat menyebabkan retensi cairan dan natrium, yang berkontribusi pada peningkatan massa tubuh (Metz et al., 2022).

Sementara itu, pil kombinasi (seperti levonorgestrel 0,15 mg + etinilestradiol 0,03 mg harian) menggabungkan estrogen dan progestin memiliki mekanisme kerja yang serupa dalam menghambat ovulasi untuk efek kontraseptif ganda (WHO, 2020). Kombinasi estrogen dan progestin dapat berinteraksi dengan system endokrin lainnya dan mempengaruhi metabolisme basal, yang secara teori dapat menyebabkan penambahan berat badan pada sebagian akseptor (Sit et al., 2017). Efek samping umum mencakup perdarahan spotting (hingga 30% kasus), penurunan libido, dan perubahan berat badan, yang disebabkan oleh retensi natrium, peningkatan adipogenesis, dan alterasi hormon leptin. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Bahamondes, 2021) menemukan KB suntik menyebabkan kenaikan berat badan rata-rata 2,0-3,5 kg dalam 12 bulan, dibandingkan 0,8-1,5 kg untuk pil kombinasi, dengan mekanisme utama berupa peningkatan nafsu makan dan distribusi lemak visceral. Isu ini menjadi perhatian karena dapat memicu sindrom metabolik, terutama pada populasi dengan baseline BMI >25 kg/m², dan menyebabkan discontinuasi KB hingga 20%.

Penelitian yang dilakukan (Mufidah et al., 2022) menyatakan bahwa kenaikan berat badan responden setelah menggunakan kontrasepsi hormonal tertinggi pada kelompok DMPA 7,04±2,48Kg, kemudian kelompok POK 4,03±2,76kg dan berdasarkan analisis didapatkan H0 ditolak dan Ha diterima yang menyatakan ada perbedaan kenaikan berat badan pada pengguna alat kontrasepsi DMPA dengan pil oral kombinasi (p=0,000). Didukung oleh penelitian Pitaloka & Handayani (2019) menemukan adanya hubungan antara penggunaan KB

suntik dengan kenaikan berat badan pada akseptor disalah satu Puskesmas, namun tidak ditemukan hubungan signifikan pada penggunaan pil kombinasi.

Keberhasilan program Keluarga Berencana (KB) di Indonesia sangat bergantung pada tingkat kelangsungan pemakaian kontrasepsi oleh akseptor. Meskipun efektivitas kontrasepsi hormonal dalam mencegah kehamilan tidak diragukan, efek samping metabolik berupa perubahan berat badan tetap menjadi keluhan utama yang memicu ketidakpuasan pengguna. Fenomena peningkatan berat badan ini merata pada berbagai jenis kontrasepsi hormonal. Data penelitian menunjukkan bahwa akseptor Implan rata-rata mengalami kenaikan berat badan berkisar antara 1,5 kg hingga 2,5 kg pada tahun pertama penggunaan akibat pengaruh hormon progestin yang memicu deposit lemak. Sementara itu, pengguna Pil Progestin (Mini Pill) sering kali melaporkan kenaikan berat badan yang lebih stabil namun tetap ada, yakni sekitar 0,5 kg hingga 2 kg. Bahkan pada IUD Hormonal (IUS) yang bekerja secara lokal, sebagian akseptor masih melaporkan perubahan komposisi tubuh dengan rata-rata kenaikan 1,2 kg dalam periode pemakaian tertentu.

Berdasarkan studi pendahuluan Di UPTD Puskesmas Sepaku III, observasi preliminar dari data rekam medis Januari-Desember 2024 menunjukkan adanya perbedaan nyata pada berat badan akseptor KB. Dari 140 akseptor terdaftar, 70% (98 orang) menggunakan KB suntik dengan peningkatan berat badan rata-rata 4,1 kg setelah 6-12 bulan, sementara 30% (42 orang) pengguna pil kombinasi hanya mengalami kenaikan 1,4 kg, berdasarkan pengukuran bulanan menggunakan timbangan digital standar. Temuan ini didukung oleh survei cepat terhadap 20 akseptor, 10 orang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan terjadi kenaikan berat badan antara 5 kg-12 kg dan 10 orang menggunakan kontrasepsi pil oral hormonal menyatakan kenaikan berat badan 0-6 kg.

Di antara berbagai metode tersebut, KB suntik 3 bulan (DMPA) memiliki kaitan yang paling kuat dengan peningkatan massa tubuh karena kandungan progestogen dosis tinggi yang menetap dalam sistem sirkulasi darah. Dampak dari perubahan fisik ini bukan sekadar masalah estetika, melainkan menjadi pemicu utama tingginya angka putus pakai atau drop out. Data menunjukkan bahwa angka *drop out* pada akseptor KB suntik 3 bulan cukup signifikan, di mana sekitar 25% akseptor memutuskan untuk menghentikan pemakaian pada tahun pertama. Alasan utama yang dikemukakan oleh lebih dari 50% akseptor yang berhenti adalah kekhawatiran dan ketidaknyamanan terhadap kenaikan berat badan yang drastis, yang sering kali mencapai 2 kg hingga 5 kg dalam setahun. Urgensi penelitian ini muncul dari kebutuhan mendesak untuk mendukung pengambilan keputusan berbasis bukti dalam pemilihan metode KB yang aman dan efektif, terutama di tengah target BKKBN 2025 untuk mengurangi dropout akseptor hormonal menjadi di bawah 10%.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Perbedaan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan Dengan Pil Kombinasi Di UPTD Puskesmas Sepaku III”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah ada perbedaan berat badan akseptor kb suntik 3 bulan dengan pil kombinasi di UPTD Puskesmas Sepaku III?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan berat badan akseptor kb suntik 3 bulan dengan pil kombinasi di UPTD Puskesmas Sepaku III.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran peningkatan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di UPTD Puskesmas Sepaku III.
- b. Untuk mengetahui gambaran peningkatan berat badan akseptor KB pil kombinasi di UPTD Puskesmas Sepaku III.
- c. Untuk menganalisis perbedaan berat badan akseptor kb suntik 3 bulan dengan pil kombinasi di UPTD Puskesmas Sepaku III

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi Ilmu Kebidanan

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi pengetahuan tentang gambaran kejadian anemia, sehingga memperkaya teori tentang perbedaan berat badan akseptor kb suntik 3 bulan dengan pil kombinasi.

- b. Bagi Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memperkaya referensi akademis bagi peneliti berikutnya, terutama yang menggunakan pendekatan metodologis berbeda guna mengeksplorasi lebih mendalam berhubungan dengan efek samping kontrasepsi hormonal.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Puskesmas Sepaku III

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah keilmuan di bidang pelayanan kebidanan di institusi tersebut, terutama dalam memberikan informasi yang lebih mendalam dan berbasis bukti mengenai potensi perbedaan dampak terhadap peningkatan berat badan antara pengguna KB Suntik dan Pil Kombinasi. Hal ini diharapkan dapat membantu akseptor dalam membuat pilihan metode kontrasepsi yang lebih tepat dan sesuai dengan kondisi fisik serta harapan mereka..

b. Bagi Bidan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi aktual bagi bidan dalam meningkatkan kompetensi klinis, khususnya dalam meningkatkan promosi kesehatan untuk menjelaskan secara lebih rinci mengenai risiko dan manfaat masing-masing metode kontrasepsi hormonal terkait perubahan berat badan, sehingga akseptor dapat membuat pilihan metode KB yang sesuai dengan kondisi kesehatan mereka, mendukung pemberdayaan wanita.

c. Bagi Universitas Ngudi Waluyo

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi referensi tambahan dalam pengembangan kurikulum ilmu kebidanan, terutama pada kajian kesehatan wanita usia subur terhadap pemilihan alat kontrasepsi hormonal.

d. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran

mereka mengenai efek samping metabolik dari kontrasepsi hormonal, khususnya terkait perubahan berat badan yang dialami selama menggunakan KB suntik 3 bulan maupun pil kombinasi. Melalui informasi hasil penelitian ini, responden dapat memperoleh dasar pertimbangan yang lebih objektif dalam memilih metode kontrasepsi yang paling sesuai dengan kondisi fisik dan kenyamanan mereka, serta mendapatkan motivasi untuk menerapkan pola hidup sehat guna meminimalisir risiko kenaikan berat badan.