



## **Hubungan Antara Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Peningkatan Berat Badan di PMB I**

*(Correlation between used of 3 Months of Injectable Contraceptive and Weight Gain at PMB I)*

**Winnie Tunggal Mutika<sup>1\*</sup>, Dian Nursolihat<sup>1</sup>, Rini Damayanti<sup>1</sup>, Ambariani<sup>1</sup>, Magda Doria<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi, Universitas Gunadarma

\*Koresponden Penulis: [winniemitika@gmail.com](mailto:winniemitika@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Metode kontrasepsi yang paling banyak digunakan oleh peserta Keluarga Berencana (KB) aktif di Indonesia adalah suntikan (63,71%). Selain memiliki manfaat, alat kontrasepsi suntik juga memiliki efek samping salah satunya peningkatan berat badan yang sering dikeluhkan oleh akseptor KB suntik 3 bulan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan antara Lama Penggunaan KB Suntik 3 Bulan dengan Peningkatan Berat Badan di Praktik Mandiri Bidan (PMB) "I". Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan rancangan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian adalah 104 orang akseptor KB suntik 3 bulan yang rutin melakukan suntik KB tahun 2019. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh dari rekam medik. Analisa data dilakukan dengan menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat. Akseptor KB suntik 3 bulan dengan lama penggunaan paling tinggi yaitu 1 tahun sebanyak 33 responden (31.7%) dan peningkatan berat badan paling tinggi yaitu 2-5 kg sebanyak 46 responden (48.9%). Hasil analisis bivariat menunjukkan penggunaan KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan dengan nilai *Likelihood Ratio* 0.000 ( $\alpha < 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara lama penggunaan KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan.

**Kata kunci:** KB Suntik 3 Bulan, kenaikan berat badan

### **ABSTRACT**

*Background: The contraceptive method most widely used by active family planning participants in Indonesia is injection (63,71%). Besides having the benefits of injection contraception, it also has side effects, one of which is the cause of weight gain. Purpose: The purpose of this research is to know The Correlation Between the Long Use Contraceptive 3 Month Injection and Weight Gain at Midwife Independent Practice "I". Methods: This research is analytic research with cross-sectional design. The samples of this research are 104 people who routinely use contraceptive 3-month injection. The data that is used in this research is secondary data which is gotten from medical records and registration books. The analysis is done by using univariate analytic and bivariate analytic. Result: 3 months injectable acceptors with the highest duration of use, 1 year, were 33 respondents (31.7%) and the highest weight gain was 2-5 kg as many as 46 respondents (48.9%). The results of the bivariate analysis showed the use of 3 months of injectable contraceptive with an increase in body weight with a Likelihood Ratio 0.000 ( $\alpha < 0,05$ ). So, it can be concluded that there is a correlation between the duration of use 3 months of injectable contraceptives and weight gain.*

**Keywords:** 3 months of injectable contraceptive, weight gain

## PENDAHULUAN

Cakupan peserta KB aktif di Indonesia tahun 2018 sebesar 63,27%, pernah ber-KB sebesar 17,91% sedangkan yang tidak pernah ber-KB sebesar 18,82%. Berdasarkan pola dalam pemilihan jenis alat kontrasepsi sebagian besar peserta KB Aktif memilih suntikan sebesar 63,71% (Kemenkes RI, 2018)

Kontrasepsi suntik dibagi 2 golongan berdasarkan jadwal penyuntikan dan kandungan hormon yaitu suntik 1 bulan dan suntik 3 bulan. Suntik 3 bulan mengandung hormon progesteron yang diberikan setiap tiga bulan dengan cara di suntik intramuscular (A, 2011). Efek samping yang ditimbulkan adalah nyeri payudara, gangguan pola haid, sakit kepala, dan peningkatan berat badan (Mochamad Anwar, Ali Baziad, 2011).

Kenaikan berat badan selama penggunaan KB suntik 3 bulan atau *Depo Medroxyprogesterone Acetate* (DMPA) disebabkan dalam kontrasepsi suntik 3 bulan mengandung hormon progesteron yang mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak subkutan bertambah (Hartanto, 2015). Pengguna DMPA pada umumnya akan mengalami peningkatan berat badan, dalam penelitian disebutkan sebanyak 23 akseptor (57,5%) mengalami peningkatan berat badan. Sebagian besar rata-rata peningkatan berat badan dalam satu tahun adalah > 0–1 kg (47,8% akseptor). Rata-rata berat badan sebelum dan setelah penggunaan kontrasepsi DMPA adalah 54,4 kg dan 58,1 kg (Pratiwi et al., 2014).

Pengguna kontrasepsi dalam jangka pemakaian kontrasepsi suntik yang cukup lama akan menyebabkan hormon progesteron terus bertambah di dalam tubuh yang membuat nafsu makan terus meningkat sehingga kenaikan berat badan semakin bertambah, hal ini dinyatakan oleh Juliana et al (2019) dalam jurnal “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal” (Sembiring, 2019).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan desain penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah akseptor KB Suntik 3 bulan yang teratur menggunakan suntik 3 bulan di PMB I, Amd.Keb dalam rekam medik periode Januari-Desember 2019 berjumlah 104 orang. Variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah lama penggunaan KB suntik 3 bulan yang didefinisikan lamanya penggunaan alat kontrasepsi 3 bulan dan peningkatan berat badan yang didefinisikan sebagai berat badan akseptor yang ditimbang yang tercantum dalam rekam medik. Teknik analisis bivariat menggunakan uji statistik *chi square* dengan menggunakan software SPSS 22.

## HASIL

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara lama penggunaan KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan di PMB “I”. Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa distribusi frekuensi ibu dengan lama penggunaan KB suntik 3 bulan di PMB “I” tahun 2019 dari 104 responden adalah jumlah tertinggi akseptor KB suntik 3 bulan selama 1 tahun sebanyak 33 responden (31.7%) sedangkan akseptor KB suntik 3 bulan selama 3 bulan, terendah sebanyak 21 responden (20.2%). Sedangkan, peningkatan berat badan tertinggi dialami 61 responden (58,7%) dengan kenaikan 2-5 kg.

**Tabel 1. Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan pada Akseptor KB Berdasarkan Lama Penggunaan dan Peningkatan Berat Badan**

Variabel	N	%
<b>Lama Penggunaan</b>		
3 bulan	21	20.2
6 bulan	22	21.2
9 bulan	28	26.9
1 tahun	33	31.7
<b>Peningkatan Berat Badan</b>		
0-2 kg	37	35.6
2-5 kg	61	58.7
>5 kg	6	5.8

**Tabel 2. Hubungan Lama Penggunaan KB Suntik 3 Bulan dengan Peningkatan Berat Badan**

Lama Penggunaan	Peningkatan Berat Badan						Total	%	Nilai LR
	0 - 2 kg		2 - 5 kg		>5 kg				
	N	%	N	%	N	%			
3 Bulan	20	95.2	1	4.8	0	0	21	100	0.000
6 Bulan	12	54.5	10	45.5	0	0	22	100	
9 Bulan	3	10.7	24	85.7	1	3.6	28	100	
1 Tahun	2	6.1	26	78.8	5	5.2	33	100	

Berdasarkan tabel 2 diatas memperlihatkan analisa hubungan antara lama penggunaan KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan. Diperoleh hasil bahwa akseptor KB yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan selama 1 tahun dan mengalami peningkatan berat badan 2-5 kg sebanyak 26 responden (78.8%), sedangkan akseptor KB yang mengalami peningkatan berat badan >5 kg sebanyak 5 orang (15.2%). Akseptor KB yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan selama 9 bulan dan mengalami peningkatan berat badan 2-5 kg sebanyak 24 responden (85.7%), sedangkan akseptor KB yang mengalami peningkatan berat badan >5 kg sebanyak 1 orang (3.6%). Akseptor KB yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan selama 6 bulan dan mengalami peningkatan berat badan 0-2 kg sebanyak 12 orang (54.5%), sedangkan akseptor KB yang mengalami peningkatan berat badan 2 - 5 kg sebanyak 10 orang (45.5%). Akseptor KB yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan selama 3 bulan dan mengalami peningkatan berat badan 0-2 kg sebanyak 20 orang (95.2%), sedangkan 2 - 5 kg sebanyak 1 orang (4.8%). Hasil uji *chi square* diperoleh nilai LR 0,000 ( $\alpha < 0,005$ ) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh lama penggunaan KB suntik 3 bulan di PMB "I" tahun 2019 dari 104 responden didapat distribusi paling tinggi yaitu akseptor KB suntik 3 bulan selama 1 tahun sebanyak 33 responden (31.7%) sedangkan distribusi paling rendah yaitu akseptor KB suntik 3 bulan selama 3 bulan sebanyak 21 responden (20.2%).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Beti, dkk (2017) dalam jurnal "Hubungan antara Jenis Kontrasepsi Suntik dan Lama Pemakaian dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor KB di BPM Amrina" berdasarkan hasil penelitian bahwa lama pemakaian alat kontrasepsi suntik terbanyak yaitu akseptor dengan pemakaian alat kontrasepsi suntik lebih dari 2-3 tahun sebanyak 59 responden (64.1%) dan sisanya akseptor dengan pemakaian alat kontrasepsi suntik lebih dari 4 tahun sebanyak 33 responden (35.9%), hal ini karena kebanyakan akseptor KB suntik sudah merasa bahwa KB suntik tidak merepotkan sehingga mereka memperpanjang lama pemakaiannya baik untuk menjarangkan kehamilan atau untuk mengakhiri kehamilan.

Hal ini sesuai dengan yang telah dikemukakan oleh Hartanto (2015) bahwa masyarakat lebih memilih alat kontrasepsi suntik dengan alasan lebih praktis dan efektifitas tinggi, selain itu juga biaya yang dikeluarkan pun tidak mahal dan cukup terjangkau karena hanya dilakukan setiap tiga bulan sekali sehingga tidak mengeluarkan biaya yang besar sekaligus, hal ini yang menyebabkan akseptor menggunakan metode kontrasepsi suntik 3 bulan dalam waktu lama. Peningkatan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik

Responden akseptor KB suntik 3 bulan yang mengalami peningkatan berat badan, yaitu sebanyak 94 responden (90.4%). Distribusi paling tinggi yaitu akseptor KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan 2-5 kg, sebanyak 61 responden (58.7%). Hal ini sesuai dengan teori Hartanto (2015) yang menyatakan kandungan hormonal yang terdapat dalam kontrasepsi suntik 3 bulan yaitu hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dapat menyebabkan berat badan bertambah (Mulyani Ns, 2013).

Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sheilla, dkk (2018) dalam jurnal "Hubungan Lama Pemakaian Alat kontrasepsi Hormonal Suntikan Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB di Wilayah Kerja Puskesmas Arjuno Kota Malang" yaitu sebanyak 61,70% akseptor KB suntik DMPA mengalami peningkatan BB ringan yaitu sebesar (0,5-3,4 kg), sebanyak 31,91% mengalami peningkatan BB sedang (3,5-7,4 kg) dan sebesar 6.39% mengalami peningkatan BB berat (7.5-11 kg) (A.N et al., 2018) (Betti Iriyanti Br Panjaitan, 2017).

Penurunan berat badan dan tidak ada peningkatan berat badan/tetap juga terjadi pada akseptor KB suntik 3 bulan dalam penelitian ini, hal ini sesuai dengan teori Sulistyawati (2011) yang menjelaskan bahwa penambahan berat badan tidak terjadi pada semua pengguna KB suntik, hal ini tergantung pada reaksi bagaimana masing-masing tubuh wanita memetabolisasi progesteron (A, 2011)

Hasil uji chi square diperoleh nilai LR 0,000 ( $\alpha < 0.05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan. Hal ini sesuai dengan teori Wiknjosasto yang dikutip oleh Dewi, dkk (2016), bahwa pada umumnya penambahan berat badan tidak terlalu besar dan bervariasi. Biasanya  $\geq 1-5$  kg dalam tahun pertama. Penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan meningkatkan berat badan lebih daripada 2.3 kg pada tahun pertama dan meningkatkan 7,5 selama 6 tahun (Setyoningsih, 2018)

Hasil penelitian Bonny et al (2011) dalam judul "*Early weight gain related to later weight gain in adolescents on depot medroxy progesterone acetate*" menyatakan sebanyak 21% pengguna DMPA mengalami peningkatan berat badan  $>5\%$  dalam 6 bulan. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan berat badan dalam satu tahun tidak

terlalu besar, ada 47.82% akseptor terdapat peningkatan > 0-1 kg dan 21.73% akseptor mengalami peningkatan > 1-2 kg (Bonny et al., 2011) (Pratiwi et al., 2014)

Hal ini tidak sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dian (2015) dalam jurnal "Hubungan antara Lamanya Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik dengan Perubahan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik di BPM Sugiyati Kecamatan Kajoran, Kabupaten Magelang" hasil uji bivariat dengan menggunakan uji *chi square* diketahui nilai  $p$ value  $0.099 > 0.05$ , artinya bahwa tidak ada hubungan antara lamanya pemakaian alat kontrasepsi suntik dengan perubahan berat badan pada akseptor KB suntik. Hasil penelitian yang menunjukkan tidak ada hubungan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik perubahan berat badan dapat disebabkan oleh karena faktor lain yang menjadi penyebab perubahan berat badan pada akseptor suntik di BPM Sugiyati. Peningkatan berat badan pada akseptor suntik tidak hanya dipengaruhi oleh perubahan hormon sebagai akibat penggunaan kontrasepsi suntik. Ada faktor lain yang dapat mempengaruhi peningkatan berat badan pada seseorang termasuk akseptor suntik. Faktor-faktor tersebut misalnya adalah adanya kebiasaan makan banyak pada akseptor, ataupun karena banyak makan tetapi kurang olah raga atau kurangnya aktifitas fisik, keturunan obesitas, faktor fisiologis tubuh, penambahan usia, gangguan hormone (Erawati, 2015).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat hubungan antara lama penggunaan KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan. Untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik dengan variabel yang belum diteliti dan dengan analisis yang lebih lanjut

## DAFTAR PUSTAKA

- A.N, S. G., Utami, N. W., & Candrawati, E. (2018). Hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal suntikan depo medroxy progesterone acetate (DMPA) dengan peningkatan berat badan akseptor Kb di Wilayah kerja Puskesmas Arjuno Kota Malang. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(3).
- A, S. (2011). *Pelayanan keluarga berencana*. Salemba Medika.
- Betti Iriyanti Br Panjaitan, Y. H. M. Y. (2017). Hubungan antara jenis kontrasepsi suntik dan lama pemakaian dengan kenaikan berat badan pada akseptor kb. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, X(1).
- Bonny, A. E., Secic, M., & Cromer, B. (2011). Early weight gain related to later weight gain in adolescents on depot medroxyprogesterone acetate. *Obstetrics and Gynecology*, 117(4).
- Erawati, D. (2015). Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik Dengan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat Di Bidan Praktik Mandiri (Bpm) Sugiyati Kajoran Magelang. *Naskah Publikasi STIKes Aisyiyah Yogyakarta*, 1(May).
- Kemenkes RI. (2018). Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2017. Data dan Informasi. Kementerian Keseahtan RI; 2018. In *Jurnal Ilmu Kesehatan*.
- Mochamad Anwar, Ali Baziad, R. P. P. (2011). Ilmu Kandungan Edisi Ketiga. In *PT. BINA Pustaka Sarwono Prawirohardjo*.
- Mulyani Ns. (2013). Keluarga Berencana dan Alat Kontrasepsi. In *Keluarga Berencana dan Alat Kontrasepsi*.

- Pratiwi, D., Syahredi, S., & Erkadius, E. (2014). Hubungan Antara Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan di Puskesmas Lapai Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(3).
- Sembiring, J. B. (2019). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik Di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal. *Gaster*, 17(1).
- Setyoningsih, F. Y. (2018). Perbedaan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Kb Suntik Kombinasi Dengan Suntik Dmpa Di Bps Y. Sri Suyantiningsih Kulon Progo. *Jurnal Kesehatan "Akbid Wira Buana,"* 3(2).