

STUDI KOMPARATIF BERAT BADAN SEBELUM DAN SESUDAH MENGUNAKAN KB SUNTIK 3 BULAN DI BPM NOVA FATMAWATI DESA TERTEK KABUPATEN TULUNGAGUNG TAHUN 2018

ANITA DWI AGUSTINA SARI
ARUM KUSUMA

Program Studi D3 Kebidanan Universitas Tulungagung
queen271213@gmail.com

ABSTRAK

Peningkatan berat badan merupakan efek samping yang sangat meresahkan bagi pengguna KB terutama KB suntik 3 bulanan. Hal ini dapat mengurangi keberhasilan Program Keluarga Berencana. Tujuan dilakukan penelitian untuk mengetahui apakah ada perbedaan Berat Badan ibu sebelum dan sesudah menggunakan KB suntik 3 bulan. Penelitian dilaksanakan bulan Maret 2018 di BPM Nova Fatmawati Tertek Kabupaten Tulungagung. Jenis penelitian *pre eksperimen*, dengan desain *analitik*. Variabel penelitian adalah berat badan sebelum dan setelah menggunakan KB suntik 3 bulan. Sampel diambil dengan teknik *accidental sampling* sejumlah 30 sampel. Data dianalisis dengan uji *Wilcoxon* dengan menggunakan SPSS. Hasil penelitian didapatkan nilai *Exact Sig.(2-tailed) = 0,001*, H_1 diterima, artinya pada akseptor terjadi perbedaan berat badan antara sebelum dan sesudah menggunakan KB suntik 3 bulanan. Hal ini bisa terjadi pada akseptor karena progesterin yang terkandung dalam DMPA yang akan merangsang peningkatan rasa lapar yang lebih sering dari biasanya, sehingga konsumsi makanan yang berlebih ini mengakibatkan terjadinya penumpukan lemak pada tubuh.

Kata Kunci: Perbedaan, Berat Badan, KB Suntik 3 Bulan

ABSTRACT

Weight gain is a very troubling side effect for users of contraceptives, especially 3-monthly injectable contraceptives. This can reduce the success of the Family Planning Program. The purpose of this study was to find out whether there was a difference in maternal weight before and after using 3-month injectable contraceptives. The research was conducted in March 2018 at BPM Nova Fatmawati Tertek, Tulungagung Regency. This type of research is pre-experimental, with an analytical design. The research variables were body weight before and after using 3 months injectable contraception. Samples were taken by accidental sampling technique of 30 samples. Data were analyzed by Wilcoxon test using SPSS. Hasil penelitian didapatkan nilai Exact Sig.(2-tailed) = 0,001, H_1 diterima, artinya pada akseptor perbedaan berat badan antara sebelum dan sebelum menggunakan KB suntik 3 bulanan. This can happen to the acceptor because the progesterin contained in DMPA will stimulate an increase in hunger more often than usual, so that excessive food consumption results in the accumulation of fat in the body.

Keywords: Differences, Body Weight, 3-month injection contraception

Pendahuluan

Laju pertumbuhan penduduk Indonesia masih tinggi dan belum mencapai target, sedangkan Indonesia menduduki negara ke 5 dengan jumlah penduduk terbanyak. Faktor pendukung tersebut salah satunya adalah dari faktor fertilitas yang tinggi. Program yang sedang dijalankan oleh pemerintah Indonesia untuk menekan jumlah penduduk dan sebagai pelayanan kesehatan preventif dasar saat ini adalah dengan mencetuskan Program keluarga berencana (KB) selain untuk menekan angka kelahiran hal ini juga untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat sekaligus kesehatan bayi dan anak (Bappenas, 2010; BKKBN 2013; Suyati 2013). Program KB yang telah dicanangkan pemerintah merupakan satu dari sekian cara yang dilakukan untuk menekan angka kematian ibu karena 4 terlalu yaitu hamil sebelum usia 16 tahun, hamil dengan usia lebih dari 35 tahun, mempunyai anak 4 atau lebih, dan terlalu dekat jarak kehamilan antara kehamilan sebelumnya dan sekarang. Selain hal tersebut diatas upaya ini juga untuk mengatasi permasalahan kesehatan reproduksi sehingga terbentuk keluarga kecil yang berkualitas (Arum, dkk, 2009, Dinas jateng 2017).

Berbagai macam alat kontrasepsi dapat digunakan sesuai dengan kondisi dan kebutuhan pasien. Alat kontrasepsi hormonal seperti KB suntik 3 bulan adalah satu dari KB yang paling diminati, akan tetapi perlu pertimbangan khusus tentang efek samping yang ditimbulkan karena hal ini adalah salah satu alasan penghentian atau pengalihan alat kontrasepsi. Setiap metode kontrasepsi memiliki pengaruh, perubahan berat badan (BB) merupakan satu hal yang mencolok pada suntik 3 bulan hal ini dipengaruhi progesteron yang terkandung akan mempermudah seperti karbohidrat dan gula menjadi lemak (Saifuddin, 2006; Mayulu, N, Dkk, 2008; Purnamasari, 2009,).

Sebanyak 531.278 suami istri yang subur di Jawa Timur tahun 2009, dari sekian ribu sebanyak 302.809 mengalami kenaikan berat badan (BKKBN Jatim, 2010). Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di BPM Nova Fatmawati Desa Tertek Kabupaten Tulungagung yaitu: dari 15 peserta DMPA, yang BB naik dalam tahun pertama sejumlah 12 (80%) orang, sedangkan sisanya sejumlah 3 (20%) orang berat tetap stabil.

Penambahan tersebut sangat meresahkan karena pasien akan merasa tidak nyaman jika hasil timbangannya terus naik sehingga menimbulkan kegemukan. Berdasarkan fenomena tersebut bisa menjadi terhambatnya tujuan program KB (Nurwitasari, 2010).

Beberapa penelitian menjelaskan bahwa naiknya Berat badan berhubungan dengan pusat pengaturan nafsu makan yang ada di hipotalamus yang dikaitkan dengan kandungan DMPA (Purnamasari, D, 2009).

Keefektifan pemberian informasi melalui konseling individu sangat penting diberikan untuk mengantisipasi masalah yang berlebih. Pasien akan lebih bisa menerima dan mengatasi masalah jika terjadi efek samping. Diet rendah kalori dan olahraga rutin bisa sebagai alternatif solusi untuk menghindari akibat DMPA yang berlebih (Arum, dkk, 2009). Berdasarkan uraian diatas peneliti ingin melihat perbedaan BB yang terjadi selama penggunaan suntik sehingga bisa lebih memotivasi dan memberikan solusi bagi akseptor KB tersebut.

Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui selama menggunakan KB suntik 3 bulan terjadi perbedaan berat badan ibu sebelum dan sesudah KB di BPM Nova Fatmawati Desa Tertek Kabupaten Tulungagung Tahun 2018

Tinjauan Pustaka

1. Konsep KB Suntik 3 bulan

Kontrasepsi sebagai alat pelindung agar tidak terjadi kehamilan yang diakibatkan oleh pertemuan sel gamet di tuba falopii. Secara umum cara kerja kontrasepsi adalah sebagai penghalang dari proses konsepsi (Suzilawati, 2009). KB suntik 3 bulan diberikan melalui suntikan secara *Intra muscular*, komposisi yang terkandung didalamnya berisi 150 mg *Depo Medroxy Progesterone Acetate* (DMPA). Peran dan kerja DMPA didalam uterus ini adalah mencegah terjadinya ovulasi pada siklus menstruasi sehingga sel telur tidak matang, lendir yang ada di serviks akan lebih kental sehingga sulit untuk ditembus sperma, dinding-dinding rahim akan lebih tipis dan atrofi sehingga sulit terjadi implantasi apabila terjadi kehamilan, dan

mengganggu siklus menstruasi (Prawiroharjo, 2006; Haryani, D, dkk, 2010).

Pengaruh yang dapat ditimbulkan salah satunya adalah naiknya berat badan. Sebuah penelitian melaporkan pada tahun pertama akseptor bisa mengalami kenaikan sebesar 2,3 kg dan hal ini dapat meningkat hingga sekitar 7,5 kg sampai tahun keenam. Pertambahan ini akan lebih signifikan apabila tidak diikuti pengaturan pola makan dan olahraga yang cukup (Varney, 2007).

Informasi penting diberikan terkait efek samping yang bisa terjadi. Sehingga apabila terjadi pertambahan berat badan maka dapat dianjurkan diet rendah kalori. Apabila kenaikan sangat signifikan maka perlu dilakukan penghentian dan anjurkan memakai kontrasepsi yang lain.

2. Konsep Berat Badan

Untuk mengukur laju pertumbuhan fisik diperlukan pengukuran antropometri, perubahan yang singkat karena konsumsi makanan dan kesehatan dapat dilihat dari indikator Berat tubuh. Sehingga hal ini merupakan parameter yang baik yang bisa digunakan. Dikatakan Berat tubuh yang meningkat apabila dalam kurun waktu tertentu terjadi perbedaan hasil yang cenderung meningkat dari hasil sebelumnya (Supariasa, 2001; Suparyanto, 2011)

Beberapa faktor yang mempengaruhi seperti Umur, kejiwaan, hereditas, makanan dan lingkungan fisik (Binadiknakes (2001).

Metode Penelitian

Jenis penelitian *pre eksperimen* menggunakan rancangan *ex post facto*. Variabel penelitian ini tunggal berpasangan. Penelitian dilakukan pada bulan Maret 2018 dengan jumlah populasi sebanyak 50 responden di BPM Nova Fatmawati, Desa Tertek Kabupaten Tulungagung. Teknik pengambilan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu akseptor yang kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dan sesuai dengan kriteria inklusi sejumlah 30 responden. Instrument penelitian menggunakan lembar Observasi. Analisa data menggunakan *Wilcoxon signed test* yang penghitungannya menggunakan dimasukkan ke dalam SPSS.

Hasil Dan Pembahasan

a. Berat badan *Pra* Suntik 3 Bulan

Tabel 1. Hasil tabulasi berat badan sebelum menggunakan KB Suntik 3 Bulan

No	Berat Badan	Jumlah	Persentase
1	Turun	0	0
2	Tetap	30	100
3	Naik	0	0
	Jumlah	30	100

Dilihat dari hasil tabel 1 seluruh dari responden 30 (100%) mempunyai berat yang tetap.

Pengkategorian berat badan tetap pada responden digunakan sebagai penentuan berat awal, hal ini untuk mempermudah dalam mengukur atau menentukan perbedaan berat setelah menggunakan KB progestin selama pemakaian 1 tahun.

b. Berat badan *Post* Suntik 3 Bulan

Tabel 2 Hasil tabulasi berat badan sesudah menggunakan KB Suntik 3 Bulan

No.	Berat Badan	Jumlah	Persentase
1	Turun	0	0
2	Tetap	6	20
3	Naik	24	80
	Jumlah	30	100

Hasil tabel 2 menunjukkan hampir seluruhnya yaitu 24 (80%) terjadi kenaikan berat badan selama ber-KB.

Menurut Mansjoer (2003) beberapa hal dalam mempengaruhi perubahan berat badan pada pengguna KB, dimana hormon *progesteron* yang disuntikkan ke dalam tubuh dengan tujuan ber KB mempengaruhi kerja dari hipotalamus yang ada di otak sebagai salah satu pusat pengatur nafsu makan.

Fakta dan teori diatas menunjukkan bahwa penggunaan DMPA menyebabkan hampir seluruh responden penambahan berat berdasarkan penimbangan yang dilakukan. Faktor bertambahnya nafsu makan yang tinggi akan mengakibatkan

keadaan gizi responden menjadi lebih dan tersimpan dalam bentuk penumpukan lemak.

- c. Perbedaan berat badan sebelum dan sesudah memakai KB Suntik 3 Bulan.

Tabel 3. Hasil tabulasi perbedaan berat badan

No.	Berat Badan	Sebelum		Sesudah	
		Jumlah	%	Jumlah	%
1	Turun	0	0	0	0
2	Tetap	30	100	6	20
3	Naik	0	0	24	80
	Jumlah	30	100	30	100

Dilihat pada tabel 3 hampir seluruh dari responden 24 (80%) terjadi kenaikan yang signifikan pada berat tubuhnya sesudah melakukan KB suntik 3 bulan.

Berdasarkan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *Exact Sig.(2-tailed) = 0,001* sehingga H_0 ditolak, yang berarti ada perbedaan berat badan yang signifikan dimana perbedaan tersebut lebih pada kenaikan dibanding tetap atau menurun.

Suntik KB Progestin adalah memasukkan suatu sintesa *progestin* kedalam tubuh melalui suntikan tujuan ber KB dimana system kerjanya di dalam tubuh mirip *progesteron* asli, selang waktu pemberian suntikan ini setiap 90 hari atau sekitar 3 bulan sekali (Prawiroharjo, 2006).

Penunjang yang lain dari teori ini dikuatkan oleh hasil penelitian dari universitas kedokteran yang ada di negara Texas (*UTMB*) yang menyatakan adanya peningkatan lemak didalam tubuh wanita yang diteliti dalam 3 tahun pemakaian yaitu sekitar 3,4% dan rata-rata pertambahan berat badan sebanyak 5,5kg (Mansjoer, 2003).

Pengguna KB progestin beresiko mengalami kenaikan pada berat tubuhnya, hal ini bisa diminimalisir dengan pengaturan pola makan dan olah raga yang cukup. Apabila penambahan terlalu banyak maka perlu difikirkan alternative solusi kontrasepsi yang sesuai.

Kesimpulan

1. Data hasil penimbangan sebelum KB semua responden memiliki berat tetap.
2. Setelah melakukan suntik KB 3 bulan hampir semua responden mengalami kenaikan berat badannya

3. Setelah dilakukan uji didapatkan hasil yang berbeda antara sebelum dan sesudah melakukan suntik progestin 3 bulan.

Saran

Pentingnya pengetahuan bagi akseptor KB tentang efek samping KB yang dipakai atau dipilih sehingga akseptor KB lebih dapat lebih memahami dan siap menghadapi jika terjadi akibat yang ditimbulkan pada alat kontrasepsi.

Daftar Pustaka

- Arum. DNS dan Sujiyatini. 2009. *Panduan Lengkap Pelayanan KB Terkini*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press.
- Binadiknakes. 2001. *Pengaruh KB Suntik Terhadap Perubahan Berat Badan*. Edisi No 17.
- BKKBN Jawa Timur. 2010. *Profil Kesehatan Jawa Timur*. Surabaya: Dinkes
- BKKBN. Pemantauan pasangan usia subur melalui mini survei indonesia. Jakarta. BKKBN. 2013.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. 2017. *Profil Kesehatan Jawa tengah Tahun 2017*. Diakses http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI_2017/13_Jateng_2017.pdf
- Hartanto, Hanafi.. 2004. *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Bina Harapan.
- Haryani, D,D, Santjaka, A, Sumarni. Pengaruh frekuensi kontrasepsi suntik DMPA terhadap kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik DMPA. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 1(1): 59–72. 2010
- Mayulu, N, Kawengian, S, Hasan, M. Hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan obesitas pada wanita usia subur (WUS) di Puskesmas Wawonas Kecamatan Singkil Manado. [Skripsi]. Manado: Universitas Sam Ratulangi. 2008
- Mansjoer. 2003. *Pengaruh KB Suntik terhadap Perubahan Berat Badan*. http://mutupelayananseorangbidan.blogspot.com/2011/02_01archive
- Nurwitasari, Dyah. 2010. *Perbedaan antara penggunaan KB suntik dan KB pil dengan peningkatan berat badan*. digilib.unimus.ac.id.

- Prawirohardjo, Sarwono. 2006. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi Edisi 2*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Purnamasari, D. Hubungan lama pemakaian KB suntik depo medroxyprogesterone asetat (DMPA) dengan perubahan berat badan di BPS (Bidan praktek swasta) "Yossi Trihana" Jogonalan Klaten. [Skripsi]. Surakarta: Universitas Sebelas Maret. 2009. 7.
- Saifuddin, AB. 2006. *Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Supariasa, I.D.N. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Suparyanto. 2011. *Keluarga Berencana (KB) Dan Alat Kontrasepsi Suntik*. suparyanto.web.id.
- Suyati. Hubungan jenis kontrasepsi suntik dengan perubahan berat badan. *Jurnal Edu Health*, 3(2): 84 – 88. 2013
- Varney. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan edisi 4*. Jakarta: EGC.