

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluarga Berencana secara umum adalah upaya untuk mengatur jumlah kelahiran agar ibu dan bayinya serta ayah dan keluarganya atau masyarakat yang terkena dampak tidak dirugikan secara langsung oleh kelahiran tersebut (Sirait dan Siantar, 2020). Keluarga berencana adalah program yang mengatur jumlah anak yang diinginkan dan jarak kelahiran. Oleh karena itu pemerintah membuat program KB untuk mencegah dan menunda kehamilan (Yanti *et al.*, 2023).

Alat kontrasepsi merupakan salah satu cara untuk mencegah dan menghindari terjadinya kehamilan, serta merencanakan kelahiran untuk meningkatkan kebahagiaan keluarga sehingga dapat memberikan perhatian dan pendidikan yang maksimal kepada anak. Masing-masing jenis alat kontrasepsi yang digunakan mempunyai kelebihan dan kekurangan (Rosidah, 2022).

Syarat-syarat yang harus dipenuhi agar suatu alat kontrasepsi yang baik adalah aman, terpercaya, sederhana, murah, dapat diterima oleh banyak orang, dan digunakan dalam jangka waktu lama (tingkat kelanjutan yang tinggi). Salah satu jenis alat kontrasepsi yang cukup efektif serta menjadi pilihan dan bagian dari program keluarga berencana nasional adalah alat kontrasepsi suntik (*injectables*) dan merupakan bagian dari alat kontrasepsi jangka panjang, tidak perlu digunakan setiap hari atau setiap kali

berhubungan seks, namun tetap *reversibel*. *Depo Medroksiprogesteron Asetat* (DMPA) adalah salah satu metode kontrasepsi suntik yang paling banyak digunakan. DMPA merupakan metode kontrasepsi hormonal suntik yang hanya mengandung progesteron dan memiliki tingkat kegagalan kurang dari 1% per tahun. DMPA dilakukan dengan suntikan intramuskular setiap 3 bulan sekali dengan dosis 150 mg (Yuliari *et al.*, 2019).

Jenis kontrasepsi hormonal berupa suntikan ini semakin populer di Indonesia karena efektivitasnya, kemudahan dalam penggunaannya, harganya yang terjangkau, serta tingkat keamanannya yang tinggi. Metode kontrasepsi ini memiliki sejumlah manfaat dan juga beberapa kelemahan. Kekurangan dari penggunaan kontrasepsi suntik meliputi gangguan pada siklus menstruasi, seperti durasi haid yang bisa jadi lebih pendek atau lebih panjang, serta variasi dalam banyaknya perdarahan—termasuk perdarahan yang tidak teratur atau bercak-bercak kecil. Selain itu, ada kemungkinan tidak mengalami haid sama sekali, keterlambatan dalam pemulihan kesuburan setelah menghentikan penggunaan, serta peningkatan berat badan. Kontrasepsi ini juga tidak memberikan jaminan perlindungan terhadap penularan infeksi menular seksual, termasuk virus hepatitis B dan HIV (Setyorini dan Lieskusumastuti, 2020).

Penggunaan kontrasepsi suntik yang dilakukan setiap tiga bulan memiliki efek samping utama berupa perubahan berat badan. Faktor yang memengaruhi perubahan berat badan pada pengguna KB suntik adalah keberadaan hormon progesteron yang kuat, yang dapat merangsang hormon pengatur nafsu makan di hipotalamus. DMPA (*Depot Medroxyprogesterone*

Acetate) dapat memengaruhi pusat pengatur nafsu makan di otak bagian hypothalamus, yang mengakibatkan peningkatan metabolisme dan konsumsi makanan yang lebih tinggi dari kebiasaan. Karbohidrat yang dikonsumsi dalam jumlah besar diproses oleh hormon progesteron menjadi lemak, yang mengakibatkan akumulasi lemak dan peningkatan berat badan dimana Pertambahan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan bervariasi antara kurang dari 1-5 kg pada tahun pertama. Meskipun begitu, tidak semua akseptor mengalami kenaikan berat-badan secara berlebih, tergantung reaksi tubuh akseptor tersebut terhadap metabolisme progesterone (Sab'ngatun *et al.*, 2023).

Peningkatan berat badan yang berkelanjutan dapat mengakibatkan obesitas, yang berpotensi memicu berbagai penyakit, seperti diabetes melitus, serangan jantung, stroke, dan hipertensi dimana kelebihan berat badan akan meningkatkan kebutuhan volume darah seiring dengan bertambahnya massa tubuh. Saat berat badan bertambah, jantung perlu memompa lebih banyak darah melalui sistem peredaran untuk memastikan bahwa pasokan oksigen dan nutrisi ke seluruh jaringan tubuh tetap dalam kondisi yang baik. Situasi ini mengakibatkan meningkatnya sirkulasi darah, yang pada gilirannya menambah tekanan pada sistem kardiovaskular. Sebagai konsekuensinya, tekanan darah dapat meningkat sebagai reaksi tubuh dalam memenuhi kebutuhan yang lebih tinggi akan oksigen dan nutrisi, serta untuk menjaga agar fungsi tubuh tetap berjalan dengan baik. Kenaikan tekanan darah ini dapat meningkatkan risiko yang dapat mempengaruhi kesehatan jantung dan

pembuluh darah serta meningkatkan kemungkinan terjadinya hipertensi (Sabilla *et al.*, 2025).

Pengguna kontrasepsi KB suntik 3 bulan yang mengalami perubahan berat badan disebabkan oleh pergeseran dalam pola makan. Hal ini terjadi karena ibu tidak dapat menjaga kebiasaan makannya akibat peningkatan nafsu makan, yang pada gilirannya dapat menyebabkan kenaikan berat badan. Untuk mencegah kenaikan berat badan pada pengguna KB suntik 3 bulan, kita bisa melakukan beberapa langkah, seperti mengelola pola makan, menekan stres yang berlebih, berolahraga secara teratur, serta menerapkan program diet (Zubaidah, 2021).

Jumlah pasangan usia subur di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2023 sebanyak 5.784.989 pasang dimana sebanyak 4.003.375 (69,20%) adalah peserta KB aktif dan sebanyak 2.313.293 (39,98%) merupakan akseptor KB suntik (BPS Jawa Tengah, 2025), sedangkan jumlah pasangan usia subur di Kabupaten Pekalongan pada tahun 2024 sebanyak 166.891 pasang. Dari seluruh PUS yang ada, sebesar 74,7% adalah peserta KB aktif metode modern. Sebagian besar peserta KB aktif modern menggunakan kontrasepsi metode suntik yaitu sebesar 66% (Kab.Pekalongan, 2025).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui data rekam medis status register akseptor KB pada bulan Agustus 2025 di Puskesmas Bojong II Kabupaten Pekalongan, didapatkan hasil sejumlah 20 akseptor KB suntik 3 bulan, 14 akseptor diantaranya mengalami peningkatan berat badan mencapai 3 kg dan 3 akseptor mengalami peningkatan berat badan lebih dari 5 kg setelah menggunakan alat kontrasepsi suntik 3 bulan

rata-rata dalam jangka waktu > 1 tahun sedangkan 3 orang tidak mengalami peningkatan berat badan.

Sebanyak 12 akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bojong II tersebut mengeluhkan efek samping dari KB suntik 3 bulan, khususnya adanya peningkatan berat badan pada penggunaannya. Akseptor KB suntik yang mengalami kenaikan berat badan mengaku bahwa nafsu makan mereka meningkat namun tidak seimbang dengan pemakaian energi untuk aktifitas sehingga mendukung adanya penumpukan lemak serta peningkatan berat badan.

Dengan mempertimbangkan pengaruh kenaikan berat badan akibat penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan terhadap kondisi kesehatan wanita usia reproduksi yang tidak diinginkan, maka perlu dikaji lebih kritis bagaimana pengaruh kontrasepsi suntik 3 bulan terhadap terjadinya kenaikan berat badan pada wanita usia subur, Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan penambahan berat badan wanita usia subur di Puskesmas Bojong II”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Adakah hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan penambahan berat badan wanita usia subur di Puskesmas Bojong II?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan penambahan berat badan wanita usia subur di Puskesmas Bojong II.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi lama pemakaian KB suntik 3 bulan pada wanita usia subur di Puskesmas Bojong II.
- b. Mengidentifikasi perubahan berat badan responden wanita usia subur di Puskesmas Bojong II setelah pemakaian kontrasepsi KB suntik 3 bulan.
- c. Menganalisis hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan penambahan berat badan wanita usia subur di Puskesmas Bojong II

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Bidan

Penelitian ini dapat memberikan wawasan lebih mendalam terkait hubungan antara kontrasepsi suntik KB 3 bulan dan kenaikan berat badan pada wanita usia subur, sehingga dapat meningkatkan pemahaman tentang efek samping potensial dari metode kontrasepsi ini.

2. Bagi Akseptor KB

Penelitian ini dapat membantu responden dalam memahami risiko dan manfaat dari penggunaan kontrasepsi suntik KB 3 bulan secara lebih spesifik terhadap aspek kenaikan berat badan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi penting bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dalam studi terkait, memberikan landasan untuk perbandingan, validasi, dan pengembangan lebih lanjut terkait penggunaan kontrasepsi suntik KB 3 bulan