



Hubungan Penggunaan Kb Suntik Progesterin dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB di BPM Tuti Khairina Desa Tanah Merah Kecamatan Perbaungan Kabupaten Serdang Bedagai Tahun 2022

Tuti Khairina¹, Zulkarnain Batubara²

¹Program Studi Kebidanan program Sarjana, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada, Medan, Indonesia, ²Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada, Medan, Indonesia.

Info Artikel

Sejarah artikel :
Diterima, Nov 03, 2022
Disetujui, Des 14, 2022
Dipublikasikan, Des 30, 2022

Keywords :
The progestin injectable Contraceptive, Weight, Acceptors.

Abstrak

Latar Belakang : Akseptor KB terbanyak di Indonesia didominasi akseptor KB suntik sebesar 63,7%. Salah satu efek samping KB suntik 3 bulan adalah peningkatan berat badan, wanita yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 11 pon atau 5,5 kg dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu 3 tahun pemakaian. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan (progesterin) dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB di BPM Tuti Khairina Desa Tanah Merah Kecamatan Perbaungan kabupaten Serdang Bedagai Tahun 2022.

Metode : Penelitian ini penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah seluruh akseptor KB suntik 3 bulan di BPM Tuti Khairina Desa Tanah Merah Kecamatan Perbaungan berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu total *sampling* dan sampel berjumlah 30 orang.

Hasil penelitian : menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan (progesterin) dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB dengan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$.

Kesimpulan : Disarankan bagi ibu yang ingin menjadi akseptor KB agar lebih bijak dalam menentukan jenis kontrasepsi yang akan digunakan. Perhatikan manfaat, kelebihan dan efek samping kontrasepsi yang akan digunakan.

Abstract

Background: Most family planning acceptors in Indonesia are dominated by injectable family planning acceptors of 63.7%. One of the side effects of 3-month injection birth control is weight gain. Women who use 3-month injection contraception experience an average weight increase of 11 pounds or 5.5 kg and experience an increase in body fat of 3.4% within 3 years of use. The aim of the study was to determine the relationship between the use of 3-month injectable contraception (progesterin) with an increase in body weight in family planning acceptors at PMB Tuti Khairina, Tanah Merah Village, Perbaungan District, Serdang Bedagai Regency in 2022.

Methods: This research is a quantitative study with a cross sectional approach. The population was all 3-month injectable family planning acceptors at PMB Tuti Khairina, Tanah Merah Village, Perbaungan District, totaling 30 people. The sampling technique is total sampling and the sample is 30 people.

Result: The results of the study showed that there was a significant relationship between the use of 3-month injectable contraception (progesterin) and an increase in body weight in birth control acceptors with a value of $p = 0.000 < \alpha = 0.05$.

Conclusion: It is recommended for mothers who want to become family planning acceptors to be wiser in determining the type of contraception to be used. Pay

Koresponden Penulis :

Nama Koresponden Penulis,
Program Studi Keperawatan,
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth,
Jl. Bunga Terompet No. 118 Medan.
Email : koresponden.penulis@stikeselisabeth.ac.id

1. PENDAHULUAN

Indonesia adalah salah satu negara berkembang dengan tingkat pendapatan domestik bruto per kapita Indonesia mencapai Rp 59,1 juta atau setara dengan US\$ 4.174,9 pada tahun 2019¹. Salah satu masalah negara berkembang adalah masalah pendudukan. Berdasarkan hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2020 jumlah penduduk Indonesia pada 2020 sebanyak 270,20 juta jiwa. Berdasarkan kelompok usia, jumlah penduduk usia produktif (15-65 tahun) mencapai 185,22 juta jiwa atau sekitar 68,7% dari total populasi. Sementara kelompok usia belum produktif (0-14 tahun) sebanyak 66,05 juta jiwa atau 24,5%, dan kelompok usia sudah tidak produktif (di atas 65 tahun) sebanyak 18,06 juta jiwa atau 6,7% dari total populasi. Sehingga angka ketergantungan penduduk Indonesia sebesar 45%². Artinya, Indonesia masih berada dalam era bonus demografi di mana jumlah penduduk usia produktif lebih besar dibanding jumlah penduduk tidak produktif.

Dampak negatif yang dapat timbul dari ledakan penduduk ini: 1. Tingkat kemiskinan semakin meningkat karena pertumbuhan penduduk yang cepat tidak diimbangi oleh pertumbuhan ekonomi. 2. Kekurangan pangan, sebagai akibat dari pertumbuhan penduduk yang tidak seimbang dengan jumlah lahan untuk memproduksi pangan. 3. Timbulnya permukiman atau daerah kumuh di perkotaan sebagai akibat mahalannya harga tanah dan rumah. 4. Pemerintah mengalami kesulitan menyediakan sarana kebutuhan masyarakat seperti sarana pendidikan, sarana kesehatan, dan perumahan karena lokasi yang sudah padat oleh pemukiman penduduk dan jumlah dana yang besar. 5. Meningkatnya kebutuhan ruang dan lingkungan hidup. 6. Tidak seimbangnya kebutuhan akan lapangan pekerjaan dengan pertumbuhan penduduk yang jika dibiarkan lebih lanjut akan menyebabkan masalah sosial lainnya, seperti kemiskinan dan konflik antar penduduk.

Salah satu cara yang efektif sebagai solusi untuk mengatasi kepadatan penduduk adalah dengan mencanangkan program keluarga berencana atau KB. Keluarga berencana merupakan usaha untuk mengukur jumlah anak dan jarak kelahiran yang diinginkan. Oleh karena itu, pemerintah mencanangkan program untuk mencegah atau menunda kehamilan⁵

Ada macam-macam kontrasepsi yaitu kontrasepsi sederhana, hormonal, alat kontrasepsi dalam rahim dan kontrasepsi mantap. Metode kontrasepsi hormonal pada dasarnya dibagi menjadi 2 yaitu kombinasi (mengandung hormon progesteron dan estrogen sintetik) dan yang hanya berisi progestin saja. Kontrasepsi hormonal kombinasi terdapat pada pil dan suntik. Sedangkan kontrasepsi hormon yang berisi progesteron terdapat pada pil, suntik dan implan.

Sebagian besar peserta KB menggunakan kontrasepsi jangka pendek yang membutuhkan pembinaan secara rutin dan berkelanjutan untuk menjaga kelangsungan pemakaian kontrasepsi. Proporsi pemakai kontrasepsi suntik cukup besar yaitu 42,4%. Hal ini dikarenakan akses untuk memperoleh pelayanan suntikan relatif lebih mudah dan pelayanan menjangkau tingkat desa atau kelurahan sehingga dekat dengan tempat tinggal peserta KB⁸. Selain itu, pada umumnya akseptor lebih memilih metode kontrasepsi suntik 3 bulan karena alasan praktis yaitu sederhana dan tidak perlu takut lupa.

Semua jenis kontrasepsi memiliki kelebihan dan kekurangan. Kekurangan dari kontrasepsi suntik adalah terganggunya pola haid diantaranya adalah amenorrhea, menoragia dan bercak (spotting), kembalinya kesuburan setelah penghentian pemakaian mengalami keterlambatan dan peningkatan berat badan³. Efek penambahan berat badan pada suntik KB progestin disebabkan karena progestin merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya.

Peningkatan berat badan menjadi salah satu hal yang sering dikeluhkan oleh akseptor KB suntik progestin. Peningkatan berat badan bervariasi antara 1-5 kg dalam tahun pertama pemakaian. Peningkatan berat badan dapat menyebabkan akseptor KB tidak meneruskan KB sehingga drop out penggunaan alat kontrasepsi dan hal ini dapat mempengaruhi peningkatan jumlah penduduk. Drop out penggunaan alat kontrasepsi ini disebabkan kurangnya pengetahuan akseptor KB suntik progestin tentang efek samping dari kontrasepsi tersebut.

Faktor-faktor yang dapat memicu kenaikan berat badan yaitu, pola nutrisi, pola aktivitas, herediter, suku/bangsa, fisiologi, gangguan hormon. Sebuah penelitian menunjukkan kontrasepsi suntik progestin aman dan memiliki efektivitas yang tinggi namun banyak pengguna kontrasepsi suntik yang berhenti dikarenakan efek samping berupa gangguan pola haid, kenaikan berat badan, sakit kepala, dan rasa ketidak nyamanan di perut.

Di Sumatera Utara tahun 2020 sebanyak 46.596 akseptor dengan metode kontrasepsi yang terbanyak adalah suntik (39,2%). Peserta KB baru dengan metode suntik sebanyak 3.024 akseptor.

Kabupaten Sergai merupakan kabupaten yang memiliki jumlah Pasangan Usia Subur terbanyak di Kabupaten Sergai yaitu sebanyak 7.641 pasang. Dari jumlah tersebut pada tahun 2022 yang menjadi akseptor KB baru 588 orang. melakukan pelayanan KB baik di Penyedia Pelayanan Kesehatan (PPK) milik Pemerintah (Puskesmas atau Rumah Sakit Umum Daerah) maupun swasta seperti Praktik Mandiri Bidan (PMB). Jumlah peserta KB baru suntik di Kabupaten Sergai paling banyak dilayani di PPK milik swasta yaitu 141 orang. Sedangkan penelitian di PPK milik Swasta sangat terbatas.

Studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan di PMB (Praktik Mandiri Bidan) di Bpm Tuti Khairina Desa Tanah Merah Kecamatan Perbaungan Sergai Tahun 2022 memiliki akseptor KB baru suntik sebanyak 70 peserta, akseptor KB aktif suntik progesteron 311 dan kunjungan KB suntik aktif sebanyak 1.234 peserta.

Dari uraian tersebut di atas terlihat masih banyak masalah dengan pelayanan program Keluarga Berencana, di antaranya efek samping dari kontrasepsi. Maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara penggunaan KB suntik progestin dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB di PMB (Praktik Mandiri Bidan) Tuti Khairina, Tanah Merah, Perbaungan Kabupaten Serdang Bedagai tahun 2022.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor KB suntik 3 bulan di PMB Tuti Khairina Desa Tanah Merah Kecamatan Perbaungan berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu total *sampling* dan sampel berjumlah 30 orang dan data analysis pada penelitian ini menggunakan analisis univariate dan bivariate analysis dengan melakukan observasi dan memberikan lembar ceklis kepada akseptor KB.

3. HASIL PENELITIAN

Setelah dilakukan pengumpulan, pengelolaan dan analisa dari data yang diperoleh maka hasil penelitian yang di dapat penulis tentang “Hubungan Penggunaan Kb Suntik Progestin Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB di Bpm Tuti Khairina Desa Tanah Merah Kecamatan Perbaungan Kabupaten Serdang Bedagai Tahun 2022”, di dapatkan data jumlah kasus 30 orang dengan hasil sebagai berikut:

3.1 Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia, Paritas dan Pekerjaan di BM Tuti Khairina Tahun 2022

Karakteristik	<i>f</i>	%
Umur		
>35	11	28.1
20-35	19	71.9
Paritas		
Multipara	18	78.1
Primipara	12	21.9

Pekerjaan		
Tidak bekerja	17	60.5
bekerja	13	39.5
Jenis KB		
suntik progestin	15	50
IUD	15	50
total	30	100

Karakteristik responden berdasarkan umur, paritas, pekerjaan, pola aktivitas, pola nutrisi dapat dilihat pada tabel 1. Berdasarkan tabel 1 di atas dari 30 responden mayoritas responden berusia 20-35 tahun (71.9%) sisanya berusia di atas 35 tahun (28.1%). Menurut status paritasnya 18 responden adalah multipara atau pernah melahirkan lebih dari sekali dan 12 responden adalah primipara. Sedangkan berdasarkan pekerjaan 60.5 % responden tidak bekerja (Ibu rumah tangga) dan 39.5% responden memiliki pekerjaan. Pekerjaan responden bermacam-macam yaitu guru, pedagang, petani, karyawan, PNS, dan wiraswasta.

3.2 Analisis bivariat

Berikut ini adalah data perubahan berat badan akseptor KB suntik progestin dibandingkan dengan KB IUD.

Tabel 2. Perubahan Berat Badan Akseptor KB Suntik Progestin dan IUD di PMB Tuti Khairina Tahun 2022

variable	Berat badan						total		P value
	Turun		Tetap		naik		f	%	
	f	%	F	%	f	%			
Jenis KB									
suntik progestin	17	38.6	6	10.5	19	50.8	15	100	0.000
IUD	13	82.4	2	3.5	8	14.1	15	100	

Dari tabel 2 di atas diperoleh data bahwa dari 30 responden yang menggunakan KB suntik progestin selama 1 tahun 19 orang (50.8%) mengalami peningkatan berat badan, 15 orang (10.5%) berat badannya tetap, dan 11 orang mengalami penurunan berat badan atau sebesar 38.5%. Mayoritas responden KB suntik progestin di PMB Tuti Khairina mengalami peningkatan berat badan setelah 1 tahun pemakaian. Rata-rata peningkatan berat badan adalah 1.48 kg.

Sedangkan dari 15 responden akseptor KB IUD selama 1 tahun 10 orang mengalami penurunan berat badan, 3 orang memiliki berat badan tetap, dan 4 orang berat badannya naik. Sehingga dapat ditarik kesimpulan dari 30 responden KB IUD di PMB Tuti Khairina cenderung mengalami penurunan berat. Rata-rata mengalami penurunan berat badan 3.3 kg. Berdasarkan perhitungan *Pearson chi-square* diperoleh *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Artinya terdapat hubungan signifikan antara penggunaan KB dengan perubahan berat badan.

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan penggunaan KB suntik progestin dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB ini menunjukkan bahwa nilai $p\text{-value}$ $0,000 < 0,05$. Nilai OR sebesar 7.81 (8), artinya seseorang yang menggunakan KB suntik progestin memiliki peluang 8 kali lebih besar berat badannya naik dibandingkan dengan yang menggunakan KB IUD. Hasil tersebut membuktikan adanya hubungan penggunaan KB suntik progestin dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa akseptor KB suntik progestin yang paling banyak mengalami kenaikan berat badan yaitu 15 (50.8%) responden dari 30 responden. Sedangkan akseptor KB suntik non hormonal hanya 18 (25%) responden yang mengalami kenaikan. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya.41,45.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh University of Texas Medical Branch (UTMB), wanita yang menggunakan KB suntik 3 bulan rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 11 pon atau 5,5 kg dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu 3 tahun pemakaian. Berdasarkan penelitian yang dilakukan melibatkan

703 wanita yang dibagi dalam 2 kategori, usia 16-24 tahun, dan usia 25-33 tahun, menggunakan KB suntik 3 bulan, oral atau non hormonal selama 3 tahun. Peneliti membandingkan berat badan dan komposisinya yang mencakup pengaruh usia, ras, intake atau asupan kalori, dan olahraga ataupun aktivitas fisik selain dari faktor-faktor lain. Peneliti membandingkan penggunaan KB suntik 3 bulan memiliki resiko 2 kali lipat dibandingkan pengguna kontrasepsi lainnya untuk mengalami obesitas selama 3 tahun pemakaian.

Peningkatan berat badan ini terjadi karena pengaruh hormon progesteron yang mempermudah terjadinya perubahan gula dan karbohidrat menjadi lemak, sehingga lemak banyak yang bertumpuk di bawah kulit, selain itu kandungan progesteron dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang dapat menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah 3.

DMPA dapat mengaktivasi hormon glukokortikoid reseptor dan dalam dosis yang tinggi dapat mengubah metabolisme lemak, hal ini dapat menyebabkan terjadinya penumpukkan lapisan lemak pada manusia yang secara otomatis meningkatkan berat badan. Pendapat lainnya menyatakan penggunaan jangka panjang kontrasepsi suntik dapat memicu terjadinya peningkatan berat badan, kanker, gangguan emosi, dan jerawat karena penggunaan suntikan hormonal yang lama dapat mengganggu keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal.

Risiko kenaikan berat badan kemungkinan disebabkan karena hormon progesteron yang mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian kontrasepsi suntik dapat menyebabkan berat badan bertambah.⁹ Pertambahan berat badan memang tidak terlalu besar, antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama penyuntikan. Pertambahan berat badan karena bertambahnya lemak tubuh. Para ahli mengatakan kontrasepsi suntik khususnya depo metroxy progesterone asetat (DMPA) / progestin merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus, yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya.³

Akseptor KB suntik yang diambil dalam penelitian ini adalah akseptor yang melakukan KB suntik 4 kali berturut-turut. Pemilihan KB suntik ini merupakan pilihan rasional dibandingkan dengan KB lainnya, cukup ekonomis sehingga dapat terjangkau di semua lapisan masyarakat. Hal inilah yang menjadi alasan mengapa banyak wanita usia subur yang menggunakan KB suntik progestin dibandingkan KB lainnya.

5. KESIMPULAN

Dari penelitian ini diketahui berat badan pengguna KB suntik progestin di PMB Tuti Khairina Tahun 2022 setelah pemakaian 1 tahun cenderung meningkat. Sedangkan berat badan pengguna KB IUD setelah pemakaian 1 tahun cenderung turun. Pola aktivitas fisik akseptor KB di PMB Tuti Khairina mayoritas kategori ringan dan sebagian besar akseptor memiliki pola nutrisi kategori sangat kurang jika dibandingkan dengan Angka Kecukupan Gizi. Penggunaan KB suntik progestin memiliki pengaruh terhadap peningkatan berat badan akseptor KB. Akseptor KB suntik progestin setelah 1 tahun pemakaian berpeluang 8 kali lebih tinggi mengalami peningkatan beratdibandingkan KB IUD.

DAFTAR PUSTAKA

- Handayani, S. 2017. Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Hapsari, R., dkk. 2012. Hubungan Jenis Keluarga Berencana (KB) Suntik dengan Gangguan Menstruasi Pada Akseptor KB Suntik di Bidan Praktek Swasta (BPS) Suhartini Karanganyar Kebumen (diunduh 16 November 2017).
- Hidayat, A.A. 2014. Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data. Jakarta : Salemba Medika.
- Kementrian Kesehatan RI. 2016. Data dan Informasi Profi Kesehatan Indonesia 2016. file:///E:/DATA%20SKRIPSI/Data%20dan%20Informasi%20Kesehatan%20Profil%20Kesehatan%20Indonesia%202016%20%20%20smaller%20size%20-%20web. pdf . (diunduh 24 Maret 2022).
- Manuaba, I.A., dkk. 2013. Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB Untuk Pendidikan Bidan

- Edisi 2. Jakarta : EGC.
- Maritalia, D. 2014. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Purbowati, M. dan Basuki, D. 2015. Pengaruh Penggunaan IUD Terhadap Penyakit Keputihan di Puskesmas Kebasan Kabupaten Banyuma. (diunduh 9 Januari 2018).
- Sari, H.F. 2015. Hubungan Penggunaan dan Lama Penggunaan Jenis Kontrasepsi Hormonal dengan Kejadian Keputihan Pada Akseptor Keluarga Berencana di Wilayah Kerja Puskesmas Kartasura Sukoharjo. (diunduh 15 Januari 2018).
- Winarsih, S. 2017. Memahami Kontrasepsi Hormonal Wanita. Yogyakarta : Trans Medika.
- Syahlani, A, dkk. 2013. Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dan Pengetahuan Ibu Tentang Perawatan Organ Reproduksi dengan Kejadian Keputihan di Wilayah Kerja Puskesmas Pekauman Banjarmasin. (diunduh 29 November 2017).
- Davies, P. D. O. (2020). Multi-drug resistant tuberculosis. *CPD Infection*,