

## Berat Badan Pada Akseptor yang Menggunakan Kontrasepsi Suntik di Puskesmas Singgani Kota Palu

Enggar Enggar

Politeknik Cendrawasih Palu, Kota Palu

Nurasmi Nurasm

Universitas Widya Nusantara, Kota Palu

Korespondensi Penulis: [enggardarwis@gmail.com](mailto:enggardarwis@gmail.com)

**Abstract.** *The Family Planning (KB) program is carried out in order to regulate the number of births or space births. Injectable contraception is one of the contraceptive methods that is widely used in Indonesia because it works effectively, is practical to use, is relatively cheap, and is safe. One of the ways injectable contraception works is to cause changes in the menstrual cycle to increase body weight which is the most frequently complained about by injectable contraceptive acceptors. Injection methods are divided into two types, namely 1-month injectable contraceptives and 3-month injectable contraceptives. 1-month contraceptive injection is a type of birth control injection that contains a combination of the hormone Medroxyprogesterone Acetate (progestin hormone) and Estradiol cypionate (estrogen hormone), and 3-month contraceptive injection is an injectable contraceptive containing the Depo Medroxyprogesterone Acetate hormone p (progestin hormone) with a volume of 150 mg. The aim of this study was to analyze differences in body weight among injectable contraceptive acceptors. This type of research uses analytical observational research methods. This research sample was taken using the Accidental Sampling technique with a sample size of 42 respondents. Analysis uses the sign difference test. The sign test results showed that there was a relationship between the use of injectable birth control ( $P < 0.05$ ) and weight gain.*

**Keywords:** *Contraception, Injections, Weight Loss*

**Abstrak.** Program Keluarga Berencana (KB) dilakukan diantaranya dalam rangka mengatur jumlah kelahiran atau menjarangkan kelahiran. Kontrasepsi suntik adalah salah satu alat kontrasepsi yang banyak digunakan di Indonesia karena kerjanya yang efektif, pemakaiannya yang praktis, harganya relative murah, dan aman. Salah satu cara kerja kontrasepsi suntik adalah menjadikan perubahan siklus menstruasi peningkatan sehingga berat badan yang paling sering dikeluhkan oleh akseptor KB suntik. Metode suntik terbagi atas dua jenis yaitu KB suntik 1 bulan dan KB suntik 3 bulan. KB suntik 1 bulan adalah jenis suntikan KB yang mengandung kombinasi hormone *Medroxyprogesterone Acetate* (hormon progestin) dan *Estradiol cypionate* (hormone estrogen), dan KB suntik 3 bulan adalah KB suntik yang mengandung hormon *Depo Medroxyprogesterone Acetate p* (hormon progestin) dengan volume 150 mg. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis perbedaan berat badan pada akseptor KB suntik. Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian observasional analitik. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *Accidental Sampling* dengan besar sampel sebanyak 42 responden. Analisis menggunakan uji perbedaan tanda Sigt Test. Hasil uji tanda menunjukkan bahwa ada hungan antara penggunaan KB suntik ( $P < 0,05$ ) dengan kenaikan berat badan.

**Kata Kunci:** Kontraspsi, Suntik, Berat Badan

### PENDAHULUAN

Keluarga Berencana (KB) adalah suatu program untuk menjarangkan atau merencanakan jumlah dan jarak kehamilan dengan memakai kontrasepsi, yang bertujuan membentuk keluarga kecil sesuai dengan kekuatan sosial ekonomi suatu keluarga dengan cara pengaturan kelahiran anak, agar diperoleh suatu keluarga bahagia dan sejahtera yang dapat memenuhi kebutuhannya (Mataharai, 2019).

KB merupakan salah satu cara yang paling efektif untuk meningkatkan ketahanan keluarga, kesehatan, dan keselamatan ibu, anak, serta perempuan. Pelayanan KB menyediakan

Received Desember 20, 2023; Accepted January 11, 2023; Published Januari 31, 2024

\* Enggar Enggar [enqqardarwis@gmail.com](mailto:enqqardarwis@gmail.com)

informasi, pendidikan dan cara-cara bagi laki-laki dan perempuan untuk dapat merencanakan kapan akan mempunyai anak, berapa jumlah anak, berapa tahun jarak usia antara anak, serta kapan akan berhenti mempunyai anak (Presiden RI. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia, 2014).

Keluarga berencana adalah usaha untuk mengukur jumlah dan jarak anak yang diinginkan. Agar dapat mencapai hal tersebut, maka dibuatlah beberapa cara atau alternatif untuk mencegah ataupun menunda kehamilan. Cara-cara tersebut termasuk kontrasepsi atau pencegahan kehamilan dan perencanaan keluarga (Lusiana, 2019).

Keluarga Berencana (KB) merupakan suatu usaha untuk menjarangkan atau merencanakan jumlah dan jarak kehamilan dengan memakai kontrasepsi, adapun jenis-jenis KB yaitu : Pil, Suntik, Implan, IUD/AKDR, kondom, MOW dan MOP (Mega dan Wijayanegara, 2017). Selanjutnya ditegaskan bahwa Keluarga Berencana (KB) adalah tindakan yang membantu individu/pasutri untuk mendapatkan obyektif-obyektif tertentu, menghindari kelahiran yang tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang diinginkan, mengatur interval diantara kehamilan dan menentukan jumlah anak dalam keluarga (Mataharai, 2019).

Berbagai jenis KB yang ada di Indonesia, KB Suntik salah satu alat kontrasepsi yang banyak digunakan di Indonesia karena kerjanya yang efektif, pemakaiannya yang praktis, harganya relative murah, dan aman (Erna Setiyaningrum, 2014).

Kontrasepsi suntik memiliki kelebihan dan kekurangan. Kelebihan dari kontrasepsi suntik adalah risiko terhadap kesehatan kecil, tidak berpengaruh pada hubungan suami istri, tidak diperlukan pemeriksaan dalam, jangka panjang, efek samping sangat kecil, klien tidak perlu menyimpan obat suntik. Kekurangan dari kontrasepsi suntik adalah terganggunya pola haid diantaranya adalah amenorrhea, menoragia dan muncul bercak (*spotting*), terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian, peningkatan berat badan (Nina Siti Mulyani, 2013)

KB suntik terbagi atas dua jenis yaitu KB suntik 1 bulan dan KB suntik 3 bulan. KB suntik 1 bulan adalah jenis suntikan KB yang mengandung kombinasi hormone *Medroxyprogesterone Acetate* (hormon progestin) dan *Estradiol cypionate* (hormone estrogen), dan KB suntik 3 bulan adalah KB suntik yang mengandung hormone *Depo Medroxyprogesterone Acetate* (hormon progestin) dengan volume 150 mg (Dwi, 2014).

Efek samping kontrasepsi suntik yang paling tinggi frekuensinya yaitu peningkatan berat badan. Penyebab penambahan berat badan masih belum jelas. Hipotesa para ahli DMPA

merangsang pusat pengendali nafsu makan di *hypothalamus*, yang menyebabkan akseptor makan lebih dari pada biasanya (Abdul Bari Saifuddin, 2010).

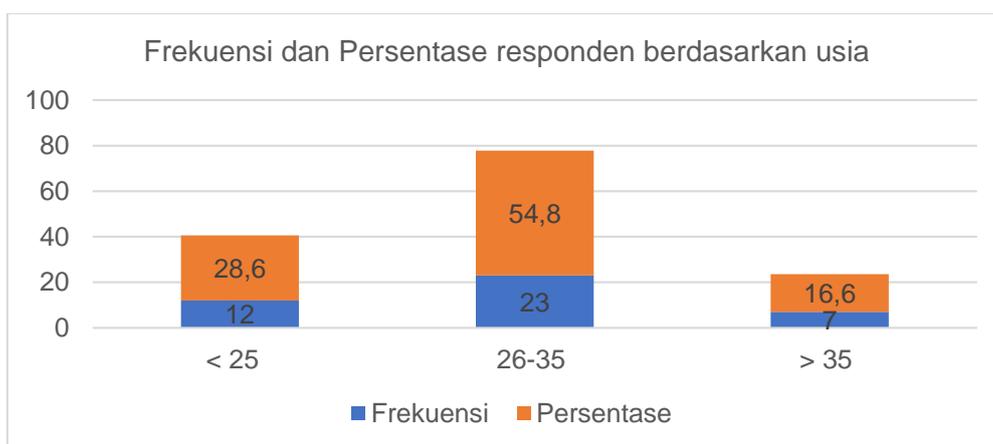
Adapun berat badan bertambah disebabkan oleh hormon progesteron yang mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik (Saifuddin, 2010). Berdasarkan uraian tersebut diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap berat badan sebelum dan selama menggunakan KB suntik pada akseptor KB di Puskesmas Singgani.

## METODE

Jenis penelitian ini menggunakan survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor penggunaan kontrasepsi suntikan baik yang 1 bulan maupun 3 bulan dengan jumlah sampel 42 responden. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *sampling aksidental*. Pengambilan data menggunakan menggunakan kuesioner dengan pertanyaan yang berhubungan dengan penggunaan kontrasepsi suntikan dengan amnesi BB sebelum menggunakan suntik dan kartu kontrol BB selama menggunakan suntik. Data yang dikumpulkan akan diamati dengan uji perbedaan menggunakan uji tanda Signt Test. Uji ini dilakukan untuk dua populasi berpasangan untuk menguji kesamaan distribusi probabilitasnya.

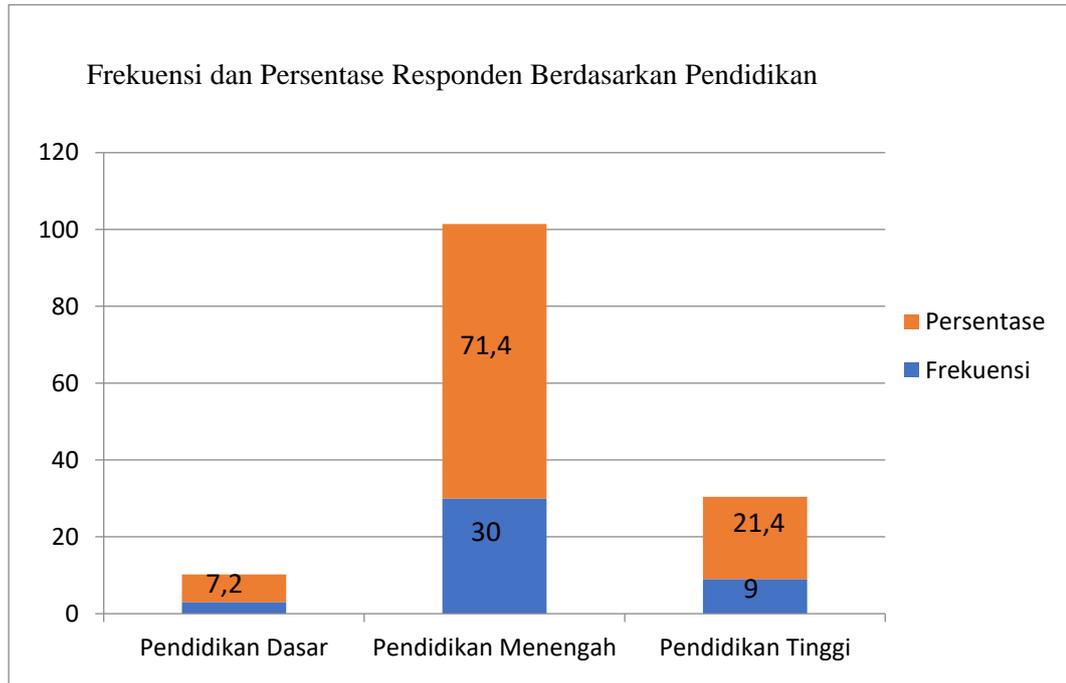
## HASIL

**Gambar 1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia**



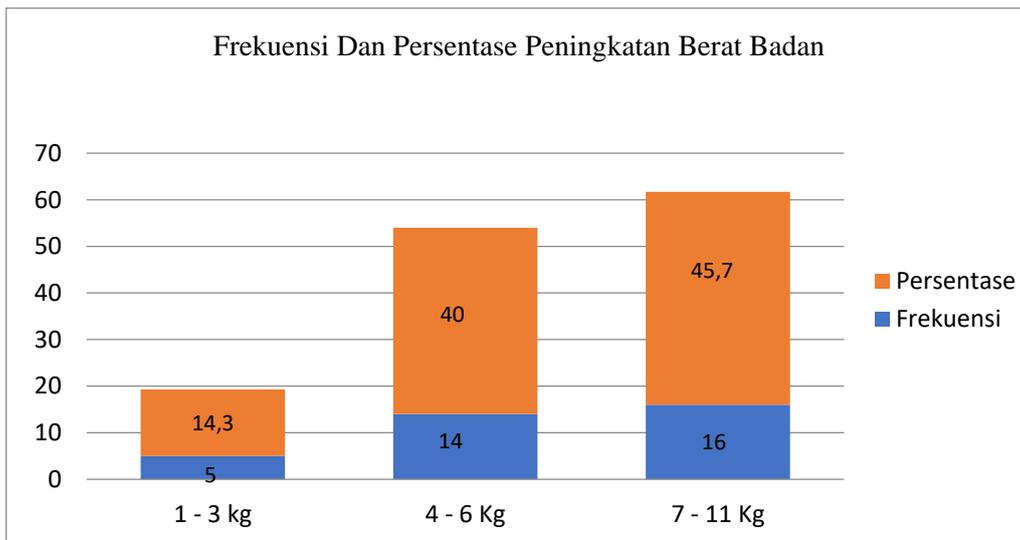
Grafik 1, menunjukkan bahwa persentase tertinggi usia ibu yang menggunakan kontrasepsi suntik yaitu pada usia 26-35 tahun sebanyak 23 sebesar 54,8%, kemudian yang paling terendah yaitu usia > 35 tahun sebanyak 7 (16.6%).

**Gambar 2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan**



Grafik 2, menunjukkan bahwa responden yang memiliki pendidikan dasar sebanyak 3 (7.2%), pendidikan menengah sebanyak 30 (71.4%), dan pendidikan tinggi sebanyak (21.4%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendidikan menengah terbanyak yang mengikuti KB disusul pendidikan tinggi dan selanjutnya pendidikan SD.

**Gambar 3 Rata-Rata Peningkatan Berat Badan Akseptor Penggunaan KB Suntik**



Berdasarkan grafik 3 diketahui rata-rata peningkatan berat badan yang paling banyak adalah 7 – 11 Kg, yaitu 16 dari 35 akseptor.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kenaikan Berat Badan Akseptor yang Menggunakan KB Suntik**

Berat Badan	Frekuensi	Persentase
Naik	35	87,5%
Turun	7	12.5%
Total	42	100 %

Tabel1 menunjukkan bahwa dari 42 responden, terdapat 35 responden yang mengalami kenaikan berat badan (87,5%) dan 7 responden (12.5%) responden yang mengalami penurunan berat badan.

**Tabel 3. Hasil Uji Tanda pengaruh KB terhadap kenaikan bobot badan**

Binomial Test						
		Category	N	Observed Prop.	Test Prop.	Asymp. Sig. (2-tailed)
Bobot badan	Group 1	Bertambah	35	.69	.50	.020 <sup>a</sup>
	Group 2	Berkurang	7	.31		
	Total		42	1.00		

Hasil analisis uji tanda (Tabel2) menunjukkan bahwa ada pengaruh kontrasepsi suntik terhadap kenaikan berat badan ibu yang menggunakan kontasepsi suntik, dimana  $P$ -value < alpha 0,05 ( $0,02 < 0,05$ ).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan karakteristik akseptor kontrasepsi suntik berdasarkan usia yang dominan berusia 26-35 tahun yaitu sebanyak 23 responden (50.8%) di bandingkan dengan akseptor yang berusia > 35 tahun yaitu sebanyak 7 responden (16.6%), dan yang berusia < 25 tahun sebanyak 12 responden (28.6%). Sedangkan dilihat dari pendidikan terakhir yang telah menjadi responden, dominan yaitu memiliki pendidikan terakhir pendidikan menengah yaitu sebanyak 30 responden (71.4%), dibandingkan dengan pendidikan yang lainnya, seperti pendidikan dasar dengan jumlah sebanyak 3 responden (7.2%), dan pendidikan tinggi dengan jumlah sebanyak 9 responden (21.4%). Apabila dilihat dari rata-rata peningkatan berat badan (Kg) yang paling dominan yaitu 7 – 11 Kg yaitu 16 (45,7%), dibandingkan dengan 4 - 6 Kg yaitu 14 (40%), dan 1 – 3 Kg yaitu 5 (14,3%).

Berdasarkan hasil penelitian dan uji statistik dengan menggunakan Uji tanda menunjukkan bahwa ada pengaruh penambahan bobot badan pada ibu-ibu yang menggunakan alat kontrasepsi KB suntik ( $P$ -value  $0,02 < \alpha 0,05$ ). Bertambahnya berat badan pada ibu-

ibu yang menggunakan KB suntik disebabkan oleh pengaruh hormon yang terkandung dalam KB suntik. Kenaikan berat badan disebabkan karena hormone progesterone yang mempermudah terjadinya perubahan gula dan karbohidrat menjadi lemak, sehingga lemak banyak yang bertumpuk di bawah kulit, selain itu DPMA dapat merangsang pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus yang dapat menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah.

Penelitian didukung oleh yang dilakukan oleh Nurmainah (2020) bahwa Penggunaan Depot Medroxyprogesterone Acetate memiliki pengaruh terhadap kenaikan berat badan akseptor, Kenaikan berat badan akseptor setelah 6 bulan penggunaan suntik DMPA umumnya sebesar 0-2 kg (44,4%) (Nurmainah et al., 2020). Hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan di PMB I bahwa ada hubungan antara lama penggunaan KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan (Tunggal Mutika et al., 2021).

DPMA dapat mengaktivasi hormone kortikoid reseptor dan dalam dosis yang tinggi dapat mengubah metabolisme lemak, hal ini dapat menyebabkan terjadinya penumpukan lapisan lemak pada manusia yang secara otomatis meningkatkan berat badan. Menurut hipotesis para ahli dan beberapa penelitian menyebutkan bahwa peningkatan berat badan tersebut disebabkan oleh adanya peningkatan nafsu makan akibat hormon progesteron yang terkandung dalam kontrasepsi merangsang pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus. Sebanyak 42 akseptor, 35 akseptor mengalami peningkatan berat badan. Rata-rata berat badan pada penggunaan awal kontrasepsi Suntik adalah 50 kg, sedangkan rata-rata berat badan setelah penggunaan DMPA adalah 65 kg. Efek samping utama pemakaian DMPA adalah kenaikan berat badan.

Penggunaan jangka panjang kontrasepsi suntik ditemukan adanya disfungsi seksual, hal ini ditimbulkan karena adanya faktor perubahan hormonal karena memiliki efek progesterone yang tinggi. Akan tetapi menurut penelitian bahwa Penggunaan kontrasepsi suntikan 3 bulan terbesar terjadi pada responden yang menggunakan suntik lebih dari 1 tahun sebanyak 52 orang (73,2%), dan penggunaan kontrasepsi suntikan 3 bulan yang mengalami disfungsi seksual terbesar 44 orang (62%). Berdasarkan hasil analisis tidak terdapat hubungan penggunaan kontrasepsi suntikan 3 bulan dengan disfungsi seksual. Dikarenakan terdapat faktor berhubungan lainnya yang dapat menyebabkan disfungsi seksual (Dewi et al., 2022).

Responden yang memakai KB suntik 3 bulan  $\geq 3$  kali datang lebih besar dibandingkan dengan ibu yang memakai KB suntik 3 bulan  $< 3$  kali. Responden yang mengalami peningkatan berat badan lebih besar dibandingkan ibu yang tidak mengalami peningkatan

berat badan. Responden yang mengalami metroragia lebih besar dibandingkan yang tidak mengalami metroragia. Ada hubungan yang bermakna antara pengguna KB suntik 3 bulan  $\geq 3$  kali datang dan metroragia dengan peningkatan berat badan (Intan Sari, 2019).

Dalam penelitian ini akseptor mengalami peningkatan berat badan setelah menggunakan KB suntik yaitu sebanyak 87,5. Penambahan berat badan juga tergantung dari kondisi hormonal, usia, kejiwaan, psikologis, hereditas, makanan dan lingkungan fisik dari masing-masing individu. Dalam penelitian ini peneliti tidak mengkaji lebih lanjut mengenai efek samping dari KB suntik. Hal ini dikarenakan dalam penelitian ini lebih difokuskan pada penambahan berat badan akibat dari efek samping pemakaian KB suntik. Penggunaan kontrasepsi suntik, belum pasti seorang akseptor mengalami penambahan berat badan. Namun dalam penelitian ini lebih ditekankan pada efek samping dari kontrasepsi suntik sehubungan dengan terjadinya penambahan berat badan.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Berat Badan akseptor KB yang menggunakan kontrasepsi suntik di Puskesmas Singgani diperoleh kesimpulan bahwa ada hubungan penggunaan KB suntik terhadap penambahan berat badan. Rasa ketertarikan akseptor terhadap pengguna kontrasepsi suntik masih lebih tinggi. Diharapkan untuk menjaga jarak kelahiran dapat mempertimbangkan penggunaan MKJP yakni Metode Kontrasepsi Jangka Panjang selain hormonal.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abdul Bari Saifuddin. (2010). Buku PAnduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Dewi, R. A., Zakiah, L., & Nurjanah, I. (2022). HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIKAN 3 BULAN PADA AKSEPTOR KB 3 BULAN DENGAN DISFUNGSI SEKSUAL. *Journal of Public Health Innovation*, 2(02), 103–112. <https://doi.org/10.34305/jphi.v2i2.416>
- Dwi, D. (2014). Dalam Faiqah 2014. Pengaruh Frekuensi Kontrasepsi Suntikan DMPA Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 1, 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.31983/jkb.v3i6.115>
- Erna Setiyaningrum, Z. B. A. (2014). Pelayanan Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi. *Trans Info Media (TIM)*.
- Intan Sari. (2019). Hubungan Antara KB Suntik 3 bulan Pada Akseptor KB  $\geq 3$  Kali Suntik dan Metroragia Terhadap Peningkatan Berat Badan. *Jurnal Kebidanan : Jurnal Medical Science Ilmu Kesehatan Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang*, 9(1), 81–85. <https://doi.org/10.35325/kebidanan.v9i1.170>

- Lusiana. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan alat kontrasepsi implant pada pasangan usia subur di puskesmas mayor umar damanik tanjungbalai. Institut Kesehatan Helvetia Medan.
- Mataharai, R. dkk. (2019). Buku Ajar Keluarga Berencana dan Kontrasepsi (R. Sofianingsih (ed.); Kesatu). Pustaka Ilmu.
- Nina Siti Mulyani, M. R. (2013). KB keluarga berencana dan alat kontrasepsi. Nuha Medika.
- Nurmainah, N., Wahdaningsih, S., & Innas, S. Q. (2020). Analisis Pengaruh Penggunaan Depot Medroxyprogesterone Acetate Terhadap Kenaikan Berat Badan Akseptor di Puskesmas Perumnas II Pontianak. *Jurnal Pharmascience*, 7(2), 149. <https://doi.org/10.20527/jps.v7i2.8400>
- Presiden RI. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia. (2014). Peraturan Pemerintah (PP) tentang Perkembangan Kependudukan Dan Pembangunan Keluarga Keluarga Berencana Dan Sistem Informasi Keluarga. Peraturan Pemerintah Pusat.
- Saifuddin, A. B. dkk. (2010). Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi (Sp. Prof. dr. Abdul Bari Saifuddin, SpOG(K), MPH, Prof. Dr. dr. Biran Affandi, SpOG(K), dr. Moh. Baharuddin, SpOG, Bd. Soekaemi Soekir (ed.); Kedua). Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Tunggal Mutika, W., Nursolihat, D., Nursolihat, D., Damayanti, R., Ambariani, A., & Doria, M. (2021). Hubungan Antara Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Peningkatan Berat Badan di PMB I. *Jurnal Kesmas Untika Luwuk : Public Health Journal*, 12(1), 17–22. <https://doi.org/10.51888/phj.v12i1.55>