

Hubungan Bertambahnya Berat Badan dengan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan Tahun 2021

Nuriami Giawa¹, Elseria Saragih^{2*}, Junita Br. Manullang³

¹Program Studi Pendidikan Profesi Bidan

²⁻³Program Studi Sarjana Kebidanan

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Senior Medan

elseriasaragih983@gmail.com

ABSTRACT

Gaining weight are changes in the size of the weight either increase or decrease due to the consumption of food that is converted into fat and stored under the skin. Progestin injection is a contraceptive method that is given intramuscularly every 3 months. This study aims to determine the relationship between weight gain and the use of 3-month injectable family planning at the Teluk Dalam Public Health Center, South Nias Regency in 2021. Type of the research is quantitative research with a cross sectional approach, namely by collecting data at a time. The population in this study were all mothers who used KB injections every 3 months. The sample is 32 people with total sampling technique. The instrument used is a questionnaire given directly to the respondent. Data processing using univariate and bivariate analysis using Chi Square test with $p\text{-value} = 0.028$. There is a Relationship Between Weight Gain With The Use Of 3-Month Injectable KB. Expected that midwives as health workers at Teluk Dalam Health Center will always provide information and education to family planning acceptors about contraceptives and the side effects of these contraceptives. It is recommended to conduct similar research by examining other variables caused by 3 Months Injectable KB so as to find a better treatment.

Keywords: *Gaining Weight, KB Injection for 3 Months*

ABSTRAK

Perubahan berat badan adalah berubahnya ukuran berat baik bertambah atau berkurang akibat konsumsi makanan yang diubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Kontrasepsi Suntikan Progestin merupakan metode kontrasepsi yang diberikan secara intramuscular setiap 3 bulan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan bertambahnya berat badan dengan penggunaan KB Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan Tahun 2021. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional, yaitu dengan cara pengumpulan data sekaligus pada suatu waktu. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu yang menggunakan suntik KB 3 bulan sekali. Sampel berjumlah 32 orang dengan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner yang diberikan langsung pada responden. Pengolahan data menggunakan analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi Square* dengan nilai $p\text{-value}=0,028$. Ada Hubungan Antara Bertambahnya Berat Badan Dengan Penggunaan Kb Suntik 3 Bulan. Diharapkan kepada Bidan sebagai petugas kesehatan di Puskesmas Teluk Dalam untuk selalu memberikan informasi dan edukasi kepada akseptor KB tentang alat kontrasepsi dan efek samping dari alat kontrasepsi tersebut. Disarankan untuk melakukan penelitian yang sejenis dengan meneliti variabel lain yang ditimbulkan KB Suntik 3 Bulan sehingga menemukan penanganan yang lebih baik.

Kata Kunci : Bertambahnya Berat Bidan, KB Suntik 3 Bulan

PENDAHULUAN

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional mengungkapkan bahwa penduduk Indonesia pada tahun 2014 bisa mencapai 283 juta jiwa padahal target pemerintah untuk

tahun 2016 hanya 250 juta jiwa. Pertumbuhan penduduk Indonesia setiap tahun diperkirakan mencapai 4,9%, oleh karena itu BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional) berupaya untuk

menekan laju pertumbuhan penduduk yang tinggi itu dengan mengajak semua pihak untuk bekerja keras dalam melakukan beberapa upaya untuk mengendalikan pertumbuhan jumlah penduduk dengan metode keluarga berencana atau kontrasepsi.¹

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2016 penggunaan kontrasepsi telah meningkat di banyak bagian dunia, terutama di Asia dan Amerika Latin dan terendah di Sub-Sahara Afrika. Secara global, pengguna kontrasepsi modern telah meningkat tidak signifikan dari 54% tahun 1990 menjadi 57,4% pada tahun 2015 secara regional, proporsi pasangan usia subur 15-49 tahun pengguna metode kontrasepsi modern telah meningkat antara tahun 2008-2015. Di Afrika dari 23,6% menjadi 8,5%, di Asia telah meningkat dari 60,9% menjadi 61,8%, sedangkan Amerika Latin dan Karibia tetap stabil di 66,7%. Selain itu, Keluarga Berencana merupakan tindakan yang membantu pasangan suami istri untuk menghindari kehamilan yang tidak diinginkan, mengatur interval diantara kehamilan, mengontrol waktu saat kelahiran dalam hubungan dengan umur suami istri serta menentukan jumlah anak dalam keluarga.²

Berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, pemakaian kontrasepsi pada wanita kawin usia 15-49 tahun, sebagian besar diantaranya menggunakan metode kontrasepsi modern (57%) dan sisanya menggunakan metode kontrasepsi tradisional (6%). Diantara cara KB modern yang dipakai, suntik KB merupakan alat kontrasepsi yang terbanyak digunakan (29%), diikuti

oleh pil KB (12%). Pemakaian alat kontrasepsi pada wanita kawin kelompok umur 15-19 tahun dan 45-49 tahun lebih rendah dibandingkan mereka yang berumur 20-44 tahun. Wanita muda cenderung untuk memakai alat kontrasepsi berupa suntikan, sementara mereka yang lebih tua cenderung untuk memakai kontrasepsi jangka panjang seperti IUD dan sterilisasi wanita. Namun pada wanita kelompok umur 45-49 tahun, tingkat kecenderungannya kembali menurun.³

Menurut Profil Kesehatan Sumatra utara (Sumut) pada tahun 2014, Menunjukkan bahwa akseptor KB Suntik terbanyak terdapat di kota medan sebanyak 24.094 akseptor (41%), Sedangkan jumlah akseptor KB suntik terendah terdapat di kab Nias barat sebanyak 212 akseptor (44,82%).⁴

Kontrasepsi 3 bulan adalah suatu cara kontrasepsi melalui penyuntikan hormon yang mengandung 150 mg Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA) yang disuntikkan secara intramuskular setiap 3 bulan sekali. Metode ini sangat efektif 0,1-0,4 kehamilan pada setiap wanita selama setahun penggunaan. Pemakaian alat kontrasepsi suntik 3 bulan masih menjadi pilihan bagi sebagian ibu, sedangkan perubahan berat badan merupakan salah satu efek sampingnya. Hal tersebut disebabkan karena faktor hormonal. Akibat dari respon alat kontrasepsi terjadi peredaman retensi air dalam tubuh sehingga terjadi kegemukan. Salah satu efek samping dari hormon progesteron adalah memicu nafsu makan dan meningkatkan berat badan.^{5,1}

Hubungan Bertambahnya Berat Badan dengan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan Tahun 2021

Efek samping kontrasepsi suntik yang paling tinggi frekuensinya yaitu perubahan berat badan. Terjadinya perubahan berat badan, kemungkinan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah. Selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurun aktivitas fisik, akibatnya pemakain suntikan dapat menyebabkan perubahan berat badan. Perubahan berat badan ini bersifat sementara, tergantung reaksi tubuh wanita terhadap metabolisme progesteron. Akan tetapi perubahan berat badan yang berlebih dapat menyebabkan resiko buruk terhadap kesehatan individu seperti obesitas, hipertensi, dan penyakit kronis lainnya, selain itu juga dapat menyebabkan ketidaknyamanan terhadap diri wanita sendiri karena rasa tidak percaya diri. Perubahan berat badan ini dapat diatasi dengan melakukan diet rendah kalori, karbohidrat, lemak, dan olahraga ataupun melakukan aktivitas yang profesional untuk menjaga berat badannya.⁶

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan peneliti di Puskesmas Teluk Dalam Nias Selatan Tahun 2021 dengan melakukan wawancara terhadap 12 akseptor KB suntik 3 bulan, terdapat 9 ibu mengalami kenaikan berat badan 2-5 kg setelah pemakaian ≥ 1 tahun, dan 3 ibu

akseptor KB mengatakan tidak mengalami kenaikan berat badan setelah pemakaian ≥ 1 tahun. Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Hubungan Bertambahnya Berat Badan Dengan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan Tahun 2021.

METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan desain survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan Maret sampai dengan Juni 2021 tahun 2021 di Puskesmas Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan.

Populasi penelitian yaitu seluruh ibu yang menggunakan suntik KB 3 bulan sekali yaitu 32 responden. Sampel ditentukan dengan teknik total sampling, sehingga sampel berjumlah 32 responden. Instrumen yang digunakan dalam mengumpulkan data yaitu angket berupa kuesioner yang berisi sejumlah pertanyaan yang terstruktur dan dibagikan langsung pada sampel yang diteliti. Data yang dikumpulkan diolah menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi responden dan tabel tabulasi silang yang diuraikan sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Bertambahnya Berat Badan Responden

Bertambahnya Berat Badan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Naik $\geq 2,3$ kg	24	75
Tidak Naik $\leq 2,3$ kg	8	25

Hubungan Bertambahnya Berat Badan dengan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan Tahun 2021

Total	32	100
Berdasarkan tabel 1. ketahui bahwa Bertambahnya Berat Badan responden kategori Naik $\geq 2,3$ kg sebanyak 24 orang (75%), sedangkan	Bertambahnya Berat Badan responden kategori tidak naik $\leq 2,3$ kg sebanyak 8 orang (25%) dari 32 orang (100%) total sampel yang diteliti.	

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Penggunaan KB Suntik 3 Bulan

KB Suntik 3 Bulan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Menggunakan	22	68,8
Tidak Menggunakan	10	31,2
Total	32	100

Berdasarkan tabel 2. ketahui bahwa Responden yang menggunakan KB suntik 3 Bulan sebanyak 22 orang (68,8%), sedangkan yang tidak menggunakan KB Suntik 3 Bulan sebanyak 10 orang (31,2%) dari 32 orang (100%) total sampel yang diteliti.

Tabel 3. Tabulasi silang Bertambahnya Berat Badan dengan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan

Bertambahnya Berat Badan	KB Suntik 3 Bulan				Total	<i>p - value</i>	OR	
	Menggunakan		Tidak Menggunakan					
	n	%	n	%				N
Naik $\geq 2,3$ kg	19	59,4	5	15,6	24	75	0,028	6,33
Tidak Naik $\leq 2,3$ kg	3	9,4	5	15,6	8	25		
Total	22	68,8	10	31,2	32	100		

Berdasarkan hasil analisis bivariat tabulasi silang bertambahnya berat badan dengan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan diperoleh bahwa Bertambahnya berat badan responden kategori Naik $\geq 2,3$ kg yang menggunakan KB Suntik 3 Bulan sebanyak 19 orang (59,4%), sedangkan yang tidak menggunakan KB Suntik 3 Bulan yang mengalami Bertambahnya berat badan kategori Naik $\geq 2,3$ kg sebanyak 5 orang (15,6%). Bertambahnya berat badan responden kategori Tidak Naik $\leq 2,3$ kg yang menggunakan KB Suntik 3 Bulan sebanyak 3 orang (9,4%), sedangkan yang tidak menggunakan KB Suntik 3 Bulan yang tidak mengalami Bertambahnya berat badan kategori

Tidak Naik $\leq 2,3$ kg sebanyak 5 orang (15,6%) dari 32 orang (100%) total sampel yang diteliti.

Hasil analisis statistik uji *chi Square* diperoleh nilai *p-value* = 0,028 < 0,05 maka H_0 ditolak, dan H_a diterima artinya ada Hubungan Bertambahnya Berat Badan Dengan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan Tahun 2021. Dengan nilai OR = 6,33 artinya akseptor KB Suntik 3 Bulan memiliki peluang mengalami kenaikan berat badan 6,3 kali dibandingkan yang tidak menggunakan KB Suntik 3 Bulan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh April WS (2019) yang menyimpulkan

bahwa Ada Hubungan yang bermakna antara suntikan kb 3 bulan dengan kenaikan berat badan di Kelurahan Tanjung Agung Wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung Tahun 2018 dengan nilai $p\text{ value} = 0,02$. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Pebri Handayani *et al* (2019) yang menyatakan bahwa ada hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB suntik di Puskesmas Dinoyi Malang.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Mentari Moloku *at al* (2016) yang menyatakan bahwa ada hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan pada ibu di Puskesmas Ranomuut Manado, dengan nilai $p = 0,004$. Namun hal ini tidak sejalan dengan penelitian Dian Erawati (2016) yang menyatakan bahwa Tidak ada hubungan antara lamanya pemakaian alat kontrasepsi suntik dengan perubahan berat badan pada akseptor KB suntik, dibuktikan dengan nilai $p\text{-value} = 0,099$.

Asumsi peneliti bahwa risiko kenaikan berat badan kemungkinan disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah.

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu Ada Hubungan Bertambahnya Berat Badan Dengan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan Tahun 2021. Responden yang menggunakan KB Suntik 3 Bulan cenderung mengalami kenaikan berat badan naik $\geq 2,3$ kg dan berpeluang mengalami kenaikan berat badan 6,3 kali jika menggunakan KB Suntik 3 Bulan dibandingkan dengan yang tidak menggunakan KB suntik 3 Bulan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ibrahim Z. 2016. *Kenaikan Berat Badan Dengan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Hormonal Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Sungai Mengkuang Tahun 2015*. J Endur.1(1):22-7.
2. Health H, Media D, Countries P, Governance P, Who A, Fran E. 2017. *Family planning/ Contraception*.
3. Depkes. 2014. *Profil kesehatan provinsi sumatera utara tahun 2014*. 1-238 p.
4. Nugroho T, dan Utama BI. 2014. *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta Nuha Med.
5. Adriana. 2013. *Hubungan penggunaan KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada wanita*.
6. Affandi B. 2014. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta.