

HUBUNGAN PENGGUNAAN ALAT KONTRASEPSI HORMONAL DENGAN PENINGKATAN BERAT BADAN DI BPS SUNARSIH NGAJUM KABUPATEN MALANG

Nurya Viandika.¹, Nurfitriya Dara Latuconsina²

¹Program Studi D – III Kebidanan, STIKes Widya Cipta Husada Kapanjen
E-mail : viandika04@gmail.com

²Program Studi D – III Kebidanan, STIKes Widya Cipta Husada Kapanjen
E-mail : latuconsinadara31@gmail.com

ABSTRAK

Akseptor KB di Jawa Timur adalah 43,41% akseptor KB suntik. Kenaikan berat badan merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan oleh akseptor KB hormonal (pil, suntik dan implan). Apabila hal ini tidak diatasi dapat berakibat obesitas, masalah psikologis terkait body image, hipertensi, jantung, diabetes dan kehamilan beresiko. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan kejadian peningkatan berat badan. Desain penelitian ini adalah *Cross Sectional*. Populasi sebanyak 108 akseptor, menggunakan teknik *simple random sampling* dengan jumlah sampel 52 akseptor KB. Variabel independen dalam penelitian ini adalah penggunaan alat kontrasepsi hormonal, dan variabel dependennya adalah peningkatan berat badan. Data diolah dengan menggunakan *SPSS versi 16* dengan menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan p value $0,000 < \alpha$ (0,05). Kesimpulannya adalah ada hubungan antara penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan kejadian peningkatan berat badan di BPS Sunarsih, Amd.Keb Ngajum. Disarankan akseptor yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal untuk mengatur pola makan, dan banyak berolah raga, sehingga untuk menghindari obesitas.

Kata Kunci: alat kontrasepsi hormonal, peningkatan berat badan.

ABSTRACT

Family planning acceptors in East Java is 43.41% of the acceptor injections. The weight gain is a side effect that is often complained by hormonal acceptors. If this is not addressed can lead to obesity, psychological problems related to body image, hypertension, heart disease, diabetes and pregnancy at risk. The purpose of this study to determine the relationship of the use of hormonal contraception with the incidence of weight gain. This study design was cross-sectional. The population of as many as 108 acceptors, using simple random sampling with a sample of 52 acceptors. The independent variables in this study is the use of hormonal contraception, and the dependent variable is weight gain. Data were processed using SPSS version 16 using Chi-Square test obtained p value $0,000 < \alpha$ (0.05). The conclusion is that there is a relationship between the use of hormonal contraception with the incidence of weight gain in BPS Sunarsih, Amd.Keb Ngajum. Suggestions acceptors using hormonal contraceptives to regulate diet and plenty of exercise, so as to avoid obesity.

Keywords: hormonal contraceptives, weight gain

1. PENDAHULUAN

Penduduk Indonesia cenderung menggunakan alat kontrasepsi yang mengandung hormonal seperti suntik, pil dan implant. Kontrasepsi hormonal merupakan alat atau obat yang di gunakan untuk mencegah kehamilan yang mengandung hormon.⁽¹⁾ Salah satu efek samping yang dapat terjadi pada kontrasepsi ini yaitu kenaikan berat badan.⁽²⁾ Kenaikan berat badan juga merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan para akseptor KB hormonal seperti suntik, pil, dan implant.

Berdasarkan Data BKKBN Kabupaten Malang, pencapaian peserta KB aktif semua metode kontrasepsi pada tahun 2013 di kecamatan kepanjen sebanyak 2058 yang terdiri atas peserta IUD 332 (16,1%), peserta MOW (Metode Operasi Wanita) banyak 3 (0,1%), peserta kondom sebanyak 6 (0,2 %), peserta implant sebanyak 144 (7%), peserta suntik sebanyak 1110 (54%), peserta pil sebanyak 425 (20,6%). Pencapaian tertinggi pada suntik dan pencapaian terendah pada MOP (Metode Operasi Pria) ⁽³⁾.

Berdasarkan survey yang diperoleh dari BPS Sunarsih menunjukkan bahwa berat badan merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan para akseptor KB yang menggunakan kontrasepsi hormonal

sebanyak (41,7%). Peningkatan berat badan yang tidak terkontrol merupakan sesuatu yang ditakuti akseptor karena struktur tubuh menjadi jelek, tidak menarik dan menjadi faktor resiko timbulnya penyakit jantung, diabetes mellitus dan hipertensi yang disebabkan kandungan hormon yang terdapat dalam kontrasepsi hormonal.

Melihat masalah tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Kormonal dengan Kejadian Peningkatan Berat Badan pada Wanita Pasangan Usia Subur di BPS Sunarsih Desa Ngajum.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk jenis penelitian observasional analitik dengan rancangan penelitian *Cross Sectional*.

Penelitian ini dilakukan di BPS Sunarsih Ngajum-Kepanjen Kabupaten Malang, waktu penelitian ini dimulai pada bulan Juli 2016.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua akseptor keluarga berencana yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal aktif sebanyak 108 akseptor pada bulan April-Mei 2016. Teknik pengambilan sampel menggunakan Simple Random Sampling dengan jumlah sampel yang didapatkan berjumlah 52 akseptor KB

hormonal maupun non hormonal dengan criteria inkusi yaitu 1) Ibu yang bersedia menjadi responden, 2) Ibu yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal minimal 1 tahun. Instrument dalam penelitian ini adalah kuesioner dan timbangan.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah penggunaan KB hormonal (pil, suntik, implan). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah peningkatan berat badan.

Pada penelitian ini adalah menggunakan metode analisis data dengan uji statistik yang digunakan uji chi Square test.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Data penyajian karakteristik responden berdasarkan jenis kontrasepsi pada akseptor alat kontrasepsi hormonal

No	Jenis Kontrasepsi	n	%
1	Pil	15	29
2	Suntik	32	61
3	Implan	2	4
4	IUD	2	4
5	MOW	1	2
TOTAL		52	100

Sumber: Data Primer, 2016

Berdasarkan tabel 1. dapat dilihat bahwa sebagian besar responden menggunakan alat kontrasepsi suntik sejumlah 32 orang (61%) dan paling sedikit menggunakan alat kontrasepsi MOW sejumlah 1 orang (2%).

Tabel 2. Data penyajian karakteristik responden berdasarkan usia pada akseptor alat kontrasepsi hormonal.

No	Usia	N	%
1	16-20	0	0
2	21-25	1	2
3	26-30	3	6
4	31-35	10	19
5	36-40	22	42
6	41-45	10	19
7	46-50	6	12
TOTAL		52	100

Sumber : Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden menggunakan kontrasepsi berusia 36-40 tahun sebanyak 22 (42%) dan tidak ada satupun responden menggunakan kontrasepsi yang berusia 16-20 tahun sebanyak 0 (0%).

Tabel 3. Data penyajian karakteristik responden berdasarkan pendidikan pada akseptor alat kontrasepsi hormonal.

No	Pendidikan	n	%
1	SD	27	52
2	SMP	18	34
3	SMA	5	10
4	PT	2	4
TOTAL		52	100

Sumber : Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 3 jumlah pendidikan responden terbanyak adalah SD sebanyak 27 orang (52%) dan pendidikan paling

sedikit adalah Perguruan tinggi sebanyak 2 orang (3,8%).

Tabel 4. Data penyajian karakteristik responden berdasarkan pekerjaan pada akseptor alat kontrasepsi hormonal.

No	Pendidikan	n	%
1	IRT	8	15
2	Wiraswasta	5	10
3	Buruh	27	52
4	PNS	2	4
5	Karyawan	10	19
TOTAL		52	100

Sumber : Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 4 jumlah pekerjaan tertinggi yaitu buruh sebanyak 27 orang (52%) dan persentase terendah yaitu sebagai PNS sebanyak 2 orang (4%).

Tabel 5. Data penyajian karakteristik responden berdasarkan penggunaan alat kontrasepsi.

No	Penggunaan Alkon	n	%
1	Menggunakan	49	94
2	Tidak menggunakan	3	6
TOTAL		52	100

Sumber : Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 5 persentase tertinggi yaitu menggunakan alat kontrasepsi sebanyak 49 orang (94%) dan persentase terendah yaitu tidak menggunakan alat kontrasepsi sebanyak 3 orang (6%).

Tabel 6. Data penyajian karakteristik responden berdasarkan peningkatan berat badan.

No	Berat Badan	n	%
1	Meningkat	44	85
2	Tidak meningkat	8	15
TOTAL		52	100

Sumber : Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden sebanyak 44 orang (85%) mengalami peningkatan berat badan dan sebagian kecil tidak mengalami peningkatan berat badan sebanyak 8 orang (15%).

Tabel 7. Distribusi frekuensi hubungan penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan kejadian peningkatan berat badan.

Kontrasepsi Hormonal	Peningkatan berat badan				Total		P value
	n	%	n	%	n	%	
Pil	11	73	4	27	15	100	0.000
Suntik	30	94	2	6	32	100	
Implant	20	100	0	0	20	100	

Sumber : Data Primer 2016

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di BPS Sunarsih, Amd. Keb didapatkan sejumlah 52 responden dan diuji menggunakan uji *chi-square*, didapatkan hasil bahwa p value 0,000

PEMBAHASAN

Karakteristik Peserta KB Hormonal

Karakteristik peserta merupakan salah satu hal yang juga penting digunakan oleh akseptor KB, macam-macam dari karakteristik adalah usia, pekerjaan, dan pendidikan. Umur ibu merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kehamilan karena berkaitan dengan perlindungan alat-alat reproduksi wanita. Umur reproduksi yang sehat bagi seorang wanita untuk hamil dan melahirkan antara 20-35 tahun. Umur ibu yang terlalu muda (kurang dari 20 tahun) dan terlalu tua (lebih dari 35 tahun) adalah umur yang penuh dengan resiko jika terjadi kehamilan.

Sedangkan hasil dari peneliti sebagian besar penggunaan alat kontrasepsi terbanyak pada usia > 35, peneliti menganjurkan pada responden yang usianya lebih dari 35 tahun masih menggunakan alat kontrasepsi hormonal dan mengalami peningkatan berat badan, kurangi pola makan, dan banyak berolah raga karena peningkatan berat badan yang terlalu banyak beresiko terhadap kesehatan, contohnya seperti timbulnya penyakit darat tinggi, kencing manis, strok, jantung, dll. Berdasarkan dari hasil penelitian dari 52 responden, mayoritas responden menggunakan alat kontrasepsi suntik. Dari hasil penelitian di BPS Sunarsih Amd. Keb Ngajum tahun 2016 sebagian besar pendidikan respon adalah SD sebanyak 27 orang (52%), kemudian itu presentase terkecil adalah pendidikan perguruan tinggi sebanyak 2 orang (3,8%).

Sedangkan berdasarkan hasil penelitian sebagian besar pekerjaan responden adalah buruh sebanyak 27 orang (52,1%), dan presentasi terkecil adalah PNS sebanyak 2 orang (3,8%). Dapat dilihat dari hasil penelitian presentase terbesar adalah pendidikan SD, diketahui bahwa akseptor yang berpendidikan SD kemungkinan pengetahuan tentang alah kontrasepsi sangat kecil, kebanyakan ibu menggunakan alat kontrasepsi tidak menurut keinginannya akseptor tetapi dipengaruhi oleh keluarganya ataupun tetangganya.

Hasil penelitian ini senada dengan hasil

penelitian Suryanti Tukiman (2012), hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan kejadian peningkatan berat badan, sebagian besar akseptor yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal mengalami peningkatan berat badan. Karakteristik merupakan hal yang sangat penting dalam penggunaan alat kontrasepsi, seperti pendidikan seseorang sangat menentukan dalam pola pengambilan keputusan dan menerima informasi dari pada seseorang yang berpendidikan yang rendah. Usia juga menentukan untuk penggunaan alat kontrasepsi, apabila usia masih dalam usia reproduksi dan termasuk dalam pasangan usia subur, dan keduanya memiliki kesuburan yang normal, wanita dianjurkan untuk menggunakan alat kontrasepsi untuk mencegah terjadinya kehamilan.

Peningkatan Berat Badan

Peningkatan berat badan adalah bertambahnya berat badan klien dari pada berat badan kunjungan pertama. Umumnya penambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara 1-5 kg dalam tahun pertama. Penyebab bertambahnya berat badan tidak jelas, tampak terjadi karena bertambahnya lemak dalam tubuh, dan bukan retensi cairan tubuh. Akseptor yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal mayoritas mengalami peningkatan berat badan dikarenakan alat kontrasepsi hormonal mengandung hormon esterogen dan progesterone. peningkatan berat badan juga berpengaruh terhadap faktor penyakit, maka dari itu orang yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal banyak aktifitas fisik, makan yang secukupnya, kurangi mengemil, dan kurangi makan makanan yang berlemak. Dampak dari peningkatan berat badan adalah apabila orang yang mengalami peningkatan berat badan semakin banyak rasa percaya diri yang kurang, juga terdapat banyak faktor-faktor penyakit yaitu, strok, darah tinggi, kencing manis, jantung, dll. Sehingga ibu yang menggunakan alat kontrasepsi mengalami peningkatan berat badan seharusnya mengatur pola makan, dan aktifitas fisik

agar peningkatan berat badan dapat terkontrol. Berdasarkan hasil penelitian dari responden sebanyak 52 akseptor, yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 44 responden (85%) dan yang tidak mengalami peningkatan berat badan sebanyak 8 responden (15%).

Hasil penelitian ini senada dengan penelitian Suryanti Tukiman (2012), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan kejadian peningkatan berat badan, sebagian besar akseptor yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal yaitu mengalami peningkatan berat badan. Peningkatan berat badan merupakan salah satu efek samping akseptor yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal. Peningkatan berat badan juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor genetic, faktor lingkungan, faktor pola makan, faktor psikis, faktor aktifitas fisik dan faktor hormon. Oleh sebab itu responden yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal kemungkinan besar terjadinya peningkatan berat badan, dengan terjadinya peningkatan berat badan responden harus dapat bisa mengontrol dengan cara mengatur pola makan dan perbanyak aktifitas fisik sehingga peningkatan berat badan dapat terkontrol.

Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal Kengan Kejadian Peningkatan Berat Badan

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan *SPSS 16. 0 for windows* dengan 52 responden diperoleh nilai $p = 0,000$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai p value kurang dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 diterima berarti ada hubungan antara penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan kejadian peningkatan berat badan di BPS Sunarsih. Amd. Keb Ngajum. Kontrasepsi merupakan alat atau obat yang digunakan untuk mencegah terjadinya kehamilan yang mengandung hormon esterogen dan progesterone. selama ini akseptor yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal banyak mengeluh karena selama menggunakan alat

kontrasepsi mengalami peningkatan berat badan dari kunjungan pertama. Rata-rata peningkatan berat badan berkisar antara 1-5 kg apabila terdapat responden yang mengalami kenaikan berat badan lebih dari 5 kg sebaiknya responden dianjurkan untuk mengganti alat kontrasepsi. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan berat badan yaitu faktor genetic, faktor lingkungan, faktor aktifitas fisik, faktor pola makan, faktor psikis dan faktor hormon. Salah satunya adalah faktor hormonal yang sangat mempengaruhi terjadinya peningkatan berat badan. Untuk responden yang selalu mengalami peningkatan berat badan setiap kunjungan KB seharusnya responden harus mengontrol pola makan, dan olah raga yang teratur, sehingga peningkatan berat badan dapat terkontrol.

Hasil penelitian ini senada dengan hasil penelitian Suryanti Tukiman (2012), hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan kejadian peningkatan berat badan, sebagian besar orang yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal mengalami peningkatan berat badan. Dapat disimpulkan bahwa alat kontrasepsi hormonal dapat mempengaruhi peningkatan berat badan sehingga akseptor yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal harus bisa mengontrol nafsu makan dan olah raga secara rutin sehingga peningkatan berat badan dapat terkontrol.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan adanya hubungan antara penggunaan jenis alat kontrasepsi hormonal dengan kejadian peningkatan berat badan.

Saran Peneliti

1. Bagi Institusi pendidikan
Sebagai masukan kepada institusi untuk dijadikan sebagai data kepustakaan dan pengetahuan serta dipergunakan sebaik-baiknya bagi mahasiswa STIKes Widya Cipta Husada Malang.

2. Bagi Akseptor KB

Bagi akseptor KB yang telah mengalami kegemukan, perlu melakukan latihan jasmaniah (olah raga) dan mengatur pola makan, karena keadaan tersebut bereaksi terhadap penurunan berat badan. Sedangkan untuk akseptor KB hormonal yang berusia >35 tahun sebaiknya disarankan untuk memakai alat kontrasepsi yang menghentikan kehamilan, karena usia yang >35 tahun usia yang penuh resiko jika terjadinya kehamilan.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat meneliti tentang faktor-faktor yang mempengaruhi penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan kejadian peningkatan berat badan. Dan dapat mengendalikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan berat badan.

Terima Kasih Kepada :

1. STIKes Widya Cipta Husada Malang khususnya Program studi DIII Kebidanan, yang telah memberikan kesempatan menyusun penelitian ini
2. Triwayati., Amd. Keb, yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penyusunan Karya Tulis Ilmiah di Desa Mangunrejo.

DAFTAR PUSTAKA

1. Saifuddin, A. Bari, 2006. Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi, 2th Ed. Jakarta:

Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjdo.

2. Varney, Helen, 2006. Asuhan Kebidanan. Jakarta: BGC
3. BKKBN Kabupaten Malang, 2013. Laporan Hasil Pelayanan Peserta KB Baru Menurut Metode Kontrasepsi.
4. Kusmiran, Eny. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta. Salemba Medika.
5. Nirmala. 2008. *Hidup Sehat Dengan Menopause*. Jakarta : Buku Populer Nirmala
6. Manuaba, (2013). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : Arcan
7. Baziad, Ali. 2008. *Menopause dan Andropause*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta
8. Lestary, D. 2010. *Seluk Beluk Menopause*. Yogyakarta: Nuha Medika.
9. Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu Pendekatan Praktek (Edisirevisi)*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
10. Notoatmodjo, S. (2010). *Kesehatan Masyarakat Ilmu Dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta
11. ————— (2007). *Ptomosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta
12. Manuru, P. (2011). *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Mengenai Menopause Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Usia 45-55 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Tonsea (*
10. Ramdani, P (2015). *Tingkat Pengetahuan Ibu Menopause Tentang Perubahan Fisiologi Dan Psikologi Pada Masa Menopause Di Dusun Kepuh Rt 02/01, Polokarto, Sukoharjo*.
11. Suhaidah, D. (2013). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Perempuan Dalam Menghadapi Menopause Di Wilayah*

Kerja Puskesmas Kelurahan Pulo Gebang, Jakarta Timur

12. Ilafi Rumaisha N, Siti Maesaroh. (2015).

Hubungan Pengetahuan Wanita Usia 48–55 Tahun Tentang Menopause

Dengan Sikap Dalam Menghadapi Perubahan Pada Masa Menopause.