

---

## HUBUNGAN PENGGUNAAN ALAT KONTRASEPSI SUNTIK DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN DI BPM ROSITA PEKANBARU

**Susi Hartati\***

Akademi Kebidanan Sempena Negeri Pekanbaru

\* email: [hartatisusi@gmail.com](mailto:hartatisusi@gmail.com)

### ABSTRACT

*The most widely used contraceptives are injectable contraceptives, which contain the hormones estrogen and progesterone. The side effect of injectable contraceptives that often occurs is weight problems. The purpose of the study was to determine the relationship between the use of injectable contraceptives and weight gain in the working area of BPM Rosita, S.Tr.Keb, Pekanbaru City in 2021. The type of research was quantitative, the research design was cross sectional. The population is 165 injectable family planning acceptors with 62 samples. The sampling technique was consecutive sampling, Nominal and Ordinal measuring scales, questionnaire research instruments, KB Cards and Scales, and univariate and bivariate data processing. Based on univariate analysis, the majority used 3-month injectable KB, namely 35 acceptors (56.5%) while the minority used 1-month injectable KB, namely 27 acceptors (43.5%). Frequency distribution of respondents' body weight after using Injectable KB the majority experienced weight gain, namely 51 acceptors (82.2%). Based on bivariate analysis with Chi-Square test, it shows that there is a relationship with  $p$  value  $< 0,007 < 0,1$ . Based on the results of the study, it can be concluded that there is a relationship between the use of injectable contraceptives and weight gain in the work area of BPM Rosita, S.Tr. Pekanbaru City Keb in 2021. Therefore, it is hoped that injection family planning acceptors will do sports, avoid consuming foods that are high in carbohydrates and increase their consumption of fibrous foods to maintain an ideal body weight.*

**Keywords** : KB Injections; Weight Loss.

### ABSTRAK

Alat kontrasepsi yang paling banyak digunakan yaitu KB suntik, yang mengandung hormon estrogen dan progesteron. Efek samping kontrasepsi suntik sering terjadi adalah permasalahan berat badan. Tujuan penelitian untuk mengetahui Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi KB suntik Dengan Kenaikan Berat Badan di Wilayah kerja BPM Rosita, S.Tr.Keb Kota Pekanbaru Tahun 2021. Jenis penelitian kuantitatif, desain penelitian Cross sectional. Populasi 165 Akseptor KB suntik dengan 62 Sampel. Teknik pengambilan sampel consecutive sampling, skala ukur Nominal dan Ordinal, instrumen penelitian Kuesioner, Kartu KB dan Timbangan, dan Pengolahan data secara univariat dan bivariat. Berdasarkan analisis univariat mayoritas menggunakan KB Suntik 3 Bulan yaitu 35 Akseptor (56,5%) sedangkan minoritas menggunakan KB Suntik 1 Bulan yaitu 27 Akseptor (43,5%). Distribusi Frekuensi berat badan responden menggunakan KB Suntik mayoritas mengalami peningkatan berat badan yaitu 51 Akseptor (82,2%). Berdasarkan analisis bivariat dengan uji Chi-Square menunjukkan terdapat Hubungan dengan  $p$  value  $< \alpha$ ,  $0,007 < \alpha$ ,  $0,1$ . Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi KB suntik Dengan Kenaikan Berat Badan Di Wilayah Kerja BPM Rosita, S.Tr. Keb Kota Pekanbaru Tahun 2021. Maka diharapkan akseptor KB suntik melakukan olahraga, hindari konsumsi makanan yang banyak karbohidrat dan perbanyak konsumsi makanan yang berserat untuk mempertahankan berat badan agar tetap ideal.

**Kata Kunci** : KB Suntik; Berat Badan

## PENDAHULUAN

Jumlah penduduk dari tahun ke tahun mengalami peningkatan yang relatif tinggi dan tidak seimbang. Hal ini mengakibatkan adanya tekanan yang berat dari berbagai bidang penyediaan pangan, sandang, perumahan, lapangan kerja, pendidikan, kesehatan dan lain-lain. Untuk menangani hal tersebut maka pemerintah melakukan penanganan dengan membuat suatu program yaitu Keluarga Berencana (KB) untuk mengendalikan laju pertumbuhan penduduk (Pratiwi, D Syahredi, S & Erkadius, E, 2014).

Kontrasepsi hormonal merupakan salah satu metode kontrasepsi yang paling efektif dan *reversible* untuk mencegah terjadinya konsepsi. Metode kontrasepsi hormonal dibagi menjadi 3 yaitu : metode kontrasepsi pil, metode kontrasepsi suntik, dan metode kontrasepsi implant. (Handayani, 2017).

Kontrasepsi suntik memiliki kelebihan dan kekurangan. Menurut (Saifuddin, 2014)), kontrasepsi suntik memiliki efek samping yaitu peningkatan tekanan darah, gangguan haid, depresi, keputihan, jerawat, perubahan libido, perubahan berat badan, pusing, sakit kepala, dan hematoma. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN, 2015), efek samping kontrasepsi suntik adalah gangguan haid dengan gejala dan keluhan *amenorhea*, *spotting*, *menorargia*. Efek samping kontrasepsi suntik paling tinggi frekuensinya yaitu peningkatan berat badan. Untuk mendapatkan gambaran nyata tentang kejadian peningkatan berat badan yang dialami akseptor kontrasepsi suntik maka perlu dilakukan suatu penelitian untuk mengetahui sejauh mana pengaruh kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan (Hartanto, 2014)

Perubahan berat badan akseptor KB suntik terjadi karena adanya *hormone progesterone* yang kuat sehingga

merangsang hormon nafsu makan yang ada di *hipotalamus*. Dengan meningkatnya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh *hormone progesterone* dirubah menjadi lemak dan disimpan dibawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Mansjoer, 2013).

Berdasarkan data yang didapat peneliti dari Dinas Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kota Pekanbaru tahun 2020, Jumlah KB suntik tertinggi adalah di Puskesmas Sidomulyo Rawat Jalan Kota Pekanbaru tahun 2020 yaitu 7.143 orang. Berdasarkan data yang didapat peneliti dari Puskesmas Sidomulyo Rawat Jalan Kota Pekanbaru tahun 2020, Jumlah KB suntik tertinggi pada tahun 2020 adalah di BPM Rosita, S.Tr.Keb yaitu 1.400 orang.

Berdasarkan data awal yang didapatkan di BPM Rosita, S.Tr.Keb jumlah akseptor KB Suntik pada bulan Desember tahun 2020 sebanyak 165 orang. KB suntik 3 bulan sebanyak 99 orang, dan KB suntik 1 bulan sebanyak 66 orang. (Data register KB BPM Rosita, 2020).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan penggunaan alat kontrasepsi suntik dengan kenaikan berat badan di wilayah kerja BPM Rosita, S.Tr.Keb Kota Pekanbaru Tahun 2021 .

## METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross sectional* yaitu untuk mengetahui Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi KB suntik Dengan Kenaikan Berat Badan. Penelitian ini dilakukan di Wilayah kerja BPM Rosita, S.Tr.Keb Kota Pekanbaru pada bulan Oktober 2020 sampai bulan Juni Tahun 2021.

Populasi dalam penelitian ini adalah Akseptor KB suntik berjumlah 165 orang, Akseptor KB suntik 3 bulan berjumlah 99 orang dan Akseptor KB suntik 1 bulan berjumlah 66 orang yang berada di Wilayah kerja BPM Rosita, S.Tr.Keb Tahun 2021. Pengambilan sampel penelitian dilakukan secara *consecutive sampling*, peneliti melakukan pendataan dengan rencana tertentu sesuai dengan kriteria inklusi antara lain yang menggunakan KB suntik 1 dan 3 bulan, bersedia menjadi responden kemudian dimasukkan dalam penelitian sampai jumlah subyek yang diperlukan terpenuhi (Sofyan, 2011). Dimana terdiri 62 sampel dalam penelitian ini.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Observasi tentang jenis KB suntik 1 bulan dan 3 bulan yang digunakan berdasarkan Kartu KB, Lembar Kuesioner dan berat badan akseptor pada saat kunjungan serta berat badan akseptor pada saat pertama kali menjadi akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan. Berat badan diukur menggunakan timbangan berat badan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisa Univariat

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik di Wilayah Kerja BPM Rosita, S.Tr, Keb Kota Pekanbaru Tahun 2021**

KB Suntik	Frekuensi	Persentase %
1 Bulan	27	43,5
3 Bulan	35	56,5
<b>Total</b>	<b>62</b>	<b>100</b>

Sumber : Hasil Penelitian Tahun 2021

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa Akseptor KB Suntik di Wilayah Kerja BPM Rosita, S.Tr, Keb Kota Pekanbaru Tahun 2021 mayoritas menggunakan KB Suntik 3 Bulan yaitu 35 Akseptor (56,5%) sedangkan minoritas

Variabel penelitian ini adalah variabel independen dan dependen. Variabel independen (bebas) adalah variabel yang menjadi sebab perubahan atau mempengaruhi variabel dependen (terikat). Variabel independent dalam penelitian ini adalah KB suntik 1 bulan dan KB suntik 3 bulan. Pada variabel dependen dalam penelitian ini adalah Peningkatan berat badan (Arikunto, 2013). Analisa data yang peneliti gunakan adalah Univariat dan Bivariat. Semua data yang diperoleh diolah dengan menggunakan *Statistical Package For the Social Science (SPSS) 20.0 for windows*. Pertama kali dilakukan analisis univariat untuk mendapatkan data tentang karakteristik subjek penelitian. Setelah itu untuk melihat perbedaan Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi KB suntik Dengan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor KB suntik 1 bulan dan 3 bulan dengan analisis bivariat menggunakan uji non parametrik yaitu uji *Chi-square*.

menggunakan KB Suntik 1 Bulan yaitu 27 Akseptor (43,5%).

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berat Badan Responden Setelah menggunakan Suntik di Wilayah Kerja BPM Rosita, S.Tr, Keb Kota Pekanbaru Tahun 2021.**

Peningkatan Berat Badan	Frekuensi	Persentase %
Meningkat	51	82,2
Tidak meningkat	11	17,8
Total	62	100

Sumber : Hasil Penelitian Tahun 2021

Dari tabel 2 dapat dilihat bahwa berat badan 62 responden setelah menggunakan KB Suntik di Wilayah Kerja BPM Rosita, S.Tr, Keb Kota Pekanbaru Tahun 2021 mayoritas mengalami peningkatan berat

badan yaitu 51 Akseptor (82,2%) sedangkan minoritas tidak mengalami peningkatan Berat Badan yaitu 11 Akseptor (17,8%).

### Analisa Bivariat

**Tabel 3 Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik Dengan Kenaikan Berat Badan di Wilayah kerja BPM Rosita, S.Tr.Keb Tahun 2021**

	KB Suntik	Peningkatan Berat Badan		Jumlah	P value	$\alpha$
		Ya	Tidak			
	KB Suntik 1 Bulan	18	9	27	0,007	0,1
	KB Suntik 3 Bulan	33	2	35		
	<b>Total</b>	51	11			

Sumber : Hasil Penelitian Tahun 2021

Dari hasil tabel 3 diperoleh nilai hasil Uji *Chi - square* p value  $0,007 < \alpha$  (0,1). Maka dengan kata lain hipotesis ( $H_a$ ) diterima ( $H_o$ ) ditolak, maka kesimpulannya

Ada Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik Dengan Kenaikan Berat Badan di Wilayah kerja BPM Rosita, S.Tr.Keb Tahun 2021.

### PEMBAHASAN

Penelitian telah dilakukan di Wilayah Kerja BPM Rosita, S.Tr, Keb Kota Pekanbaru Tahun 2021 pada 62 Responden yang dibagi kedalam 2 kelompok Akseptor KB Suntik dimana, hasil analisis *chi-square* diperoleh p value  $< \alpha$  yakni  $0,007 < \alpha$  (0,1). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan Penggunaan Alat

Kontrasepsi Suntik Dengan Kenaikan Berat Badan di Wilayah Kerja BPM Rosita, S.Tr, Keb Kota Pekanbaru Tahun 2021.

KB Suntik mengandung hormon estrogen dan progesteron, Hormon estrogen dan progesteron memberikan umpan balik, terhadap kelenjar hipofisis melalui hipotalamus sehingga terjadi hambatan terhadap perkembangan folikel dan proses

ovulasi. Melalui hipotalamus dan hipofisis, estrogen dapat menghambat pengeluaran *Folicle Stimulating Hormone* (FSH) sehingga perkembangan dan kematangan *Folicle De Graaf* tidak terjadi. Di samping itu progesteron dapat menghambat pengeluaran *Hormone Luteinizing* (LH). Estrogen mempercepat peristaltik tuba sehingga hasil konsepsi mencapai uterus endometrium yang belum siap untuk menerima implantasi (Simanjutak, 2019).

Kontrasepsi suntik umumnya menyebabkan penambahan berat badan yang bervariasi, rata-rata penambahan sekitar 2-3 kg setelah 1 tahun penggunaan menjadi antara 4-10 kg setelah penggunaan yang lama sekitar 3-5 tahun (Novalia, 2015). Kenaikan berat badan yang berlebihan merupakan salah satu efek samping dari penggunaan kontrasepsi suntik. Bertambahnya berat badan terjadi karena bertambahnya lemak tubuh. Hormon progesteron merangsang pusat pengendali nafsu makan dihipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih dari pada biasanya. Namun tidak semua akseptor akan mengalami kenaikan berat badan, karena efek dari obat tersebut tidak selalu sama pada masing-masing individu dan tergantung reaksi tubuh akseptor tersebut terhadap metabolisme progesteron. Semakin lama ibu menggunakan kontrasepsi suntik maka akan semakin besar penambahan berat badan pada ibu tersebut (Hartanto, 2014).

Hasil penelitian ini sepeham dengan penelitian yang dilakukan oleh (Suparyanto, 2015), membuktikan ada pengaruh KB suntik terhadap perubahan berat badan pada akseptor KB suntik, hal ini dapat dipahami bahwa penggunaan KB suntik merangsang peningkatan hormone progesteron yang memberi efek terhadap perubahan pola makan sehingga menyebabkan peningkatan berat badan. Menurut (Pinem, 2014), kenaikan berat badan merupakan salah satu efek samping dari penggunaan kontrasepsi

suntik. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat dipahami bahwa menggunakan kontrasepsi suntik bisa meningkatkan berat badan. Usia dewasa awal masih memiliki hormon progesteron yang tinggi sehingga seseorang mudah mengalami peningkatan berat badan, hal ini berhubungan dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan yang berlebihan sehingga terjadi peningkatan kalori dalam tubuh (Mansjoer, 2013)

Peningkatan Berat badan yang dialami Oleh akseptor KB suntik 1 bulan di pengaruhi oleh hormon esterogen dan progesteron yang terkandung dalam komponen KB suntik 1 bulan. Komponen esterogen dapat meningkatkan retensi eletrolit, air, nitrogen dan elemen pembentukan protoplasma. Hormon Progesteron merangsang Pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan makan lebih banyak dari biasanya. Sedangkan suntik 3 bulan mengandung hormon Progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang di hipotalamus,dengan adanya nafsu makan yang lebih dari biasanya tubuh kelebihan gizi. Kelebihan gizi oleh hormon progesteron di ubah menjadi lemak dan di simpan di bawah kulit. Penambahan berat badan ini akibatnya ada penumpukan lemak yang berlebihan dari hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak. Dampak dari kelebihan berat badan adalah penyakit jantung dan pembuluh darah, diabetes meletus, tekanan darah tinggi, gangguan sendi tulang dan kandung empedu. Peningkatan berat badan Pada KB suntik 1 bulan, 1 sampai 3 kg pertahun sedangkan pada KB suntik 3 bulan antara 1 sampai 5 kg per tahun (Ratih, 2010).

Berdasarkan Asumsi peneliti bahwa terdapat hubungan penggunaan KB Suntik terhadap peningkatan berat badan, karena di dalam KB suntik mengandung hormon estrogen dan progesteron. Di mana kenaikan berat badan merupakan kelainan

metabolisme yang paling sering dialami oleh manusia. Responden yang mengalami peningkatan berat badan dikarenakan tidak membatasi mengkonsumsi makanan. Kemudian Faktor penyebab peningkatan berat badan didapatkan karena responden berada di perkotaan yang mudah mendapatkan makanan instan dan rendahnya melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga.

Sedangkan Responden yang mengalami penurunan berat badan setelah menggunakan kontrasepsi KB suntik karena menyusui, melakukan olahraga, mengurangi konsumsi makanan yang banyak karbohidrat atau berlemak dan memperbanyak konsumsi makanan yang berserat. Serta terdapat perbedaan peningkatan berat badan antara KB suntik 1 bulan dan KB suntik 3 bulan, dimana KB suntik 3 bulan lebih besar kenaikannya dibandingkan KB suntik 1 bulan, hal ini disebabkan karena pada KB suntik 3 bulan mengandung progesteron saja (*Medroksiprogesteron Asetat 150 mg*) dan mengandung dosis yang lebih tinggi yaitu 150 mg dibandingkan KB suntik 1 bulan yang mengandung *estrogen* dan *progesteron* dengan dosis 50 mg, sehingga peningkatan berat badan KB suntik 3 bulan akan meningkat lebih besar.

## SIMPULAN

Hasil dari penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik Dengan Kenaikan Berat Badan di Wilayah kerja BPM Rosita, S.Tr.Keb Kota Pekanbaru Tahun 2021

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini serta kepada Pimpinan BPM Rosita S.TrKeb dan LPPM Akademi kebidanan Sempena Negeri Pekanbaru yang sudah

memfasilitas penelitian ini sehingga peneliti dapat menyelesaikan artikel ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- BKKBN. 2015. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo. Jakarta.
- Department of Otolaryngology, The University of Texas Medical Branch: Bell's Palsy: October 2012
- Fitriani, S. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Mengenai Posyandu dan Sikap Ibu Mengikuti Posyandu dengan Kenaikan Berat Badan Balita Usia 2-3 Tahun. *Univ. Indonesia*. (2011).
- Handayani, 2017. *Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta: Pustaka Rihama..
- Hartanto, H. 2014. *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Mansjoer, A. Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dengan Kejadian Kanker Serviks di RSUP Dr. Sardjito. (2013).
- Notoadmojo, S. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: rineka cipta.
- Novalia, S. Kontrasepsi Hormonal Suntik Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) Sebagai Salah Satu Penyebab Kenaikan Berat Badan. *Univ. Lampung*. (2015).
- Pinem, S. Faktor Persepsi dan Dukungan Istri yang Berhubungan dengan Partisipasi KB Pria. FIK Universitas Siliwangi Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*. Vol 10. No. 2 September 2014.
- Pratiwi, D., Syahredi, S. & Erkadius, E. Hubungan Antara Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan di

- Puskesmas Lapai Kota Padang. *J. Kesehat. Andalas* **3** (2014).
- Ratih, A. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dukungan Suami terhadap Kepesertaan Istri dalam Program Keluarga Berencana di Wilayah Kerja Puskesmas Kartasura. *Skripsi Ilmiah*. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan UMS (2010).
- Saifuddin, A. 2014. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Simanjuntak, N. M. Perbedaan Rerata Berat Badan pada Akseptor DMPA dengan Lama Pemakaian 1-2 Tahun dan 3-4 Tahun. *J. Bidan Komunitas* **2**, 167 (2019).
- Sudigyo & Sofyan Pengaruh Sosialisasi Keluarga Berencana (Kb) Terhadap Efektifitas Program Kb Di Kecamatan Serang. (2011).
- Suparyanto. Kontrasepsi Hormonal Suntik Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) sebagai Salah Satu Penyebab Kenaikan Berat Badan. *Fak. Kedokt. Univ. Lampung* **4**, (2015).