

## HUBUNGAN PEMAKAIAN KONTRASEPSI SUNTIK 1 BULAN TERHADAP PERUBAHAN BERAT BADAN DI DESA BULUH KECAMATAN SOCAH KABUPATEN BANGKALAN

**Riski Fitriyanti<sup>1</sup>, Reliani<sup>2</sup>, Umi Ma'rifah<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> RSUD dr. Mohamad Soewandhie

<sup>2,3</sup> Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

### INFORMASI

#### Korespondensi

riski.fit@gmail.com

#### Keywords:

family planning, one month injectable contraception, body weight

### ABSTRACT

**Objective:** The purpose of this study was to know the relationship between the usage of 1-month injection contraception to chains in body weight at Desa Buluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan.

**Methods:** This study was analyzed using by cross-sectional approach. The sample was 1-month injection contraception acceptors at Desa Bluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan amounts 30 respondents that were chosen by purposive sampling.

**Results:** The technique of data analysis done by Rank Spearman, shown 16 respondents (53.3%) used 1-month injection contraception regularly, and 16 respondents (53.3%) did not experience body weight change.

**Conclusion:** There was a relationship between the usage of 1-month injection contraception to changes in body weight at Desa Buluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan.

## PENDAHULUAN

Usaha penurunan jumlah penduduk terkait program pemerintah yaitu keluarga berencana yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak sehingga mewujudkan keluarga kecil bahagia dan sejahtera, dan pertumbuhan penduduk di Indonesia (Lestari, 2017)

Dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 28 April 2009 di Puskesmas Socah Kabupaten Bangkalan data yang diperoleh akseptor KB Suntik yang mengalami efek samping sebanyak 122 akseptor dengan rincian sebagai berikut : yang mengalami perubahan berat badan sebanyak 47 orang (38,5%), amenorrhoe 31 orang (25,4%), spotting 24 orang (19,7%), mual dan sakit kepala 20 orang (16%). Jumlah akseptor KB suntik pada bulan April sampai Mei 2009 adalah sebanyak 200 akseptor dengan rincian tiap metode sebagai berikut : suntik keseluruhan 189 orang (94,5%), suntik satu bulan 99 orang (49,5%), suntik tiga bulan 90 orang (45%).

Setiap kontrasepsi memiliki efek samping, demikian juga dengan suntik 1 bulan, yaitu pusing, sakit kepala, perubahan berat badan, amenorrhoe, spotting, terlambatnya pemulihan kesuburan (Dewi, 2019). Hubungan pemakaian kontrasepsi suntik 1 bulan terhadap perubahan berat badan di Pukesmas Socah Kabupaten Bangkalan belum diketahui jelas. Cakupan peserta Keluarga Berencana (KB) aktif di Indonesia pada tahun 2014 dengan jumlah pasangan usia subur (PUS)

sebanyak 47.019.002 peserta KB aktif sebanyak 35.202.908 meliputi IUD sebanyak 3.896.081 (11,0%), MOW sebanyak 1.238.749 (3,52%), MOP sebanyak 241.642 (0,69%), implant sebanyak 3.680.816 (10,46%), kondom sebanyak 1.110.341 (3,15%), suntik sebanyak 16.734.917 (47,54%) dan pil sebanyak 8.300.362 (29,58%) (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2014).

Efek samping yang paling sering dialami oleh akseptor suntik 1 bulan adalah peningkatan dan penurunan berat badan yang disebabkan oleh hormon progesteron (Setyoningsih, 2020). Hormon progesteron mempermudah merubah karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga merangsang nafsu makan bertambah dan menurunkan aktifitas fisik, akibatnya berat badan bertambah (Kurniasari et al., 2020) Pada dasarnya penggunaan kontrasepsi harus cocok dan sesuai dengan indikasi yang ada pada calon akseptor agar menekan efek samping dan komplikasi akibat pemakaian kontrasepsi, terutama kontrasepsi hormonal yang memang memiliki lebih banyak efek samping dari pada kontrasepsi non hormonal, untuk itulah diperlukan peran aktif petugas kesehatan untuk memberikan konseling dahulu terhadap akseptor baru sehingga keputusan pemilihan kontrasepsi tersebut sesuai dengan keputusan dan kondisi klien (Sandi, 2019).

Untuk menurunkan berat badan dapat dilakukan secara alami antara lain membatasi atau mengurangi masuknya energi dengan aktifitas fisik dan mengkombinasikan keduanya, dilanjutkan juga untuk melaksanakan diet tinggi kalori (Wuri et al., 2019). Untuk dapat mengetahui lebih lanjut tentang efek samping KB suntik 1 bulan, maka perlu dilakukan suatu penelitian tentang pemakaian kontrasepsi suntik 1 bulan terhadap perubahan berat badan.

## **METODE**

Pada penelitian ini merupakan penelitian Desain Studi *Analitik Korelasional* artinya suatu penelitian untuk mengetahui kontribusi faktor resiko tertentu terhadap suatu kejadian tertentu (efek). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi S1 Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Surabaya sebanyak 213 mahasiswi. Sampling dengan *Cluster Random Sampling* dan sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eklusi 139 yaitu aktif study, sudah menstruasi, tidak mempunyai penyakit yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi, seperti HIV, tuberculosis, diabetes, tidak mengkonsumsi obat-obatan yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi, seperti obat-obatan antidepresan dan antipsikotik, obat kemoterapi, obat tekanan darah.

Instrumen yang digunakan adalah lembar Kuesioner Durasi Tidur yang mengacu pada buku Potter (Potter et al., 2021). Kuesioner durasi tidur terdiri dari 1 pertanyaan dengan pilihan jawaban menggunakan skala nominal yang terdiri dari 8 pertanyaan dan untuk mengukur siklus menstruasi di modifikasi dari buku dan jurnal (Fitri, 2017; Nam & Han, 2017). Analisis data dengan menggunakan Chi square melalui perhitungan SPSS.

## HASIL

### Data Umum

#### Karakteristik Umur

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan kelompok umur di desa Buluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan.

No.	Kelompok Umur	Frekuensi	Prosentase %
1.	< 20 Tahun	5	16,7
2.	20 – 35 Tahun	18	60
3.	> 35 Tahun	7	23,3
	Jumlah	30	100

Dari tabel 4.1 diatas dapat diketahui bahwa dari 30 responden, sebagian besar antara 20-35 tahun sebanyak 18 responden (60%).

#### Karakteristik Pendidikan Responden

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan pendidikan di desa Buluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan

No.	Pendidikan	Frekuensi	Prosentase %
1.	SD	4	13,3
2.	SMP-SMA	22	73,3
3.	PT	4	13,3
	Jumlah	30	100

Dari tabel 4.2 diatas dapat diketahui bahwa dari 30 responden yang pendidikan SMP-SMA sebanyak 22 reseponden (73,3%)

### Karakteristik Pekerjaan Responden

Tabel 3 Distribusi responden berdasarkan pekerjaan di desa Buluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan

No.	Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase %
1.	IRT	17	56,7
2.	Swasta	7	23,3
3.	Wiraswasta	3	10
4.	PNS	3	10
	Jumlah	30	100

Dari tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 30 responden, sebagian besar responden bekerja sebagai IRT sebanyak 17 responden (56,7%).

### Karakteristik Jumlah Anak

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan jumlah anak di desa Buluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan

No.	Jumlah anak	Frekuensi	Prosentase %
1.	1 orang	9	30
2.	2-3 orang	17	56,7
3.	> 3 orang	4	13,3
	Jumlah	30	100

Dari tabel 4.4 dapat diketahui bahwa dari 30 responden yang mempunyai anak 2-3 sebanyak 17 responden (56,7%).

### Data Khusus

Distribusi responden berdasarkan lama pemakaian KB suntik 1 bulan

Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan lama pemakaian KB suntik 1 bulan di desa Buluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan

No.	Pemakaian KB suntik	Frekuensi	Prosentase %
1	Teratur	11	36,7
2	Cukup teratur	16	53,3
3	Kurang teratur	3	10
	Jumlah	30	100

Dari tabel 4.5 diatas menunjukkan dari 30 responden yang memakai kontrasepsi suntik 1 bulan dan teratur sebanyak 16 responden (53,3%).

Distribusi responden berdasarkan perubahan berat badan

Tabel 6 Distribusi responden berdasarkan perubahan berat badan di desa Buluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan

No.	Perubahan Berat Badan	Frekuensi	Prosentase %
1.	Naik	12	40
2.	Turun	2	6,7
3.	Tetap	16	53,3
	Jumlah	30	100

Dari tabel 4.6 diatas menunjukkan dari 30 responden yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 12 responden (40%), yang mengalami penurunan berat badan sebanyak 2 orang (6,7%) dan yang tidak mengalami kenaikan dan penurunan berat badan (tetap) sebanyak 16 orang (53,3%).

#### Tabulasi Silang

Tabel 7 Tabulasi silang hubungan pemakaian kontrasepsi suntik 1 bulan terhadap perubahan berat badan di desa Buluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan.

Pemakaian KB suntik	Perubahan berat badan						Jumlah	
	Naik		Turun		Tetap			
	N	%	N	%	N	%	N	%
Teratur	5	16,7	1	3,3	5	16,7	11	36,7
Cukup teratur	6	20	1	3,3	9	30	16	53,3
Kurang teratur	1	3,3	-	0	2	6,7	3	10
	12	40	2	6,6	16	53,4	30	100

Dari hasil tabulasi silang pada tabel 4.7 dapat disimpulkan bahwa ibu yang memakai KB suntik 1 bulan cukup teratur berat badan tetap sebanyak 9 orang (30%), berat badan meningkat sebanyak 6 orang (20%), dan yang mengalami panurunan sebanyak 1 orang (3,3%) dan ibu yang memakai KB suntik 1 bulan teratur berat badan tetap sebanyak 5 orang (16,7%), berat badan naik 5 orang (16,7%) dan berat badan turun sebanyak 1 orang. Sedangkan ibu yang menggunakan KB suntik 1bulan yang kurang teratur berat badan tetap 2 orang (6,7%), berat badan naik 1 orang (3,3%) dan berat badan turun tidak ada.

## PEMBAHASAN

### Pemakaian Kontrasepsi Suntik

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa dari 30 responden sebagian besar dari 16 responden (53,3%) telah menggunakan KB suntik 1 bulan cukup teratur, hal ini disebabkan responden banyak yang cocok menggunakan KB suntik 1 bulan dirasakan oleh para akseptor bahwa KB suntik 1 bulan sangat efektif, dapat dipakai oleh semua orang, dapat juga dipakai untuk jangka waktu yang lama (*continuation rate tinggi*), dapat diatur menurut keinginan.

Selain hal tersebut diatas disebutkan pula pada tabel 4.1 diketahui bahwa sebagian besar akseptor KB suntik 1 bulan, berusia antara 20-35 tahun sebanyak 18 responden (60%) hal ini disebabkan bahwa masyarakat sudah memahami makna KB yaitu mengatur jarak kehamilan yang sebelumnya pernah dijelaskan oleh bidan ketika pemberian KIE pertama kali pada waktu akan menjadi akseptor KB (Sabilla, 2020).

Karena dalam periode usia ini merupakan paling baik untuk merencanakan jumlah anak dan meningkatkan kesejahteraan keluarga, agar keluarga dapat memberikan perhatian dan pendidikan yang maksimal pada anak (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Selain itu dapat dilihat dari tabel 4.4 menunjukkan sebagian besar responden mempunyai anak 2-3 orang sebanyak 17 responden (56,7%). Hal ini merupakan paling baik untuk merencanakan kelahiran dengan jumlah anak 2 orang dan jarak antara kelahiran 2-4 tahun.

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan sebagian besar responden berpendidikan SMP-SMA sebanyak 22 responden (73,3%). Pendidikan merupakan salah satu faktor yang sangat menentukan pengetahuan dan persepsi seseorang terhadap pentingnya suatu hal, termasuk keikutsertaan menjadi akseptor KB suntik 1 bulan, hal ini disebabkan seseorang yang berpendidikan akan lebih luas tentang wawasan dan pandangan serta mudah menerima ide dan tata cara kehidupan baru yang membangun termasuk berperan aktif dalam program KB (Etnis & Hastono, 2018)

### **Perubahan Berat Badan**

Pada penelitian ini menunjukkan dari 30 responden yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 12 responden (40%) yang mengalami penurunannya berat badan sebanyak 2 responden (6,7%) dan yang tidak mengalami kenaikan dan penurunan berat badan (tetap) sebanyak 16 responden (53,3%).

Besarnya peningkatan maupun penurunan berat badan tiap individu berbeda tergantung reaksi tubuh wanita itu terhadap hormon progesteron, disamping itu perubahan berat badan bukan hanya karena makanan yang berlebihan/berkurang tetapi juga karena aktivitas fisik ibu yang berlebihan sehingga terjadi kekurangan energi dan inilah yang menyebabkan adanya perubahan berat badan (Darmayani et al., 2018).

Berdasarkan fakta yang dilahan sebagian besar responden yang kesehariannya bekerja sebagai ibu rumah tangga, makin memicu adanya faktor penunjang terjadinya perubahan berat badan dikarenakan aktifitas fisik ibu yang berlebihan sehingga terjadi kekurangan energi dan inilah yang menyebabkan adanya perubahan berat badan (Sudargo et al., 2018).

Pada tabel 3 menunjukkan sebanyak 17 responden (56,7%) bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT). Hal ini memicu adanya faktor penunjang terjadinya perubahan berat badan, dikarenakan aktivitas fisik ibu yang berlebihan sehingga terjadi kekurangan energi dan inilah yang menyebabkan adanya perubahan berat badan. Selain itu padatabel 4.1 diketahui bahwa sebagian besar akseptor KB suntik 1 bulan, berusia antara 20-35 tahun sebanyak 18 responden (60%) hal ini disebabkan bawa dengan bertambahnya usia, energi yang dikeluarkan menurun sehingga klien jadi kurang untuk bergerak (Machmud, 2020).

### **Hubungan Pemakaian Kontrasepsi Suntik 1 Bulan Terhadap Perubahan Berat Badan**

Pemakaian kontrasepsi suntik 1 bulan merupakan faktor resiko timbulnya penyakit yang dalam hal ini adalah perubahan berat badan, dengan menggunakan uji statistik rank spearmen menunjukkan bahwa hipotesis suntik diterima yaitu ada hubungan pemakaian kontrasepsi suntik 1 bulan dengan perubahan berat badan di Puskesmas Socah Kabupaten Bangkalan.

Berdasarkan teori yang ada bahwa sebagian besar akseptor KB suntik 1 bulan yang mengalami perubahan berat badan dapat diakibatkan oleh hormon progesteron ), perubahan yang dimaksud disini adalah dimana kenaikan atau penurunan rata-rata tiap tahunnya 1,6-1,9 kg (menurun hasil penelitian depo provera).

Hormon progesteron mempermudah merubah karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah selain itu peningkatan hormon progesteron juga menekan pusat saraf pengendali nafsu makan di hipotalamus sehingga nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya berat badan bertambah (Nurmainah et al., 2020)

Berdasarkan teori yang ada dengan fakta yang ada dilahan bahwa ada hubungan antara pemakaian kontrasepsi suntik 1 bulan terhadap perubahan berat badan pada akseptor, sebagian besar akseptor KB suntik 1 bulan yang telah memakai <1 tahun (Sartika et al., 2021). Untuk bisa menghindari perubahan berat badan naik, anjurkan klien untuk melakukan diet rendah kalori, dan olah raga yang proporsional untuk berat badannya, dan bila berat badan menurun anjurkan klien melakukan diet tinggi kalori dan protein serta olah raga teratur.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini, sebagian besar akseptor KB suntik 1 bulan cukup teratur melakukan KB suntik 1 bulan. Sebagian besar akseptor KB suntik 1 bulan yang tidak mengalami kenaikan berat badan. Terdapat hubungan antara pemakaian kontrasepsi suntik 1 bulan terhadap perubahan berat badan.

## **SARAN**

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam upaya meningkatkan mutu pelayanan dan pencapaian program KB. Oleh sebab itu diharapkan bagi petugas lebih memperhatikan perubahan berat badan dengan memberikan penyuluhan tentang KB suntik 1 bulan beserta penanganan perubahan berat badan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menimbulkan kesadaran, peran serta, mengubah perilaku masyarakat lebih baik dalam menangani perubahan berat badan.

**REFERENSI**

- Darmayani, S., Rosanty, A., & Rahmayani, D. (2018). Gambaran Kadar Kolesterol Total pada Pecandu Kopi Kecamatan Poasia Kota Kendari. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 10(1). <http://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/HIJP/article/view/122>
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Faktor-Faktor PUS Dalam Memilih Kontrasepsi Suntik*.
- Dewi, D. (2019). *KAJIAN EFEK SAMPING KONTRASEPSI HORMONAL PADA AKSEPTOR KB DI PUSKESMAS KENDALSARI KOTA MALANG*. <http://repository.poltekkespim.ac.id/id/eprint/420/>
- Etnis, B., & Hastono, S. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Penggunaan Kontrasepsi IUD pada Wanita Usia Subur (WUS) di Desa Tanjungtani Kecamatan Prambon Kabupaten. *Global Health Science*, 3(1), 103–114. <http://jurnal.csdforum.com/index.php/GHS/article/view/301>
- Fitri, I. (2017). *Lebih Dekat Dengan Sistem Reproduksi Wanita*. Gosyen Publishing. [https://scholar.google.com/scholar?hl=en&as\\_sdt=0%2C5&q=Fitri%2C+Imelda.+%282017%29.+Lebih+Dekat+dengan+Sistem+Reproduksi+Wanita.+Yogyakarta.+Gosyen+publishing+&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=Fitri%2C+Imelda.+%282017%29.+Lebih+Dekat+dengan+Sistem+Reproduksi+Wanita.+Yogyakarta.+Gosyen+publishing+&btnG=)
- Kurniasari, D., Susilawati, N. G. F., & Fenniokha, N. G. (2020). Pengaruh Kontrasepsi Suntik 3Bulan Terhadap Kenaikan Berat Badan Ibu Di Puskesmas Gedong Air Kota Bandar Lampung Tahun 2020. *Jurnal Medika Malahayati*, 4(4), 257–267.
- Lestari, V. (2017). *Pertumbuhan Penduduk Dan Keluarga Berencana*. <https://osf.io/preprints/inarxiv/ut4rz/>
- Machmud, A. N. (2020). Hipertensi: Faktor Determinan Hipertensi Pasien Rawat Jalan. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 3(1), 365–377. <https://stikeskjp-palopo.ejournal.id/JFK/article/view/113>
- Nam, G., & Han, K. (2017). Association between sleep duration and menstrual cycle irregularity in Korean female adolescents. *Elsevier*, 35, 62–66. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1389945717301910>
- Nurmainah, N., Wahdaningsih, S., Pharmascience, S. I.-J., & 2020, undefined. (2020). Analisis Pengaruh Penggunaan Depot Medroxyprogesterone Acetate Terhadap Kenaikan Berat Badan Akseptor di Puskesmas Perumnas II Pontianak. *Ppjp.Ulm.Ac.Id*, 07(02), 149–155. <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/pharmascience/article/view/8400>
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Hall, A. (2021). *Potter & Perry's Essentials of Nursing Practice, Sae, E Book*. Elsevier Health Sciences.
- Sabilla, A. (2020). Partisipasi Masyarakat dalam Program Kampung Keluarga Berencana (KB). *Jurnal Sains Komunikasi Dan Pengembangan Masyarakat*, 4(5). <http://ejournal.skpm.ipb.ac.id/index.php/jskpm/article/view/569>
- Sandi. (2019). *PENGARUH KONSELING TERHADAP AKSEPTOR KB DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN ALAT KONTRASEPSI PADA MASA NIFAS DI KLINIK PRATAMA NIAR*. <http://repo.poltekkes-medan.ac.id/xmlui/handle/123456789/617>

- Sartika, W., Qomariah, S., & Herlina, S. (2021). Peningkatan Berat Badan dengan Penggunaan Kontrasepsi KB Suntik 1 Bulan. *Jurnal SMART Kebidanan*, 8(1), 34–37.
- Setyoningsih, F. (2020). EFEK SAMPING AKSEPTOR KB SUNTIK DEPO MEDROKSI PROGESTERON ASETAT (DMPA) DI BPM FITRI HAYATI. *Jurnal Kebidanan*, 6(3), 298–304. <https://core.ac.uk/download/pdf/328113525.pdf>
- Sudargo, T., Freitag, H., Kusmayanti, N. A., & Rosiyani, F. (2018). *Pola makan dan obesitas*. UGM press.
- Wuri, M., Irianton, A., & Agus, W. (2019). *EDUKASI GIZI KONSUMSI MAKANAN DAN AKTIVITAS FISIK MELALUI MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU MAHASISWA OBESITAS DI POLTEKKES KEMENKES*.
- ZAINIYAH, H., WAHYUNINGTYAS, D., & ALCHOINI, A. (2019). BERAT BADAN ANTARA AKSEPTOR KB SUNTIK 1 BULAN (CYCLOFEM) DENGAN AKSEPTOR KB SUNTIK 3 BULAN (DEPO MEDROKSI PROGESTERONE .... *Stikes-Nhm.e-Journal.Id*. <https://stikes-nhm.e-journal.id/JOB/article/download/485/524>