



**HUBUNGAN LAMA PEMAKAIAN ALAT KONTRASEPSI HORMONAL
DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI DAN PENINGKATAN BERAT
BADAN PADA WANITA USIA SUBUR DI PMB WIWIT SETIYORINI DESA
VARIA AGUNG LAMPUNG TENGAH TAHUN 2019**

Psiari Kusuma Wardani¹, Hikmah Ifayanti², Shinta Dwipa Nurrofiqoh³
^{1,2,3}Prodi DIII Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu
E-mail: psiarikusumawardani@gmail.com

ABSTRAK

Kontrasepsi hormonal yang banyak digunakan adalah KB suntik sehingga penggunaan mengalami efek samping seperti gangguan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan. Kekurangan dari kontrasepsi suntik adalah terganggunya pola haid di antaranya adalah amenorrhea, menoragia dan muncul bercak (*spotting*), terlambatnya kembali kesuburan, peningkatan berat badan (Saifuddin, 2009). Penyebab pertambahan berat badan tidak jelas Hipotesa para ahli DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hypothalamus, yang menyebabkan akseptor makan lebih daripada biasanya (Hartanto, 2009). Tujuan penelitian mengetahui hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan pada wanita usia subur di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah tahun 2019. Jenis penelitian *kuantitatif* dan desain pendekatan *cross sectional*. Objek penelitian ini adalah lama penggunaan KB hormonal, siklus menstruasi, dan peningkatan berat badan. Subjek penelitian adalah akseptor KB hormonal dengan populasi 421 WUS. Penghitingan Besar sampel menggunakan rumus Slovin didapatkan 81 responden dan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Jenis data digunakan data primer. Analisis data univariat dan bivariat menggunakan *uji chi square*. Hasil uji statistik bivariat didapatkan Ada hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan pada wanita usia subur dengan nilai $p - value = 0,003$ dan nilai $p - value = 0,011$. Saran untuk responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal yang mengandung hormon estrogen dan progesterone sebaiknya membiasakan mengatur pola makan yang seimbang yang sesuai dengan kebutuhan dan tidak menggunakan obat-obatan penurun berat badan, serta melakukan olah raga secara teratur dan rutin agar membantu berat badan tetap ideal.

KataKunci: Alat kontrasepsi hormonal. Gangguan siklus menstruasi, peningkatan berat badan

1. PENDAHULUAN

Masalah kependudukan di dunia ditandai dengan laju pertumbuhan penduduk yang tinggi pada tahun 2013 populasi penduduk dunia mencapai 6,5 milyar jiwa (Biro sensus Amerika Serikat, 2013). Jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2017 sebanyak 261,890.872 jiwa, sedangkan di Propinsi Lampung sebanyak 8.289.557 jiwa (Kemenkes RI, 2017).

Laju pertumbuhan penduduk ditentukan oleh tingkat kelahiran dan kematian, masing – masing menunjukkan jumlah kelahiran hidup dan jumlah kematian per 1000 penduduk pertahun. Untuk menekan jumlah penduduk pemerintah telah mencanangkan untuk pasangan usia subur untuk menjadi anggota keluarga berencana (KB), Program KB menunjukkan perkembangan pesat yang bertujuan menjarangkan kelahiran, meningkatkan kesejahteraan serta meningkatkan kesehatan ibu dan anak (Sulistiyawati, 2011).

Data Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) di Indonesia pada Tahun 2015, menunjukkan jumlah KB aktif pada wanita usia subur sebesar 61,9% dari jumlah penduduk Indonesia dan jumlah akseptor KB yang melakukan kunjungan ulang dan diberi alat kontrasepsi sesuai dengan metode kontrasepsi dengan rincian KB pil sebesar 60%, akseptor suntik sebesar 37,24%, dan implant sebesar 2,76%. Pada tahun 2016 peserta KB Pil sebesar 59,98%, suntikan sebesar 37,45%, dan implant sebanyak 2,57% (BKKBN Indonesia, 2016). BKKBN Provinsi Lampung, pada tahun 2015 dari seluruh penduduk wanita usia subur pengguna akseptor KB suntik 24,6% pil 7,14%, dan implant 3,63% (BKKBN 2015). Tahun 2016 dari seluruh penduduk wanita usia subur pengguna akseptor KB suntik mencapai 26,52%, pil 7,02% , implant 0,16% (BKKBN, 2016).

Metode kontrasepsi hormonal pada dasarnya dibagi menjadi 2 yaitu kombinasi (mengandung hormon progesteron dan estrogen sintetis) dan yang hanya berisi progesteron saja. Kontrasepsi hormonal kombinasi terdapat pada pil dan suntikan/injeksi. Sedangkan kontrasepsi hormone yang berisi progesteron terdapat pada pil, suntik dan *implant* (Handayani, 2010).

Kontrasepsi hormonal yang banyak digunakan adalah KB suntik sehingga

penggunaan mengalami efek samping yang paling sering misalnya gangguan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan. Kekurangan dari kontrasepsi suntik adalah terganggunya pola haid di antaranya adalah amenorrhea, menoragia dan muncul bercak (*spotting*), terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian, peningkatan berat badan (Saifuddin, 2009). Penyebab penambahan berat badan tidak jelas. Hipotesa para ahli DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hypothalamus, yang menyebabkan akseptor makan lebih daripada biasanya (Hartanto, 2009)

Dampak gangguan siklus menstruasi dapat menimbulkan resiko patologis apabila dihubungkan dengan banyaknya pengeluaran darah, mengganggu aktivitas sehari-hari, adanya indikasi *inkompatibel* ovarium pada saat konsepsi atau adanya tanda-tanda kanker. (Kusmiran, 2013). Dampak peningkatan berat badan dapat menimbulkan menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas yang berkaitan dengan kemampuan kerja fisik dan perubahan siklus ovulasi (Uswatun, 2016)

Data yang didapatkan BKKBN Kabupaten Lampung Tengah, pada tahun 2015 jumlah penduduk mencapai jumlah akseptor KB suntik 26,23%, Pil 4,32%, Implant 1,16% (BKKBN Lampung Tengah, 2015). Tahun 2016 jumlah akseptor KB suntik sebanyak 49,78%, PIL 4,52%, dan Implant 1,29% (BKKBN Lampung Tengah, 2016). Jumlah akseptor KB penduduk Kecamatan Seputih Mataram dengan rincian KB suntik sebesar 64,27%, Pil sebesar 24,91%, dan implant sebesar 3,68% (Data Cakupan Penggunaan Kontrasepsi Puskesmas Seputih Mataram Kabupaten Lampung Tengah, 2016).

Data presurvey yang dilakukan peneliti pada tanggal 20 Oktober 2018 didapatkan 526 akseptor KB PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah tahun 2017 yaitu KB suntik tiga bulan sebesar 42,02% akseptor KB, KB suntik satu bulan sebesar 10,08% akseptor KB, implant sebesar 16,92% akseptor KB, dan Pil sebesar 136 (25,85 %) akseptor KB. Sedangkan pada bulan Januari hingga September tahun 2018 terdapat 421 akseptor KB yaitu KB suntik tiga bulan sebesar 35,55% akseptor KB, KB suntik satu bulan sebesar 11,03% akseptor

KB, implant sebesar 12,74% akseptor KB, dan Pil sebesar 20,72% akseptor KB. Peneliti mewawancarai akseptor KB suntik sebanyak 20 responden didapatkan 85% akseptor KB suntik mengalami gangguan siklus menstruasi yaitu lebih dari 35 hari dan 15% akseptor KB suntik tidak mengalami gangguan siklus menstruasi. Serta yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 70% akseptor KB dan 30% akseptor KB tidak mengalami peningkatan berat badan (Data Pengguna KB PMB Wiwit Setiyorini, 2018).

Uraian diatas peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian tentang” Hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan pada wanita usia subur di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah tahun 2019”.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian *kuantitatif* dengan menggunakan pendekatan *analitik cross sectional* dengan tujuan penelitian Diketahui hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan pada wanita usia subur di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung. Subjek penelitian adalah akseptor KB dan objek penelitian adalah lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal, gangguan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan. Penelitian dilaksanakan di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah dan waktu penelitian bulan Februari Tahun 2019. Analisa data menggunakan *Chi Square*

3. HASIL PENELITIAN

Univariat

Lama Penggunaan KB hormonal

No	Lama Penggunaan KB hormonal	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Lama	42	51,9
2.	Baru	39	48,1
Jumlah		81	100

Gangguan Siklus Menstruasi

No	Gangguan Siklus Menstruasi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Tidak Normal	50	61,7
2.	Normal	31	38,3
Jumlah		81	100

Peningkatan Berat Badan

No	Peningkatan Berat Badan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Tidak Normal	44	54,3
2.	Normal	37	45,7
Jumlah		81	100

Bivariat

Hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi

Lama Penggunaan KB Hormonal	Siklus Menstruasi				Jumlah		P-Value dan OR
	Tidak Normal		Normal		N	%	
	N	%	N	%			
Lama	33	78,6	9	21,4	42	100	0,003
Baru	17	43,6	22	56,4	38	100	
Jumlah	50	61,7	31	38,3	81	100	

Hasil penelitian dari 42 responden yang menggunakan KB hormonal selama lebih dari satu tahun didapatkan 33 (78,6%) WUS yang mengalami siklus menstruasi tidak normal (<21/ >35 hari) dan 9 (21,4%) responden yang mengalami siklus menstruasi normal (21-35 hari). Sedangkan dari 38 responden yang menggunakan KB hormonal kurang dari sama dengan satu tahun didapatkan 17 (43,6%) WUS yang mengalami siklus menstruasi tidak normal (<21/ >35 hari) dan 22 (56,4%) responden yang mengalami siklus menstruasi normal (21-35 hari).

Hasil uji statistik diperoleh nilai P - value = 0,003 artinya Ho ditolak sehingga

disimpulkan ada hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi pada wanita usia subur di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah tahun 2019. Dari hasil analisis diperoleh nilai OR = 4,745 artinya responden yang menggunakan KB hormonal lebih dari satu tahun mempunyai resiko terjadinya gangguan siklus menstruasi sebesar 4,745 kali dibandingkan responden yang menggunakan KB hormonal selama kurang dari sama dengan satu tahun.

Hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan

Lama Penggunaan KB Hormonal	Peningkatan Berat Badan				Jumlah		P-Value dan OR
	Tidak Normal		Normal				
	N	%	N	%	N	%	
Lama	29	69	13	31	42	100	0,011 3,569
Baru	15	38,5	24	61,5	38	100	
Jumlah	44	54,3	37	45,7	81	100	

Hasil penelitian dari 42 responden yang menggunakan KB hormonal selama lebih dari satu tahun didapatkan 29 (69%) WUS yang mengalami peningkatan berat badan tidak normal (> 5 kg) dan 13 (31%) responden yang peningkatan berat badan normal (1 - 5 kg). Sedangkan dari 38 responden yang menggunakan KB hormonal kurang dari sama dengan satu tahun didapatkan 15 (38,5%) WUS yang mengalami peningkatan berat badan tidak normal (> 5 kg) dan 24 (61,5%) responden yang peningkatan berat badan normal (1 - 5 kg).

Hasil uji statistik diperoleh nilai P - value = 0,011 artinya Ho ditolak sehingga disimpulkan ada hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan pada wanita usia subur di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah tahun 2019. Dari hasil analisis diperoleh nilai OR = 3,569 artinya responden yang menggunakan KB hormonal lebih dari satu tahun mempunyai resiko terjadinya peningkatan berat badan sebesar 3,569 kali dibandingkan responden yang menggunakan KB hormonal selama kurang dari sama dengan satu tahun.

4. PEMBAHASAN

Univariat

Lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal

Berdasarkan tabel univariat diketahui dari 81 responden wanita usia subur yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah Tahun 2019 dalam waktu lebih dari satu tahun (lama) sebanyak 42 (51,9%) responden dan wanita usia subur yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal kurang dari sama dengan satu tahun sebanyak 39 (41,8%) responden.

Metode kontrasepsi hormonal pada dasarnya dibagi menjadi 2 yaitu kombinasi (mengandung hormon progesteron dan *Estrogen* sintetik) dan yang hanya berisi progesteron saja. Kontrasepsi hormonal kombinasi terdapat pada pil dan suntikan/injeksi. Sedangkan kontrasepsi hormon yang berisi progesteron terdapat pada pil, suntik dan implant (Handayani, 2010).

Selama siklus tanpa kehamilan, kadar *Estrogen* dan progesteron bervariasi dari hari ke hari. Bila salah satu hormon mencapai puncaknya, suatu mekanisme umpan balik menyebabkan mula-mula hipotalamus kemudian kelenjar *hypophyse* mengirimkan isyarat-isyarat kepada ovarium untuk mengurangi sekresi dari hormon tersebut dan menambah sekresi dari hormon lainnya. Bila terjadi kehamilan, maka *Estrogen* dan progesteron akan tetap dibuat bahkan dalam jumlah lebih banyak tetapi tanpa adanya puncak-puncak siklus, sehingga akan mencegah ovulasi selanjutnya. *Estrogen* bekerja secara primer untuk membantu pengaturan hormon *realising factors of hipotalamus*, membantu pertumbuhan dan pematangan dari ovum di dalam ovarium dan merangsang perkembangan

endometrium. Progesteron bekerja secara primer menekan atau depresi dan melawan isyarat-isyarat dari hipotalamus dan mencegah pelepasan ovum yang terlalu dini atau prematur dari ovarium, serta juga merangsang perkembangan dari endometrium (Hartanto, 2009).

Sejalan dengan penelitian Jannati, (2015) tentang hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi suntikan dengan gangguan siklus menstruasi pada akseptor KB di Puskesmas Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar Tahun 2015 dengan metodologi penelitian ini bersifat *analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*, dengan populasi yang berjumlah 121 orang. Sampel diambil menggunakan rumus lameshow mendapatkan sebanyak 92 sampel. Hasil Penelitian : Diperoleh hasil bahwa yang jumlah aseptor KB di Puskesmas Peukan Bada Bada Sebanyak 92 orang, yang lama pemakaian alat kontrasepsi satu tahun sebanyak 52 orang (56,5%), dari 92 responden yang terganggu siklus menstruasi yaitu sebanyak 57 responden (62%), dan dari analisa yang lamanya pemakaian kontrasepsi suntikan satu tahun yaitu sebanyak 28 responden (53,8%) tidak terganggu siklus menstruasi.

Peneliti menyimpulkan hasil penelitian ini didapatkan penggunaan KB hormonal dalam jangka waktu lama (> 1 tahun) lebih banyak dibandingkan dengan akseptor KB hormonal dalam waktu kurang dari satu tahun. Peneliti berpendapat akseptor KB lebih senang menggunakan KB hormonal dengan jenis suntik dibandingkan dengan metode kontrasepsi non hormonal dikarenakan mudah didapatkan dibidan, harga terjangkau, dan lebih dipercaya dalam mencegah kehamilan. Saran kepada pengguna KB hormonal lebih dari satu tahun untuk mencari informasi tentang efek dari penggunaan kontrasepsi KB hormonal serta mengalihkan penggunaan kontrasepsi

hormonal dengan metode non hormonal seperti kondom, implant dan MOW. Saran kepada tenaga kesehatan memberikan penyuluhan tentang metode kontrasepsi lain selain KB hormonal khususnya non hormonal agar masyarakat tidak hanya memilih KB hormonal melainkan dapat mengetahui metode kontrasepsi apa yang cocok bagi masyarakat selain KB hormonal.

Gangguan siklus menstruasi

Berdasarkan tabel univariat diketahui dari 81 responden wanita usia subur yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah Tahun 2019 yang mengalami siklus menstruasi tidak normal (siklus menstruasi < 21 / > 35 hari) sebanyak 50 (61,7%) responden dan wanita usia subur yang mengalami siklus menstruasi normal (siklus menstruasi 21-35 hari) sebanyak 31 (38,3%) responden.

Siklus menstruasi merupakan jarak antara tanggal mulainya haid yang lalu dan mulainya haid berikut yang berlangsung dengan pola tertentu setiap bulan. Siklus menstruasi dikatakan teratur apabila berlangsung selama 21-35 hari dan dikatakan tidak teratur apabila berlangsung <21 hari atau >35 hari (Nurgoho, 2012). Banyak penyebab kenapa siklus menstruasi menjadi panjang atau pendek. Hal ini disebabkan. Fungsi hormon terganggu (menstruasi terkait erat dengan sistem hormon yang diatur di otak, tepatnya di kelenjar hipofisa. Sistem hormonal ini akan mengirim sinyal ke indung telur untuk memproduksi sel telur, bila sistem pengaturan ini terganggu, otomatis siklus menstruasi pun akan terganggu), kelainan sistemik, stress, dan kelenjar Gondok. (Atikah, 2009).

Sejalan dengan penelitian Hidayatun, (2017) yang berjudul hubungan lama penggunaan kb suntik *progestin* dengan kejadian gangguan

siklus menstruasi pada akseptor KB suntik *progestin* di BPM Widyawati Bantul menggunakan metode *survey analitik* dengan studi dokumentasi. Sampel penelitian 130 responden dengan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan format pengambilan data dan analisis data yang digunakan adalah *Chi-Square*. Hasil analisis data didapatkan penggunaan KB suntik > 1 tahun sebanyak 80 (61,5%) dan ≤ 1 tahun sebanyak 50 (38,5%). Serta yang mengalami gangguan siklus menstruasi tidak normal sebanyak 77 (59,2%) dan tidak mengalami gangguan siklus menstruasi sebanyak 53 (40,8%).

Peneliti menyimpulkan akseptor KB yang mengalami gangguan siklus menstruasi lebih banyak dibandingkan yang mengalami tidak gangguan siklus menstruasi. Peneliti berpendapat bahwa hasil penelitian ini dipengaruhi adanya penumpukan hormone yang disebabkan penggunaan KB sehingga fungsi hormone terganggu sehingga sistem pengaturan pengiriman sinyal ke indung telur untuk memproduksi sel telur terganggu, otomatis siklus menstruasi pun akan terganggu. Saran kepada akseptor KB yang mengalami gangguan siklus menstruasi yaitu kurang dari 21 hari ataupun lebih dari 35 hari untuk berkonsultasi kepada tenaga kesehatan (bidan ataupun dokter) untuk mengatasi masalah gangguan siklus menstruasi. Saran kepada tenaga kesehatan diharapkan dapat lebih meningkatkan pelayanan KB khususnya dalam hal konseling efek samping yang akan timbul, sebelum membantu menentukan pilihan kontrasepsi kepada akseptor KB.

Peningkatan berat badan

Berdasarkan tabel univariat diketahui dari 81 responden wanita usia subur yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah Tahun 2019 yang mengalami

peningkatan berat badan tidak normal (lebih dari 5 kg) sebanyak 44 (54,3%) responden dan wanita usia subur yang mengalami peningkatan berat badan normal (1-5 kg) sebanyak 37 (45,7%) responden.

Pemakaian kontrasepsi suntik baik kontrasepsi suntik bulanan maupun tribulanan mempunyai efek samping utama 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 progesteron dirubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Hartanto, 2009).

Sejalan dengan penelitian Darmawati tahun 2012 yang berjudul hubungan lama penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi hormonal di Desa Batoh Tahun 2012 Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan. Penelitian ini merupakan *deskriptif kolerasional* dengan desain *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel 54 responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan penimbangan berat badan. Hasil univariat lama penggunaan hormonal lebih dari satu tahun sebanyak 38 (67,9%) responden dan kenaikan berat badan sebanyak 46 (85,2%).

Peneliti menyimpulkan akseptor KB yang mengalami peningkatan berat badan dalam kategori > 5 kg lebih banyak dibandingkan yang mengalami

peningkatan berat badan 1 - 5 kg . Peneliti berpendapat bahwa hasil penelitian ini dipengaruhi penggunaan KB hormonal yang menyebabkan peningkatan nafsu makan dan penumpukan lemak yang disebabkan adanya hormone estrogen dan progesterone yang merangsang hipotalamus serta makanan yang banyak mengandung gula terlalu banyak tidak hanya dijadikan energi juga disimpan oleh tubuh berupa lemak sehingga terjadi peningkatan berat badan.

Bivariat

Hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi

Berdasarkan tabel bivariat diketahui hasil uji statistik diperoleh nilai P - value = 0,003 artinya H_0 ditolak sehingga disimpulkan ada hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi pada wanita usia subur di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah tahun 2019. Dari hasil analisis diperoleh nilai OR = 4,745 artinya responden yang menggunakan KB hormonal lebih dari satu tahun mempunyai resiko terjadinya gangguan siklus menstruasi sebesar 4,745 kali dibandingkan responden yang menggunakan KB hormonal selama kurang dari sama dengan satu tahun.

Adapun efek samping akibat kelebihan hormon *Estrogen*, efek samping yang sering terjadi yaitu rasa mual, retensi cairan, sakit kepala, nyeri pada payudara, dan fluor albus atau keputihan. Rasa mual kadang-kadang disertai muntah, diare, dan rasa perut kembung. Retensi cairan disebabkan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium, dan dapat meningkatkan berat badan. Sakit kepala disebabkan oleh retensi cairan. Kepada penderita

pemberian garam perlu dikurangi dan dapat diberikan diuretik. Kadang - kadang efek samping demikian mengganggu akseptor, sehingga hendak menghentikan kontrasepsi hormonal tersebut. Dalam kondisi tersebut, akseptor dianjurkan untuk melanjutkan kontrasepsi hormonal dengan kandungan hormon *Estrogen* yang lebih rendah. Selain efek samping kelebihan hormon *Estrogen*, hormon progesteron juga memiliki efek samping jika dalam dosis yang berlebihan dapat menyebabkan perdarahan tidak teratur, bertambahnya nafsu makan disertai bertambahnya berat badan, acne (jerawat), alopecia, kadang-kadang payudara mengecil, fluor albus (keputihan), *Hipomenorea*. Fluor albus yang kadang-kadang ditemukan pada kontrasepsi hormonal dengan progesteron dalam dosis tinggi, disebabkan oleh meningkatnya infeksi dengan candida albicans (Wiknjastro, 2009).

Sejalan dengan penelitian Jannati, (2015) tentang hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi suntikan dengan gangguan siklus menstruasi pada akseptor KB di Puskesmas Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar Tahun 2015 dengan metodologi penelitian ini bersifat *analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*, dengan populasi yang berjumlah 121 orang. Sampel diambil menggunakan rumus lameshow mendapatkan sebanyak 92 sampel. Hasil Penelitian Terdapat hubungan antara lama pemakaian alat kontrasepsi suntikan dengan gangguan siklus menstruasi di Puskesmas Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar Tahun 2015 nilai P value = 0,001 ($p < 0.05$).

Hasil penelitian ini disimpulkan ada hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi pada wanita usia subur di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah tahun 2019 dikarenakan adanya peningkatan hormon yang disebabkan penggunaan

KB hormonal dalam jangka waktu yang lama (> 1 tahun) sehingga lendir servik mengental pada akseptor KB menyebabkan penebalan dinding rahim sehingga menghentikan daya tembus sperma, mengubah endometrium menjadi tidak cocok untuk implantasi, dan mengurangi fungsi tuba falopi. Penggunaan KB suntik dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kegemukan sehingga mengalami gangguan sistemik metabolik karena sistem metabolisme dalam tubuhnya tidak bekerja dengan baik. Saran kepada pengguna KB suntik lebih dari satu tahun untuk mencari informasi tentang efek dari penggunaan kontrasepsi KB suntik serta mengalihkan penggunaan kontrasepsi dengan metode lain seperti kondom, implant dan MOW. Menyarankan kepada keluarga akseptor KB untuk mendukung akseptor KB dalam penggunaan kontrasepsi jangka panjang agar meningkatkan kesejahteraan keluarga karena dukungan keluarga dapat memperkuat setiap individu, menciptakan kekuatan keluarga, memperbesar penghargaan terhadap diri sendiri, mempunyai potensi sebagai strategi pencegahan yang utama bagi seluruh keluarga dalam upaya menjaga kesehatan keluarganya. Saran kepada tenaga kesehatan diharapkan dapat lebih meningkatkan pelayanan KB khususnya dalam hal konseling efek samping yang akan timbul, sebelum membantu menentukan pilihan kontrasepsi kepada akseptor KB.

Hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan

Berdasarkan tabel bivariat diketahui hasil uji statistik diperoleh nilai P - value = 0,011 artinya H_0 ditolak sehingga disimpulkan ada hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan pada wanita usia subur di PMB Wiwit

Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah tahun 2019. Dari hasil analisis diperoleh nilai $OR = 3,569$ artinya responden yang menggunakan KB hormonal lebih dari satu tahun mempunyai resiko terjadinya peningkatan berat badan sebesar 3,569 kali dibandingkan responden yang menggunakan KB hormonal selama kurang dari sama dengan satu tahun.

Hipotesa para ahli, DMPA merangsang pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus, yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari pada biasanya. Umumnya penambahan berat badan DMPA tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama. Penyebab penambahan berat badan tidak jelas. Tampaknya terjadi karena bertambahnya lemak tubuh bukan karena retensi cairan tubuh (Hartanto, 2009).

Sejalan dengan penelitian Darmawati tahun 2012 yang berjudul hubungan lama penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi hormonal di Desa Batoh Tahun 2012 Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan. Penelitian ini merupakan *deskriptif kolerasional* dengan desain *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel 54 responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan penimbangan berat badan. Hasil analisa data dengan menggunakan uji *Chi Square* didapatkan bahwa ada hubungan antara penggunaan kontrasepsi suntikan dengan kenaikan berat badan (p -value = 0,000) dan ada hubungan antara penggunaan kontrasepsi pil/implant dengan kenaikan berat badan (p -value = 0,006).

Hasil penelitian ini disimpulkan ada hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan pada wanita usia subur di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah tahun 2019 dikarenakan penggunaan KB hormonal lebih dari satu tahun akan menyebabkan penumpukan hormone estrogen dan progesterone dalam tubuh yang mempengaruhi hipotalamus dalam meningkatkan nafsu makan. Bagi wanita usia subur yang menggunakan KB hormonal yang tidak mengalami peningkatan berat badan disebabkan tingginya aktifitas fisik akseptor KB hormonal dalam pekerjaan yang dijalannya seperti berkebun dan petani sehingga membutuhkan tenaga serta energy dalam tubuh sehingga tidak terjadi penumpukan lemak dalam tubuh. Saran untuk responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal yang mengandung hormon estrogen dan progesterone sebaiknya membiasakan mengatur pola makan pola makan yang seimbang yang sesuai dengan kebutuhan dan tidak menggunakan obat-obatan penurun baret badan, serta melakukan olah raga secara teratur dan rutin agar membantu berat badan tetap ideal.

5. SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Distribusi frekuensi lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal wanita usia subur dalam waktu lebih dari satu tahun (lama) sebanyak 42 (51,9%) responden, gangguan siklus menstruasi tidak normal (siklus menstruasi < 21 / > 35 hari) sebanyak 50 (61,7%) responden, dan peningkatan berat badan tidak normal (lebih dari 5 kg) sebanyak 44 (54,3%) responden. Hasil uji statistik didapatkan nilai p – value gangguan siklus menstruasi = 0,003 ;OR = 4,745 dan nilai p – value peningkatan berat badan = 0,011 dan OR = 3,569 yang berarti ada hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi pada wanita usia subur

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh dari hasil analisis dapat, maka dapat penulis sarankan sebagai berikut:

1. **Bagi Responden (Wanita Usia Subur) :** Diharapkan kepada pengguna KB hormonal lebih dari satu tahun untuk mencari informasi tentang efek dari penggunaan kontrasepsi KB hormonal serta mengalihkan penggunaan kontrasepsi dengan metode lain seperti kondom, implant dan MOW. Serta sebaiknya membiasakan mengatur pola makan pola makan yang seimbang yang sesuai dengan kebutuhan dan tidak menggunakan obat-obatan penurun baret badan, serta melakukan olah raga secara teratur dan rutin agar membantu berat badan tetap ideal.
2. **Bagi PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah :** Diharapkan kepada tenaga kesehatan dapat lebih meningkatkan pelayanan KB khususnya dalam hal konseling efek samping yang akan timbul, sebelum membantu menentukan pilihan kontrasepsi kepada akseptor KB. Dan juga dapat dijadikan bahan masukan dalam rangka meningkatkan pelayanan terutama pelayanan dalam penggunaan akseptor KB baik itu suntikan maupun penggunaan KB lainnya.
3. **Universitas Aisyah Pringsewu :** Diharapkan dapat menambah bahan kepustakaan atau referensi maupun dalam rangka proses pembelajaran khususnya kebidanan tentang hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan pada wanita usia subur dan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya. Khususnya program studi kebidanan diharapkan dalam kegiatan praktek klinik bidan dapat membimbing mahasisiwi dalam memberikan informasi tentang dampak lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal.

4. **Peneliti Selanjutnya** : Diharapkan dapat menambah bahan kepustakaan atau referensi dalam rangka melakukan penelitian yang khususnya tentang hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan pada wanita usia subur dan melakukan penelitian kualitatif tentang hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan pada wanita usia subur sehingga ditempat yang sama agar dapat mendukung serta mempertegas dari hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2009. *Prosedur Penelitian Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi VI. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2010. *Sikap Manusia Teori Dan Pengukurannya*. 2010. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- BKKBN, 2014. *Hasil pelaksanaan sub system pencatatan dan pelaporan pelayanan kontrasepsi*. Jakarta: BKKBN
- BKKBN, 2015. *Hasil pelaksanaan sub system pencatatan dan pelaporan pelayanan kontrasepsi*. Jakarta: BKKBN
- BKKBN Lampung Tengah, 2014. *Hasil pelaksanaan sub system pencatatan dan pelaporan pelayanan kontrasepsi*. Jakarta: Lampung Tengah
- Handayani S. 2010. *Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Hanafi, Hartanto. 2009. *Keluarga Berencana dan kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan
- Kumalasari I dan Andhyantoro I. 2012. *Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Kusmiran, E. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta Selatan : Salemba Media.
- Mansjoer, 2009, *Kapita Selekta Kedokteran*. Jakarta : EGC
- Manuaba. (2010). *Ilmu kebidanan, penyakit kandungan dan KB untuk pendidikan bidan edisi 2*. Jakarta: EGC
- Notoatmodjo. 2010. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2009. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka
- Proverawati atikah. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Puskesmas Seputih Mataram Kabupaten Lampung Tengah, 2015. *Data Cakupan Penggunaan Kontrasepsi Puskesmas Seputih Mataram Kabupaten Lampung Tengah 2015*.
- SDKI, 2013. *Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI)* .www.kasdu.com diakses pada tanggal 23 Februari 2016
- Soetjningsih, 2009. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahan*. CV Alfa Beta Bandung
- Sulistiyawati, Ari, 2011. *Pelayanan keluarga berencana*. Jakarta: Salemba Medika
- Wawan dan Dewi, 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku*. Yogyakarta: Nuha Medika