

Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Perubahan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Terawan

Nurul Maulida Fatmawati

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati

Sri Wahyuni

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati

Uswatun Kasanah

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati

Abstract. Injection contraception is contraception that is given by injection intramuscularly in the buttocks muscle area. According to WHO (2014), the use of DMPA injection contraception is 57.4% of the total contraceptive users in the world. Indonesia (2014) amounted to 49.67% of the total contraceptive users in Indonesia. From the results of a preliminary study conducted by researchers at the Terawan Health Center, the number of DMPA injectable birth control acceptors who experienced changes in body weight in 2022 was 45 acceptors.

This study aims to determine the relationship between the duration of 3-month injection contraception use and changes in body weight in 3-month injection contraceptive acceptors at the Terawan Health Center. This study uses an analytical method with a retrospective approach. Which was carried out at the Terawan Health Center in 2023 with a total sample of 45 people using a purposive sampling technique from secondary data. The independent variable is duration of use of DMPA injection contraception and the dependent variable is the incidence of changes in body weight.

It can be concluded from the results of bivariate analysis using the chi square test of 45 samples, there is a positive and significant relationship between the duration of 3-month injection contraceptive use and changes in weight gain in family planning acceptors with a P value: 0.002 (<0.05).

Keywords: Duration of Contraceptive Use, DMPA injection KB, Weight Change.

Abstrak. Kontrasepsi suntik adalah kontrasepsi yang diberikan dengan cara disuntikkan secara intramuskuler di daerah otot pantat. Menurut WHO (2014), angka penggunaan kontrasepsi suntik DMPA sebesar 57,4% dari total pengguna kontrasepsi di dunia. Indonesia (2014) sebesar 49,67% dari total pengguna kontrasepsi di Indonesia. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Terawan jumlah akseptor KB suntik DMPA yang mengalami Perubahan Berat Badan pada tahun 2022 sebanyak 45 akseptor.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 bulan dengan Perubahan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Terawan. Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan retrospektif. Yang dilakukan di Puskesmas Terawan pada tahun 2023 dengan jumlah sampel 45 orang yang menggunakan teknik purposive sampling dari data sekunder. Variabel bebas lama penggunaan KB suntik DMPA dan variabel terikat kejadian perubahan berat badan.

Dapat disimpulkan dari hasil analisis bivariat menggunakan uji chi square dari 45 sampel terdapat hubungan positif dan signifikan antara Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Perubahan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB dengan nilai P Value : 0,002 (<0,05).

Kata Kunci: Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi, KB suntik DMPA, Perubahan Berat Badan.

LATAR BELAKANG

Keluarga berencana adalah tindakan yang membantu pasangan suami istri untuk menghindari kehamilan yang tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang memang sangat diinginkan, mengatur interval kehamilan, dan mengontrol waktu saat kelahiran dalam hubungan dengan umur suami istri serta menentukan jumlah anak dalam keluarga (Suratun et al, 2015).

Setiap wanita berhak memperoleh informasi dan mempunyai akses terhadap metode KB yang mereka inginkan, meliputi keefektifan, keamanan, keterjangkauan, dan juga metode-metode pengendalian kehamilan yang tidak bertentangan dengan hukum dan perundang-undangan yang berlaku (Pinem, 2013).

Program Keluarga Berencana memiliki makna yang sangat strategis, komprehensif dan fundamental dalam mewujudkan manusia Indonesia yang sehat dan sejahtera. UU Nomor 52 Tahun 2009 tentang perkembangan kependudukan dan pembangunan keluarga menyebutkan bahwa keluarga berencana adalah upaya untuk mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal melahirkan, mengatur kehamilan, melalui promosi perlindungan dengan bantuan sesuai hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas.

Berbagai negara dibelahan dunia telah berkomitmen secara serius dalam menanggapi target SDGs (Sustainable Development Goals), termasuk negara Indonesia dengan targetnya adalah tercapai kesejahteraan rakyat dan pembangunan masyarakat. Pembangunan keluarga sejahtera diarahkan secara terpadu untuk mewujudkan keluarga kecil, bahagia dan sejahtera khususnya melalui pembudayaan KB (Keluarga Berencana) dalam rangka pengendalian laju pertumbuhan penduduk yang menjangkau segenap lapisan dan golongan masyarakat dengan tetap menjunjung tinggi moral, etika dan sosial budaya masyarakat (Depkes RI, 2019).

TINJAUAN PUSTAKA

Keluarga Berencana

a. Pengertian

Keluarga Berencana adalah program untuk meningkatkan kepedulian dan peran serta masyarakat melalui pendewasaan perkawinan, pengaturan kelahiran, pembinaan ketahanan keluarga, peningkatan kesejahteraan keluarga, untuk mewujudkan keluarga kecil bahagia sejahtera (BKKBN, 2012).

Kontrasepsi adalah upaya untuk mencegah terjadinya kehamilan. Upaya itu dapat bersifat sementara, dapat pula bersifat permanen. Penggunaan kontrasepsi merupakan salah satu variabel yang mempengaruhi fertilitas (Sarwono, 2016).

b. Kontrasepsi Suntik DMPA (*Depomedroksi Progesteron Asetat*)

Depo provera ialah *6-alfa-medroksiprogesteron* yang digunakan untuk tujuan kontrasepsi perenteral, mempunyai efek progestagen yang kuat dan sangat efektif. Noresterat juga termasuk dalam golongan ini (Sarwono, 2016). *Depomedroksi progesterone asetat* tersedia dalam bentuk larutan *mikrokristalinaline*.

Setelah 1 minggu penyuntikan 150 mg, tercapai kadar puncak, lalu kadarnya tetap tinggi untuk 2-3 bulan, selanjutnya menurun kembali. Pada pemakaian jangka lama, tidak terjadi efek akumulatif dari DMPA dalam darah/serum (Hartanto, 2014).

Cara kerja kontrasepsi suntik DMPA adalah : menekan ovulasi, mengentalkan lendir serviks sehingga menurunkan kemampuan penetrasi sperma, menghambat transportasi *gamet* oleh tuba, serta menjadikan selaput lendir rahim tipis dan *atrofi* sehingga implantasi terganggu (Saifuddin, 2016).

Kontrasepsi suntik memiliki efektifitas tinggi, menurut Hartanto (2014) kurang dari 1 % dari 100 wanita akan mengalami kehamilan dalam 1 tahun pemakaian DMPA.

c. Keuntungan Kontrasepsi Suntik DMPA

Keuntungan kontrasepsi suntik DMPA, antara lain sebagai berikut: sangat efektif, pencegahan kehamilan jangka panjang, tidak berpengaruh pada hubungan suami istri, tidak mengandung estrogen sehingga tidak berdampak serius terhadap penyakit jantung dan gangguan pembekuan darah, tidak memiliki pengaruh terhadap ASI, membantu mencegah kanker *endometrium* dan kehamilan ektopik, menurunkan kejadian penyakit jinak payudara, mencegah beberapa penyebab penyakit radang

panggul, dapat digunakan oleh wanita usia >35 tahun sampai perimenopause, mencegah anemia (Saifuddin, 2016).

d. **Indikasi Kontrasepsi Suntik DMPA**

Indikasi kontrasepsi suntik DMPA adalah: usia reproduksi, nulipara dan yang telah memiliki anak, menghendaki kontrasepsi jangka panjang dan yang memiliki efektifitas tinggi, menyusui dan membutuhkan kontrasepsi yang sesuai, setelah melahirkan dan tidak menyusui, setelah abortus atau keguguran, tidak dapat memakai kontrasepsi yang mengandung estrogen, anemia defisiensi besi, sering lupa memakai pil, mendekati usia menopause yang tidak mau atau tidak boleh menggunakan pil kombinasi (Saifuddin, 2016).

e. **Waktu Pemberian Kontrasepsi Suntik DMPA**

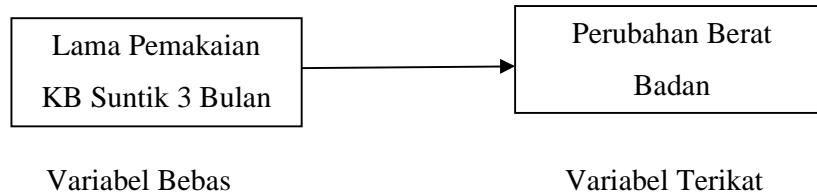
Waktu pemberian kontrasespsi suntik DMPA adalah : setiap saat selama siklus haid (asal ibu tersebut tidak hamil), mulai hari pertama sampai hari ke-7 siklus haid, ada ibu yang tidak haid (suntikan pertama dapat diberikan setiap saat asalkan dapat dipastikan ibu tersebut tidak hamil dan ibu tidak boleh melakukan hubungan seksual selama 7 hari setelah suntikan), ibu yang menggunakan kontrasepsi hormonal lain dan ingin ganti dengan kontrasepsi suntik (suntikan pertama dapat segera diberikan asalkan dapat dipastikan ibu tersebut tidak hamil, ibu yang sedang menggunakan AKDR dan ingin ganti dengan kontrasepsi suntik, suntikan pertama dapat diberikan pada hari pertama sampai hari ke-7 siklus haid, atau dapat diberikan setiap saat setelah hari ke-7 siklus haid asal yakin ibu tersebut tidak hamil), ibu yang tidak haid (suntikan pertama dapat diberikan setiap saat, asal ibu tersebut tidak hamil dan selama 7 hari setelah penyuntikan ibu tidak boleh melakukan hubungan seksual) (Saifuddin, 2016).

METODE PENELITIAN

Kerangka Konsep

Konsep merupakan abstrak terbentuk oleh generalisasi oleh suatu pengertian, sedangkan kerangka konsep penelitian adalah suatu hubungan atau kaitan antara konsep satu dengan konsep yang lainnya dari masalah yang ingin diamati dan diukur melalui penelitian (Liando, H, 2014). Adapun kerangka teori dalam penelitian sebagai berikut :

Bagan .1
Kerangka Konsep



Hipotesis

Hipotesis Penelitian adalah jawaban sementara terhadap pertanyaan penelitian. Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Hipotesis alternatif (Ha)

Ha : Ada hubungan positif antara lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan perubahan peningkatan berat badan pada akseptor.

Rancangan Penelitian/Desain Penelitian

Retrospektif ialah sebuah penelitian yang meliputi pengumpulan data dari faktor risiko diukur dengan melihat kejadian masa lampau (Saryono, 2015). Maka dari itu dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian Analitik dengan pendekatan *retrospektif* karena data yang di ambil adalah data yang sudah ada/masa lampau dari bulan januari-desember pada tahun 2022 di wilayah kerja Puskesmas Terawan.

Variabel Penelitian

Variabel merupakan segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian, dimana didalamnya terdapat faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa yang akan di teliti (Nasir, Dkk, 2015).

Pada penelitian ini menggunakan variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2016).

Variabel bebas pada penelitian ini adalah lama pemakaian KB suntik DMPA oleh akseptor. Sedangkan variabel terikat pada penelitian ini adalah perubahan berat badan pada akseptor KB suntik DMPA.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang dilaksanakan mulai bulan Maret-April tahun 2023 mengenai “Hubungan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik 3 bulan dengan Perubahan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Terawan” dan berdasarkan kriteria inklusi diperoleh sebanyak 45 sampel. Dan dilakukan Analisis Univariat dan Bivariat untuk menguji hasil penelitian dibawah berikut :

1. Analisis Univariat

Peneliti mengambil judul “Hubungan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Perubahan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Terawan”.

a. Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan di Puskesmas Terawan.

Tabel .1

Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan yang mengalami Perubahan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Terawan

Lama Pemakaian	Frekuensi	Persentase (%)
Lama	38	84.44%
Baru	7	15.55%
Total	45	100%

Sumber : Data Sekunder Bulan Januari-Desember Tahun 2022

Berdasarkan Tabel 1 Di atas menunjukkan bahwa sebagian besar lama pemakaian kontrasepsi oleh akseptor yaitu dalam kategori lama (>2x periode penyuntikan) sebanyak 38 akseptor (84.44%) dari 45 akseptor.

b. Perubahan Berat Badan Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Terawan

Tabel .2

Perubahan Berat Badan Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Terawan

Perubahan Berat Badan	Frekuensi	Persentase (%)
Naik	42	93.33%
Turun	3	6.66%
Total	45	100,0%

Sumber : Data Sekunder Bulan Januari-Desember Tahun 2022

Tabel 2 menunjukkan bahwa jumlah akseptor yang mengalami perubahan berat badan mayoritas terbanyak adalah naik ($>0,5$ Kg) dengan jumlah sebanyak 42 akseptor (93.33%) dari 45 akseptor.

2. Analisis Bivariat

a. Tabulasi Silang Hubungan Lama Pemakaian alat kontrasepsi suntik 3 bulan yang mengalami perubahan peningkatan berat badan di Puskesmas Terawan.

Tabel .3

Tabulasi Silang Hubungan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan yang Mengalami Perubahan Peningkatan Berat Badan di Puskesmas Terawan.

Variabel	Perubahan Berat Badan				Jumlah	
	Naik ($>0,5$ Kg)		Turun ($0,5$ Kg)		F	%
Lama Pemakaian	N	%	N	%	F	%
Lama ($>2x$ Periode)	35	92,2%	3	7,8%	38	100%
Baru ($2x$ Periode)	7	100%	0	0%	7	100%
Jumlah	42	100	3	100	45	100

Sumber : Data Sekunder Bulan Januari-Desember Tahun 2022

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar akseptor yang mengalami berat badan katagori naik adalah akseptor yang telah lama menjadi akseptor KB yaitu sebanyak 35 (92,2%) akseptor. Demikian juga seluruh akseptor yang mengalami perubahan berat badan dalam katagori naik adalah akseptor yang baru menjadi akseptor KB yaitu sebanyak 7 (100%) akseptor.

b. Hasil Analisis Uji Chi Square Hubungan Lama Pemakaian Alat Kontrasespsi Suntik 3 Bulan Dengan Perubahan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Terawan.

Tabel .4

Analisis Uji Chi Square Hubungan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan yang Mengalami Perubahan Peningkatan Berat Badan di Puskesmas Terawan.

Chi-Square Tests					
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	12.150 ^a	2	.002		
Continuity Correction ^b	7.917	2	.003		
Likelihood Ratio	10.146	2	.005		
Fisher's Exact Test				.009	.005
Linear-by-Linear Association	11.031	1	.000		
N of Valid Cases	45				
a. 2 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.07.					
b. Computed only for a 2x2 table					

Sumber : Data Sekunder Bulan Januari-Desember Tahun 2022

Berdasarkan Tabel 4 Hasil analisis tabel uji chi-square pada tingkat kemaknaannya adalah 5% ($\alpha = 0,05$). Jika $\text{value} < (0,05)$, H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan antara variabel independen lama pemakaian alat kontrasepsi dan variabel dependen perubahan berat badan pada akseptor, hasil didapat sig. (2-tailed) sebesar 0,02 atau lebih kecil dari 0,05 sehingga diputuskan ada hubungan positif dan signifikan antara Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi dengan Perubahan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Terawan.

Pembahasan

Sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan maka dalam bagian ini akan dibahas hasil penelitian yang telah dilaksanakan berdasarkan hasil yang telah disajikan.

1. Lama pemakaian akseptor KB yang menggunakan KB suntik 3 Bulan di Puskesmas Terawan

Berdasarkan hasil penelitian dari semua sampel yang digunakan merupakan akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Terawan menunjukkan bahwa hasil analisis penelitian mengenai lama pemakaian kontrasepsi menunjukkan bahwa akseptor dengan lama pemakaian kategori lama (>2x periode penyuntikan) sebanyak 38 akseptor (92,2%), sedangkan akseptor lama pemakaian kontrasepsi katogeri baru (2x periode penyuntikan) sebanyak 7 akseptor (100%).

Jadi dapat dilihat bahwa jumlah akseptor yang lama pemakaian kontrasepsi mayoritas terbanyak adalah lama (>2x periode penyuntikan) dengan jumlah sebanyak 38 akseptor (100%).

Lama pemakaian KB suntik 3 bulan sangat mempengaruhi terjadinya perubahan berat badan, meskipun teori, menyatakan bahwa kontrasepsi suntik 3 bulan lebih ke peningkatan berat badan tetapi efektifitas metode kontrasepsi suntik 3 bulan tergantung pada pengguna yang menyebabkan tidak sepenuhnya KB suntik 3 bulan menyebabkan berat badan meningkat asumsi peneliti, responden memilih KB suntik 3 bulan, karena efektifitas dari KB boleh menunda kesuburan untuk memiliki anak bagi akseptor yang membatasi jumlah anak (Irianto, 2014).

Wanita yang telah lama menggunakan alat kontrasepsi Depo Medroxy Progesteron Acetate (DMPA) atau dikenal dengan KB suntik 3 bulan, rata-rata mengalami kenaikan berat badan dalam waktu tiga tahun pemakaian, berdasarkan penelitian yang dilakukan University of Texas Brank (Sastrariah 2016). Efek Samping yang timbul dari penggunaan KB Suntik Depo Provera berupa gangguan haid seperti amenora, menoragia dan spotting (Wiknjosastro 2017). Selain dari itu berat badan bertambah, penurunan libido, sakit kepala, pada system kardiovaskuler efeknya sangat sedikit, mungkin ada sedikit peninggian dari kadar insulin dan penurunan HDL Kolesterol yang menyebabkan hipertensi (Sumantri 2019).

Teori Nault (2014) yang mengungkapkan bahwa pemakai KB suntik yang hanya berisi progesteron bisa terjadi peningkatan 1-2 kg pada tahun pertama serta 4-10 kg setelah 3-5 tahun pemakaian kontrasepsi suntik (Nault et al. 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Mentari M. dkk, 2016) tentang Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Perubahan Berat Badan di Puskesmas Ranomuut Manado Tahun 2016 ada hubungan yang bermakna antara Lama Pemakaian Kontrasepsi dengan Perubahan Berat Badan pada Akseptor (P Value : $0,004 < 0,70$). Dan hasil penelitian dari (Zahera, Ibrahim, 2016) tentang Kenaikan Berat Badan dengan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Hormonal Wilayah Kerja Puskesmas Pemantu Sungai Mengkuang Tahun 2015 didapat bahwa mayoritas responden pengguna alat kontrasepsi Mayoritas responden pengguna alat kontrasepsi hormonal mengalami kenaikan berat badan. Mayoritas responden dengan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal $>2x$ periode penyuntikan ada hubungan antara lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan (P Value : $0,003$).

2. Perubahan Berat Badan Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Terawan.

Berdasarkan hasil penelitian dari semua sampel yang digunakan merupakan Akseptor KB suntik 3 Bulan di Puskesmas Terawan Tahun 2022 menunjukkan bahwa hasil analisis penelitian mengenai perubahan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan menunjukkan bahwa akseptor yang mengalami berat badan naik ($>0,5$ Kg) yaitu 42 akseptor (93,3%), sedangkan berat badan turun ($<0,5$ Kg) yaitu 3 akseptor (6,4%).

Jadi dapat dilihat bahwa jumlah akseptor yang mengalami perubahan berat badan mayoritas terbanyak adalah naik ($>0,5$ Kg) dengan jumlah sebanyak 42 akseptor (93,3%).

Menurut Hartanto (2015) dalam Mulyadi & Mega (2015) bahwa perubahan berat badan terjadi jika makanan sehari-hari mengandung energi yang melebihi kebutuhan yang bersangkutan dan salah satunya mengalami peningkatan berat badan. Salah satu faktor yang menentukan peningkatan berat badan seseorang adalah aktivitas fisik. Aktivitas fisik disebabkan karena asupan energi yang melebihi kebutuhan tubuh yang biasanya dialami oleh orang yang kurang berolahraga atau kurang beraktivitas fisik sehingga energi yang masuk ke dalam tubuh tidak terbakar atau tidak digunakan yang kemudian disimpan dalam bentuk lemak.

Efek samping dari kontrasepsi suntik yang paling tinggi frekunsinya yaitu peningkatan berat badan. Hipotesa dari para ahli DMPA merangsang pusat pengendalian nafsu makan hypothalamus, yang menyebabkan akseptor makan lebih dari biasanya (Hartanto). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Agustina (2016) menunjukkan adanya pengaruh yang menggunakan kontrasepsi DMPA terhadap kenaikan berat badan. Berdasarkan asumsi penelitian bahwa penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan mempengaruhi kenaikan berat badan. Hal ini disebabkan karena kontrasepsi suntik 3 bulan dapat merangsang pusat pengendalian nafsu makan dihipotalamus yang dapat menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya, sehingga berpotensi mengalami peningkatan berat badan (Apria Wilinda Sumantri, 2018) . Hal tersebut juga disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah.keluhan lain para akseptor KB adalah sakit kepala yang sangat pada salah satu sisi atau seluruh bagian kepala dan terasa berdenyut disertai rasa mual yang amat sangat. (Hanifah, Kunsianah, and Sumini 2014).

Wijayanti (2014) menjelaskan bahwa jika berat badan menurun disebabkan oleh stress yang berlebihan. Pendapat tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kansil (2015) sependapat dengan penelitian Herminarti (2013) tentang perubahan berat badan terhadap penggunaan kontrasepsi hormonal di Puskesmas Padongko kabupaten Barru, karena kontrasepsi suntik 3 bulan memiliki efektifitas tidak selalu sama, sehingga dapat efektifitas tidak selalu sama, sehingga dapat menyebabkan berat badan bervariasi (Hartanto, 2013) dalam Nina & Mega (2013) (P Value : 0.004<0.60).

3. Hubungan Lama Pemakaian alat kontrasepsi suntik 3 bulan yang mengalami perubahan peningkatan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Terawan.

Berdasarkan hasil analisis tabel silang antara lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan pada akseptor KB diketahui bahwa sebagian besar akseptor yang mengalami berat badan katagori naik adalah akseptor yang telah lama menjadi akseptor KB yaitu sebanyak 35 (92,2%) akseptor. Demikian juga seluruh akseptor yang mengalami perubahan berat badan dalam katagori naik adalah akseptor

yang baru menjadi akseptor KB yaitu sebanyak 7 (100%) akseptor. Dapat disimpulkan bahwa semakin lama pemakaian kontrasepsi maka perubahan berat badan semakin naik.

Berdasarkan tabel 4.5 pengujian tersebut Output dari hasil uji chi-square pada tingkat kemaknaannya adalah 5% ($\alpha = 0,05$). Jika $p\text{-value} < (0,05)$, H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan antara variabel independen dan variabel dependen, sig. (2-tailed) sebesar 0,002 atau lebih kecil dari 0,005 sehingga diputuskan ada hubungan positif dan signifikan antara Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi dengan Perubahan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Terawan.

Sesuai hasil penelitian dapat dilihat bahwa lama pemakaian alat kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kategori lama ($>2x$ periode penyuntikan) dengan berat badan naik ($>0,5$ Kg) adalah 38 akseptor dan kategori baru ($2x$ periode penyuntikan) adalah 7 akseptor didukung oleh teori Hartanto (2015) dalam Mulyadi & Mega (2015), bahwa kontrasepsi suntik DMPA, menyebabkan berat badan naik. Teori ini sejalan dengan hasil penelitian Sugiharti (2014) lama pemakaian kontrasepsi suntik (hormonal) berhubungan dengan resiko perubahan berat badan. Penelitian Winarsih (2016) sejalan dengan penelitian Pratiwi (2014) mengenai hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan perubahan berat badan. Penelitian Pratiwi didukung oleh teori Irianto (2014) bahwa kontrasepsi suntik 3 bulan lebih mempengaruhi pada peningkatan berat badan karena rangsangan hipotalamus yang menyebabkan nafsu makan meningkat. Asumsi peneliti, banyaknya akseptor yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan mengalami kenaikan berat badan berlebihan dikarenakan akseptor tidak mampu menjaga pola makannya.

Sedangkan pada perubahan berat badan turun dengan lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan kategori tidak lama terdapat 0% akseptor, di mana sesuai dengan penjelasan dari teori Kellow (2016) bahwa 2/3 dari perempuan yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan bertambah berat, 20% kehilangan berat, dan 10% tidak ada dalam perubahan berat badan. Teori Kellow (2014) didukung oleh Hartanto (2014) dalam (Mulyani & Mega 2013), bahwa perubahan berat badan setelah pemakaian kontrasepsi suntik bervariasi dan tidak selamanya kontrasepsi suntik DMPA menyebabkan peningkatan berat badan. Pemakaian kontrasepsi suntik depoprovera menyebabkan perubahan berat badan yang bervariasi. Asumsi peneliti, akseptor yang berat

badan turun disebabkan karena nafsu makan berbeda-beda sehingga responden lebih menjaga tubuhnya sehingga lebih banyak beraktivitas.

Penelitian Ekawati sejalan dengan penelitian Sriwahyuni (2014) mengenai hubungan jenis dan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan akseptor Asumsi peneliti, responden yang mengalami peningkatan berat badan disebabkan nafsu makan dari responden tersebut meningkat sehingga tidak terkontrol porsi makannya. Menurut Soetjiningsih (2015) terdapat beberapa faktor yang mencakup massa tubuh yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang bertanggung jawab terhadap massa tubuh adalah suatu faktor yang tidak dapat dikendalikan secara sadar oleh orang-orang yang melakukan diet seperti gen, regulasi termis dan metabolisme. Sedangkan faktor eksternal seperti aktivitas fisik dan asupan nutrisi dimana ke dua hal ini sangat berperan untuk tubuh, di mana jika seseorang ingin menurunkan berat badan hanya perlu membatasi asupan nutrisinya dan memperbanyak aktivitas fisik, begitupun sebaliknya dengan seseorang yang menginginkan berat badan bertambah hanya memperbanyak asupan nutrisi dan mengurangi aktivitas fisik.

Sehingga dapat diartikan bahwa hubungan positif dan signifikan yaitu tujuan peneliti terjawab bahwa penelitian yang diinginkan sesuai dengan hasil yang didapat yaitu perubahan kearah peningkatan berat badan pada Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Terawan. Dari banyak nya teori mengenai lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dan perubahan peningkatan berat badan dapat disimpulkan bahwa perubahan peningkatan berat badan dikarenakan kontrasepsi suntik 3 bulan mengandung hormon progesteron dan estrogen.

Hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah dan hormon estrogen yang tinggi menekan sel-sel penghasil insulin. Ini membuat tubuh kita kebal terhadap insulin dan mengarah kepada kadar glukosa yang tinggi, sehingga hal tersebut menyebabkan kenaikan berat badan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian Hubungan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Perubahan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Terawan, Maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Mayoritas frekuensi lama pemakaian dalam kategori lama sebanyak 38 akseptor (84,5%) dan frekuensi lama pemakaian kategori baru sebanyak 7 akseptor (15,5%).
2. Mayoritas perubahan berat badan pada kategori naik sebanyak 42 akseptor (93.3%) dan perubahan berat badan pada kategori turun yaitu sebanyak 3 akseptor (6.7%).
3. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Perubahan Peningkatan Berat Badan di Puskesmas Terawan dengan nilai *P Value* : 0,002 (<0,05). Dapat diartikan bahwa hubungan positif dan signifikan yaitu tujuan peneliti terjawab bahwa penelitian yang diinginkan sesuai dengan hasil yang didapat yaitu perubahan kearah peningkatan berat badan pada Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Terawan.

Saran

1. Bagi Tempat Penelitian (Puskesmas Terawan)
Hasil penelitian ini disarankan dapat dijadikan sebagai tambahan informasi kepada tempat penelitian bahwa salah satu efek samping nyata dari pemakaian alat kontrasepsi suntik 3 bulan yaitu perubahan peningkatan berat badan, maka diharapkan dapat memberikan KIE kepada setiap akseptor KB tentang macam-macam KB serta efek sampingnya sehingga akseptor dapat memakai alat kontrasepsi secara efektif dan sesuai kebutuhannya.
2. Bagi Institusi (STiKes Bakti Utama Pati)
Hasil penelitian ini disarankan dapat menjadi referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu pengetahuan tentang hubungan lama pemakaian KB suntik DMPA dengan perubahan berat badan pada akseptor.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Hasil penelitian ini disarankan perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi alat kontrasepsi suntik 3 bulan sehingga dapat menemukan penanganan yang lebih baik dan diharapkan bisa

memperbaiki dan lebih menyempurnakan penelitian ini dan dapat melakukan penelitian sejenis dengan menggunakan data primer, sehingga hasil penelitian yang didapat lebih akurat lagi.

DAFTAR REFERENSI

- Anggraeni, A. C. (2014). Asuhan gizi nutrisi. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Anonim, (2022). Laporan Rekam Medik Akseptor Alat Kontrasepsi Suntik di Puskesmas Terawan
- Ananim, (2019). Laporan Rekam Medik Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi KB Suntik DMPA dengan Berat Badan Akseptor KB suntik DMPA di Puskesmas Terawan. Tidak dipublikasikan
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) (2013). <http://bkkbn.go.id/litbang/Hasil%20Penelitian/Faktorfaktor%20MempengaruhiPengguna%20MKJP%20Di%20Enam%20Wilayah%20Di%20Indo>
- BKKBN, (2014). Data Statistik KB Provinsi Kalimantan Tengah tahun 2012-2016, Biro Pusat Statistik Kalimantan Tengah, www.bps-kalteng.go.id diunduh tanggal 18 Februari 2018
- BKKBN, (2014). Pedoman Penanggulangan efek samping/komplikasi kontrasepsi. Jakarta: UNFPA
- BKKBN, (2012). Keluarga Berencana, <http://riau.bkkbn.go.id/old/> diunduh tanggal 5 Maret 2012
- Budiarto, E. (2011). Biostatistika Untuk Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat. Jakarta: EGC
- Departemen Kesehatan (DEPKES). (2014). Glosarium, data dan informasi kesehatan. Jakarta : Pusat data dan informasi departemen kesehatan Republik Indonesia. <http://www.depkes.go.id>
- Departemen Kesehatan (DEPKES) (2019). Glosarium, data dan informasi kesehatan SDG. Jakarta : Pusat data dan informasi departemen kesehatan Republik Indonesia. <http://www.depkes.go.id>
- Detik, Health (2017). Jenis-jenis Kontrasepsi. www.mediwacht.be
- Ekawati. (2012). Pengaruh kb suntik dmpa terhadap peningkatan berat badan di BPS Siti Syamsiah Wonokorto Wonogiri. <http://ojs.unud.ac.id.6454-4696>.
- Fitri, Hidayati (2018). Jenis-jenis Kontrasepsi. Jakarta : EGC <http://jeniskont.id>
- Gasier, A. (2015). Keluarga Berencana & Kesehatan Reproduksi. Jakarta: EGC
- Glacier, A. (2014). Keluarga berencana dan kesehatan reproduksi. EGC : Jakarta
- Hartanto H. 2014. Keluarga Berencana dan Kontrasepsi. Jakarta.: Pustaka Sinar Harapan
- Herminarti, H. A. (2013). Gambaran perubahan berat badan terhadap penggunaan kontrasepsi hormonal di Puskesmas Padongko Kabupaten Barru. <http://opac.ac.id>

- Irianto, K. (2014). Kesehatan reproduksi dan gizi seimbang. Penerbit Alfabeta, Bandung.
- Kansil, S. E.(2015). Hubungan penggunaan kontrasepsi suntik depo medroksi progesteron Asetat (DMPA) dengan perubahan fisiologis pada wanita usia subur (Wus) di Puskesmas Ranomuut Kota Manado.<http://ejournal.unsrat.ac.id>. (Skripsi tidak dipublikasikan)
- Liando, H. (2015). Faktor-faktor yang berhubungan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik dmpa (Depo medroxy Progesteron Acetat) di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan. <http://ejournal.unsrat.ac.id>.
- Manuaba, I. B. G. (2011). Kapita Selekta Pentalaksanaan Rutin Obstetri Ginekologi dan KB. Jakarta: EGC
- Mustikawati, R.(2013). Gambaran pengetahuan akseptor kb suntik tentang efek samping pemakaian depoprovera di BPM. <http://stikeskusumahusada.ac.id.471.pdf>.
- Murti, B. (2010). Penerapan Metode Statistik Non-Parametrik dalam Ilmu-Ilmu Kesehatan. Jakarta: Gramedia
- Narimawati dan Munandar (2014). Teknik Sampling: Teori dan Praktik dengan menggunakan SPSS 15. Jogjakarta: Gava Media
- Palimbo, A. (2013). Hubungan penggunaan kb suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada wanita akseptor kb di Wilayah kerja Puskesmas Lok Baintan. <http://stikes.ac.id>.
- Pratiwi, D. (2014). Hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal suntik dmpa dengan peningkatan berat badan di Puskesmas Lapai Kota Padang. <Http://fk.unand.ac.id/indeks.php/article/6454-4969.pdf>.
- PSIK FK UNSRAT. (2013). Panduan penulisan tugas akhir proposal dan skripsi
- Ratih, S. (2014). Kontrasepsi Suntikan Menyebabkan Peningkatan Berat Badan, <http://semararatih.wordpress.com> diunduh tanggal 8 Maret 2014
- Saifuddin, dkk. (2013). Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Saifuddin Azwar, (2011). Metode Penelitian. Pustaka Pelajar: Yogyakarta
- Sofyan Yamin dan Heri Kurniawan. (2010). SPSS COMPLETE: Teknik Analisis Statistik Terlengkap dengan Software SPSS. Jakarta: Salemba Infotek
- Sugiyono, (2017). Statistika untuk Peneliti,Uji Validitas dan Reabilitas. Bandung: Alfabeta
- Taufiqurrohman, M. A. (2013). Pengantar Metodologi Penelitian untuk Ilmu Kesehatan. Surakarta CSGF