

Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor Di PMB DN Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Besar Kota Banjarbaru

Nor Habibah¹, Erni Yuliasuti², Suhrawardi³, Efi Kristiana⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Nor Habibah

E-mail: habibahnoor56@gmail.com

Abstrak

Latar belakang : Keluarga Berencana (KB) adalah salah satu program pemerintah dalam upaya menekan laju pertumbuhan penduduk di Indonesia. Pada tahun 2023 jumlah akseptor KB suntik di wilayah Kota Banjarbaru Selatan sebanyak 23.519 orang (55,3%). Efek samping yang sering ditemukan pada penggunaan kontrasepsi suntik adalah kenaikan berat badan. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di PMB DN, didapatkan dari 9 akseptor KB suntik dengan lama penggunaan 1-2,5 tahun (sedang) sebanyak 7 orang (77,8%) mengalami peningkatan berat badan. **Tujuan :** mengetahui hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan akseptor di PMB DN. **Metode :** Penelitian ini adalah survey analitik, dengan pendekatan case control. Populasi dalam penelitian ini 248 akseptor KB suntik di PMB DN. Sampel penelitian ini 228 akseptor. Variabel dalam penelitian ini adalah lama penggunaan kontrasepsi suntik dan peningkatan berat badan. Data yang digunakan adalah data sekunder yang didapat dari status akseptor KB dilakukan uji menggunakan uji chi square. **Hasil :** Akseptor yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 114 akseptor (50,0%) dari 228 akseptor. Sebagian besar akseptor yang mengalami peningkatan berat badan menggunakan kontrasepsi suntik selama >2,5 tahun (lama) sebanyak 65 akseptor (57,0%). Hasil uji Chi Square menunjukkan p-value 0,008 < α 0,05, artinya ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan akseptor. **Kesimpulan :** Lama penggunaan kontrasepsi suntik berpengaruh terhadap peningkatan berat badan akseptor. Diharapkan tenaga kesehatan selalu memberikan informasi mengenai efek samping penggunaan kontrasepsi dalam jangka panjang sehingga akseptor dapat mengetahui dengan baik terkait kontrasepsi yang akan digunakannya.

Kata Kunci - Berat badan, Kontrasepsi suntik, lama penggunaan

Abstract

Background: Family planning is one of the government's programs to reduce the population growth rate in Indonesia. In 2023 the number of injectable family planning acceptors in the South Banjarbaru City area was 23,519 people (55,3%). Side effects that are often found in the use of injectable contraceptives are weight gain. The results of preliminary studies conducted at PMB DN, obtained from 9 injectable family planning acceptors with a length of use of 1-2.5 years (medium) as many as 7 people (77.8%) experienced an increase in body weight. **Objective:** to determine the correlation between the long term use of injectable contraceptives and the increase weight of acceptors at PMB DN. **Method:** This research is an analytic survey, with a case control approach. The population of this study was 248 injectable family planning acceptors at PMB DN. The sample of this study was 228 acceptors. The variables in this study were the length of use of injectable contraceptives and weight gain. The data used were secondary data obtained from the status of birth control acceptors and tested using the chi square test. **Results:** There were 114 acceptors who experienced weight gain out of 228 acceptors. Most of the acceptors who experienced weight gain used injectable contraceptives for >2.5 years (long), namely 65 acceptors (57.0%). The Chi Square test results show a p-value of 0.008 < α 0.05, meaning that there is a relationship between the length of use of injectable contraceptives with an increase in acceptor weight. **Conclusion:** The length of use of

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

injectable contraceptives affects the increase in acceptor weight. It is expected that health workers always provide information about the side effects of long-term contraceptive use so that acceptors can know well about the contraceptives they will use.

Keywords - Weight, injectable contraceptives, duration of use

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara ke-4 di dunia dengan jumlah populasi terbanyak, dimana berdasarkan data pada pertengahan tahun 2023 jumlah penduduk Indonesia adalah sebesar 278.696.200 jiwa cenderung naik dibandingkan tahun 2022 yaitu sebesar 275.773.800 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2023).

Dikarenakan laju pertumbuhan penduduk di Indonesia sangat tinggi, salah satu cara untuk menekan laju pertumbuhan tersebut dengan menjalankan program pemerintah terkait Keluarga Berencana (KB). Pembatasan jumlah penduduk di Indonesia sangat dibutuhkan agar menjaga keseimbangan penduduk (Badan Pusat Statistik, 2021). Penggunaan kontrasepsi merupakan salah satu upaya program pemerintah dalam Keluarga Berencana (KB) untuk mengendalikan fertilitas atau menekan pertumbuhan penduduk yang paling efektif. Berbagai metode kontrasepsi dikembangkan dalam mengendalikan ledakan penduduk baik dengan cara memanfaatkan hormon seperti bentuk pil, suntikan dan implan, metode non hormonal seperti IUD (Intra Uterine Device), vaektomi, tubektomi dan kondom (Emilda, dkk,2022).

Menurut data dari website Satu Data Banjarbaru jumlah akseptor Keluarga Berencana aktif di wilayah Banjarbaru Selatan pada tahun 2023 sebanyak 42.527 akseptor, dengan pembagian berdasarkan alat atau cara kontrasepsi adalah suntik sebanyak 23.519 (55,3%) akseptor. Permasalahan kenaikan berat badan merupakan efek samping yang sering ditemukan pada penggunaan kontrasepsi suntik. Masalah yang timbul seperti dari peningkatan berat badan adalah masalah kesehatan. Penggunaan kontrasepsi hormonal dalam jangka panjang dapat menyebabkan penambahan berat badan, kekeringan vagina, kanker, gangguan emosional karena keseimbangan hormon estrogen dan progesteron di dalam tubuh menjadi kacau, yang dapat menyebabkan perubahan sel yang tidak normal (Yuliasuti, E, 2020).

Kenaikan berat badan dapat menyebabkan berbagai dampak buruk bagi kesehatan, baik fisik maupun mental. Kelebihan berat badan dapat menyebabkan resistensi insulin, sehingga membuat kadar gula dalam darah meningkat dan menyebabkan diabetes tipe 2. Bila telah terkena diabetes tipe 2, risiko untuk terkena gangguan kesehatan lain, seperti penyakit jantung, penyakit ginjal, kebutaan, hingga stroke, akan makin besar. Selain itu kenaikan berat badan juga bisa berdampak secara mental. Depresi juga dapat timbul jika memiliki badan terlalu gemuk. Bahaya badan gemuk ini bisa terjadi akibat diskriminasi atau perundungan (*bullying*) karena bentuk tubuh yang besar. Tindakan *bullying* yang dialami kemudian bisa menimbulkan perasaan sedih dan tidak percaya diri, bahkan hingga menyebabkan depresi (Agustin, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian Setyorini (2019) menunjukkan bahwa ada kecenderungan semakin lama responden memakai kontrasepsi suntik (>12 bulan) maka semakin meningkat berat badan responden. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di PMB DN wilayah kerja Puskesmas Sungai Besar Kota Banjarbaru, total sebanyak 9 responden menggunakan kontrasepsi suntik selama 1-2,5 tahun (sedang). Didapati hasil 7 responden (77,8%) mengalami peningkatan berat badan, dan sebanyak 2 responden (22,2%) tidak mengalami peningkatan berat badan. Para responden di PMB DN wilayah Puskesmas Sungai Besar lebih memilih menggunakan metode kontrasepsi suntik karena merasa lebih praktis, efektif dan lebih ekonomis.

TINJAUAN PUSTAKA

Kontrasepsi suntik adalah alat kontrasepsi yang disuntikan ke dalam tubuh dalam jangka waktu tertentu, kemudian masuk ke dalam pembuluh darah di serap sedikit demi sedikit oleh tubuh yang berguna untuk mencegah timbulnya kehamilannya. Tujuan utama dari kontrasepsi suntik adalah kontrasepsi yang kerjanya lama dan tidak membutuhkan pemakaian setiap harinya atau setiap akan bersenggama (Hartanto, 2015). Kontrasepsi sendiri merupakan salah satu obat atau alat untuk mencegah terjadinya kehamilan, sampai saat ini terdapat berbagai jenis kontrasepsi dengan efektivitas yang bervariasi (Hanifah, dkk, 2023).

Tujuan kontrasepsi adalah untuk menunda kehamilan, menjarangkan kehamilan, dan menghentikan atau mengakhiri kehamilan/ kesuburan. Kontrasepsi yang ideal seharusnya selain efektif dan aman, haruslah tidak menimbulkan nyeri, tidak mengganggu spontanitas, tidak mengotori, tidak berbau, mudah digunakan, harga terjangkau, tidak bertentangan dengan budaya setempat (Aryanti, 2014). Saat ini terdapat 2 jenis kontrasepsi suntik, yaitu suntik kombinasi dan progesterin.

Kontrasepsi suntik kombinasi adalah metode kontrasepsi yang mengandung hormon progesterin dan estrogen yang disuntikkan setiap bulan, sedangkan Suntik progesterin atau suntik 3 bulanan adalah metode pencegahan kehamilan yang mengandung hormon progesterin yang disuntikkan setiap 3 bulan. Sebagai kontrasepsi, efektivitasnya sangat tinggi mencapai 97%. Yang berarti tingkat kegagalannya hanya 3 kehamilan per 100 perempuan dalam 1 tahun pertama. Pada sebagian orang mengeluhkan terjadi perubahan pola haid, terjadi kenaikan atau penurunan berat badan, sakit kepala ringan dan mual, mengganggu produksi ASI (untuk penggunaan kontrasepsi kombinasi), pemulihan kesuburan setelah penghentian pemakaian terjadi secara bertahap rata-rata sekitar 5 bulan dikarenakan tubuh memerlukan waktu untuk mengeluarkan sisa hormon yang ada dalam tubuh. Tidak menjamin perlindungan terhadap penularan HIV/IMS (Infeksi Menular Seksual).(BKKBN, 2018).

Berat badan adalah metabolisme energi di dalam tubuh manusia diatur oleh berbagai faktor, baik yang menyebabkan meningkatnya penyimpanan energi, atau yang mendorong pemakaian energi. Pemakaian energi tubuh diatur dalam keadaan seimbang. Bila energi yang keluar, kelebihan energi akan disimpan dalam jaringan lemak (Ipaljri A, 2020). Pertambahan berat badan adalah perubahan dalam pengukuran berat badan, pertambahan atau penurunan karena menelan makanan yang diubah menjadi lemak dan disimpan dibawah kulit (Amelia L, 2023). Adapun faktor yang mempengaruhi peningkatan berat badan yaitu usia, psikis, lingkungan, kebiasaan pola makan, menurunnya aktivitas fisik dan pemakain KB.

Akseptor KB suntik dikatakan baru adalah dengan masa pemakaian kontrasepsi suntik selama 0-3 bulan atau 1-2 suntik, pemakaian sedang selama 1-2,5 tahun, pemakaian lama selama >2,5 tahun. Umumnya penggunaan KB secara hormonal selama maksimal 5 tahun. Semakin lama masa pemakain KB suntik akan menimbulkan beberapa dampak baik secara langsung muncul atau dalam waktu yang lama, begitu pula bila masa pemakaian KB suntik tidak terlalu lama kemungkinan untuk mengalami dampak bagi tubuhnya juga semakin kecil (Juniastuti F, dkk, 2023). KB suntik 1 bulan dan 3 bulan sama-sama mengandung hormon progesteron yang mempunyai efek terhadap meningkatnya nafsu makan. Hormon progesteron yang terkandung dalam suntikan baik 1 bulan maupun 3 bulan dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan nafsu makan bertambah sehingga seseorang akan makan lebih banyak dari biasanya akan menyebabkan kelebihan karbohidrat yang disimpan dalam bentuk lemak tubuh sehingga menyebabkan kenaikan berat badan, selain itu hormon progesteron juga yang mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak dibawah kulit bertambah. Sedangkan akibat dari penggunaan hormon estrogen yang terkandung dalam suntikan 1 bulan ialah retensi cairan yang disebabkan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium sehingga dapat meningkatkan berat

badan. Suntikan 1 bulan mengandung etinilestradol dan progesteron sintetik turunan testosteron(Nasution Indah WA, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian Setyorini (2019) menunjukkan bahwa ada kecendrungan semakin lama responden memakai kontrasepsi suntik (>12 bulan) maka semakin meningkat berat badan responden. Penggunaan kontrasepsi hormonal seperti pil dan suntikan tidak dianjurkan untuk pemakaian jangka panjang mengingat efek samping yang dapat ditimbulkannya. Kontrasepsi hormonal sebaiknya digunakan tidak lebih dari dua tahun, jika ingin menggunakan kontrasepsi jangka panjang maka bisa direkomendasikan untuk menggunakan kontrasepsi jenis intra uterin device (IUD) atau tubektomi/vasektomi jika tidak ingin merencanakan kehamilan lagi (Affandi,dkk, 2014).

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *survey analitik*, dengan pendekatan *case control*. Penelitian ini telah dilakukan di PMB DN wilayah kerja Puskesmas Sungai Besar Kota Banjarbaru. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor KB yang menggunakan KB suntik dengan lama penggunaan minimal sejak bulan Agustus 2023-Agustus 2024 (12 bulan) di PMB DN wilayah kerja Puskesmas Sungai Besar sebanyak 248 akseptor. Total sampel penelitian ini yaitu sebanyak 228 responden. Teknik sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Variabel independen adalah lama penggunaan kontrasepsi suntik . Variabel dependen adalah peningkatan berat badan pada akseptor. Instrumen penelitian ini menggunakan data sekunder yaitu data status akseptor KB di PMB DN. Pengukuran peningkatan berat badan berdasarkan data status akseptor KB. Dengan kategori : 1 jika BB naik dan 2 jika BB tidak naik atau BB tetap. pengukuran lama penggunaan KB, dikategorikan: 1 jika lama penggunaan sedang (1-2,5 tahun) dan 2 jika lama penggunaan lama (>2,5 tahun). Analisis univariat, pengukuran variabel dalam penelitian ini adalah nominal. Analisa ini digunakan untuk memperoleh gambaran distribusi frekuensi dan presentase dari semua variabel penelitian yang meliputi lama penggunaan kontrasepsi suntik (variabel independen) dengan peningkatan berat badan pada akseptor (variabel dependen). Analisis bivariat melihat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat maka dilihat nilai p Value hasil uji chi-square 0,05.

PEMBAHASAN

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia dan Paritas di PMB DN Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Besar Kota Banjarbaru Tahun 2024

No	Karakteristik	Jumlah	
		f	%
1	Usia		
	< 20 atau >35 tahun	78	34,2
	20-35 tahun	150	65,8
	Total	228	100,0
2	Paritas		
	1 atau >3 anak	95	41,7
	2-3 anak	133	58,3
	Total	228	100,0

Sumber: Data Sekunder 2024

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 150 orang (65,8%), kemudian sebagian besar ibu memiliki paritas 2-3 anak sebanyak 133 orang (58,3%).

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Distribusi Frekuensi Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor di PMB DN Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Besar Kota Banjarbaru Tahun 2024

No	Peningkatan Berat Badan	Frekuensi	%
1.	BB Naik	114	50,0
2.	BB Turun atau Tetap	114	50,0
	Total	228	100

Sumber: Data Sekunder 2024

Berdasarkan Tabel 2. menunjukkan bahwa akseptor yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 114 akseptor (50,0%).

Tabel 3.

Distribusi Frekuensi Lama Penggunaan KB Suntik Pada Akseptor di PMB DN Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Besar Tahun 2024

No	Lama Penggunaan	Frekuensi	%
1.	Sedang (1-2,5 tahun)	119	52,2
2.	Lama (>2,5 tahun)	109	47,8
	Total	228	100

Sumber : Data Sekunder 2024

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa akseptor KB suntik dengan lama penggunaan 1-2,5 tahun (sedang) yaitu sebanyak 119 akseptor (52,2%) .

Tabel 4.

Distribusi Frekuensi Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik dengan peningkatan berat Badan di PMB DN Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Besar Kota Banjarbaru Tahun 2024

Lama Penggunaan	Peningkatan Berat Badan				P Value
	Kasus		Kontrol		
	f	%	f	%	
Sedang (1-2,5 tahun)	49	43,0%	70	61,4%	0,008
Lama (>2,5 tahun)	65	57,0%	44	38,6%	
Total	114	100%	114	100%	

Sumber : Data Sekunder 2024

Berdasarkan Tabel 4. menunjukkan bahwa akseptor yang mengalami peningkatan berat badan sebagian besar penggunaan kontrasepsi yang sudah >2,5 tahun (lama) yaitu sebanyak 65 akseptor (57,0%). Hasil uji *Chi Square* menunjukkan *p-value* 0,008, $<\alpha 0,05$, artinya ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan akseptor di PMB DN wilayah kerja Puskesmas Sungai besar.

A. Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



Berdasarkan hasil penelitian akseptor yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 114 akseptor (50%) dan sebanyak 114 akseptor (50%) tidak mengalami kenaikan berat badan. Peningkatan berat badan yang dialami oleh akseptor KB suntik tersebut dikarenakan peningkatan berat badan memang merupakan salah satu dari efek samping KB suntik. Peningkatan berat badan kemungkinan disebabkan karena hormon progesteron yang mempunyai efek terhadap meningkatnya nafsu makan. Risiko peningkatan berat badan dapat disebabkan karena hormon progesteron yang terkandung dalam suntikan baik 1 bulan maupun 3 bulan dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan nafsu makan bertambah sehingga seseorang akan makan lebih banyak dari biasanya akan menyebabkan kelebihan karbohidrat yang disimpan dalam bentuk lemak tubuh sehingga menyebabkan kenaikan berat badan, selain itu hormon progesteron juga yang mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak dibawah kulit bertambah. Sedangkan akibat dari penggunaan hormon estrogen yang terkandung dalam suntikan 1 bulan ialah retensi cairan yang disebabkan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium sehingga dapat meningkatkan berat badan. Suntikan 1 bulan mengandung etinilestradol dan progesteron sintetik turunan testosteron (Nasution Indah WA, 2023).

Sedangkan akseptor yang tidak mengalami peningkatan berat badan atau berat badan tetap selama pemakaian KB suntik dapat disebabkan karena beberapa usaha yang dapat dilakukan untuk mengurangi berat badan antara lain olahraga, mengkonsumsi serat makanan, mengurangi konsumsi lemak, lebih banyak mengkonsumsi protein dan serat serta adanya perubahan perilaku seperti mengikuti pola hidup sehat, banyak mengkonsumsi air putih, dan lain-lain. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nasution Indah WA (2023) yang menunjukkan bahwa akseptor kontrasepsi suntik yang paling signifikan mengalami peningkatan berat badan yaitu akseptor dengan pola hidup yang tidak sehat, jarang berolahraga, kurang mengkonsumsi makanan berserat, serta kurangnya mengkonsumsi air putih.

Dapat disimpulkan bahwa efek samping dari KB suntik sebagian besar akseptor akan mengalami peningkatan berat badan. Hal ini bisa terlihat dari beberapa penelitian dan juga dari teori yang menyebutkan bahwa hormon progesteron akan merangsang nafsu makan sehingga bisa menyebabkan kenaikan berat badan, dan hormon estrogen dapat mengakibatkan retensi cairan yang disebabkan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium sehingga dapat meningkatkan berat badan.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi peningkatan berat badan adalah usia, pada penelitian ini sebagian besar responden berusia 20-35 tahun yaitu sebanyak 150 responden (65,8%), dan responden yang berusia <20 atau >35 tahun yaitu sebanyak 78 responden (34,2%). Kenaikan berat badan yang terjadi pada responden usia 20-35 tahun yaitu dikarenakan usia 20-35 tahun merupakan usia produktif bagi seorang wanita, dimana sangat mudah mengalami kenaikan berat badan, yang disebabkan juga salah satunya oleh hormon yang terkandung di dalam kontrasepsi suntik. Sejalan dengan teori Hardiansyah (2017) ketika usia bertambah atau semakin tua dan seseorang tersebut kurang aktif bergerak maka massa otot tubuh akan cenderung menurun dan menyebabkan perlambatan tingkat pembakaran kalori, sehingga tubuh akan sulit membakar kalori yang masuk dan terjadi penumpukan energi. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Afrilia L, dkk (2024) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel usia dengan kenaikan berat badan pada pengguna KB suntik, dimana responden dengan usia 20-35 tahun lebih banyak mengalami kenaikan berat badan dibandingkan dengan responden dengan usia <20 atau >35 tahun. Hal tersebut dapat disebabkan karena pada usia 20-35 tahun tingkat kesuburan lebih tinggi dibandingkan dengan usia <20 atau >35 tahun.

B. Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik

Berdasarkan hasil penelitian sebanyak 119 akseptor lama penggunaannya selama 1-2,5 tahun (sedang) dan sebanyak 109 akseptor lama penggunaannya selama >2,5 tahun (lama). Pemakaian

kontrasepsi merupakan upaya yang digunakan untuk menjarangkan kehamilan atau menjaga jarak kelahiran. Dengan demikian, penggunaan alat kontrasepsi juga dapat mengurangi risiko kematian ibu dan bayi karena jarak kelahiran yang terlalu dekat atau terlalu sering (Hanifah, 2020). Idealnya kontrasepsi hormonal digunakan selama 2 tahun dan maksimal 4 tahun, penggunaan kontrasepsi hormonal dalam jangka panjang dapat menyebabkan penambahan berat badan, kekeringan vagina, kanker, gangguan emosional karena keseimbangan hormon estrogen dan progesteron di dalam tubuh menjadi kacau, yang dapat menyebabkan perubahan sel yang tidak normal (Yuliasuti E, 2020).

Banyaknya akseptor yang menggunakan kontrasepsi suntik dalam jangka waktu yang >2,5 tahun (lama) menunjukkan bahwa kontrasepsi suntik telah lama diminati oleh masyarakat. Akseptor merasa cocok dengan kontrasepsi suntik karena efektif dan efisien untuk menunda, menjarangkan, maupun menghentikan kehamilan, selain itu juga kontrasepsi suntik dianggap praktis, aman dan terjangkau. Dalam penggunaan jangka panjang (hingga dua tahun) turut memicu terjadinya peningkatan berat badan, kanker, kekeringan pada vagina, gangguan emosi, dan jerawat karena penggunaan hormonal yang lama dapat mengacaukan keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal. Banyaknya akseptor yang lebih suka menggunakan KB suntik juga dinyatakan oleh Sartika, dkk (2021) bahwa salah satu jenis kontrasepsi suntik yang banyak dipilih oleh akseptor KB adalah KB suntik baik 1 bulan maupun 3 bulan. Hal ini dikarenakan KB suntik merupakan alat kontrasepsi yang praktis, aman dan murah.

C. Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor

Secara statistik penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan bermakna antara lama penggunaan kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan akseptor di PMB DN Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Besar dengan nilai $p = 0,008$. Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar akseptor yang mengalami peningkatan berat badan, lama penggunaan kontrasepsinya yaitu >2,5 tahun (lama) sebanyak 65 akseptor (57,0%) dan sebanyak 49 akseptor (43,0%) mengalami peningkatan berat badan dengan lama penggunaan 1-2,5 tahun (sedang). Hal tersebut menunjukkan bahwa ada kecenderungan semakin lama akseptor memakai kontrasepsi suntik (> 2,5 tahun) maka semakin meningkat berat badan akseptor. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Setyorini (2019) yang menemukan bahwa pemakaian kontrasepsi hormonal lebih dari 1 tahun cenderung terjadi peningkatan berat badan pemakainya.

Terdapat pengaruh antara lama penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap kenaikan berat badan, dan penggunaan kontrasepsi dalam jangka panjang dapat menyebabkan penambahan berat badan, kekeringan vagina, kanker, gangguan emosional karena keseimbangan hormon estrogen dan progesteron di dalam tubuh menjadi kacau, yang dapat menyebabkan perubahan sel yang tidak normal. Kenaikan berat badan yang dialami bervariasi dengan kisaran antara 1-6kg (Yuliasuti. E, 2020). Penggunaan kontrasepsi suntik baik kontrasepsi suntik 1 bulan maupun 3 bulan mempunyai efek samping yaitu perubahan berat badan. Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor KB suntik adalah adanya hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. Dengan adanya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh hormon progesterone dirubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak. Kontrasepsi suntikan baik 1 bulan dan 3 bulan sama-sama mengandung hormon progesteron yang mempunyai efek terhadap meningkatnya nafsu makan. Sedangkan pengaruh hormon estrogen yang terkandung dalam KB suntik 1 bulan adalah terjadinya retensi cairan yang disebabkan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium sehingga dapat meningkatkan berat badan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan akseptor yang dilakukan pada 228 responden, maka dapat diambil kesimpulan bahwa Akseptor yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 114 orang (50,0%), akseptor yang mengalami peningkatan berat badan sebagian besar menggunakan kontrasepsi suntik selama >2,5 tahun (lama) yaitu sebanyak 65 orang (57,0%) dan ada hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan akseptor di PMB DN dengan nilai $p=0,008$.

DAFTAR PUSTAKA

- Affandi, dkk. 2014. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Afrilia L, dkk. 2024. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kenaikan Berat Badan Pada Pengguna Kontrasepsi Suntik Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2022*. Jurnal Kesmas Jambi. E-ISSN : 2580-5894
- Agustin S. 2023. *9 Bahaya Bada Gemuk yang Perlu Diwaspadai*. Website alodokter.com
- Amelia L. 2023. *Hubungan Kenaikan Berat Badan, Siklus Menstruasi dan Emosional dengan Penggunaan Suntik KB 3 Bulan di BPM Lia Amelia*. IJMS, 2 (1)
- Aryanti, H. 2014. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Penggunaan Kontrasepsi pada Wanita Kawin Usia Dini di Kecamatan Aikmel Kabupaten Lombok Timur*. Tesis. Universitas Udayana Denpasar. Bali.
- Badan Pusat Statistik. 2021. *Proyeksi Penduduk Indonesia*
- BKKBN. 2018. *Pilihan Metode Kontrasepsi Bagi Masyarakat Umum*
- Emilda D, Haryani S, Yusniarita. 2022. *The Relationship of The Increase of Body Weight and Pressure High Blood in The Work Area Kepahing Market Health Year 2020*. Jpnh, 10 (1):135-41
- Hanifah Nur Astin, dkk. 2020. *Konsep Pelayanan Kontrasepsi dan KB*. Bandung : Media Sains Indonesia
- Hardinsyah. 2017. *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Hartanto. 2015. *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta : Sinar Harapan
- Ipaljri A. 2020. *Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB di Puskesmas Baloi Permai Kota Batan Tahun 2019*. Zona kedokteran, 10 (1)
- Juniastuti F, dkk. 2023. *Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik DMPA (Depo Medroksiprogesteron) Dengan Gangguan Menstruasi Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan*. Jurnal Ilmu Kebidanan (JK). Pp. 97-101.
- Nasution A, Dr. Mutmainnah, M.Kep, Sp.Mat, Ns. Meinarisa, S.Kep., M.Kep. 2023. *Hubungan Penggunaan KB Suntik Terhadap Siklus Menstruasi Dan Peningkatan Berat Badan Ibu Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi*. HIJP
- Sartika W, dkk. 2021. *Peningkatan Berat Badan dengan Penggunaan Kontrasepsi KB Suntik 1 Bulan*. Jurnal SMART Kebidanan. 8 (1), 34-37.
- Satu Data Banjarbaru. 2023. *Jumlah Akseptor Keluarga Berencana Aktif Menurut Pemakaian Alat atau Cara Kontrasepsi dan Kecamatan di Kota Banjarbaru* : diskominfobjb. Diakses dari: <https://data.banjarbarukota.go.id/data/97/jumlah-akseptor-keluarga-berencana-aktif-menurut-pemakaian-alat-atau-cara-kontrasepsi-dan-kecamatan-di-kota-banjarbaru>
- Setyorini C, Anita Dewi Lieskusumastuti. 2019. *Hubungan Lama Pemakaian KB Suntik Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik Di Klinik Harapan Bunda Sawit Boyolali*. Jurnal Kebidanan Indonesia, 10 (1) 126-136
- Yuliastuti E, dkk. 2020. *Additional Weight and Improvement of Blood Pressuren in Hormonal Contraception Acceptors*. doi:10.31838/ijpr/2020.12.03.43