

**PENGGUNAAN ALAT KONTRASEPSI SUNTIK DAN PIL
TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN
PADA IBU PASANGAN USIA SUBUR
(Di Dusun Gender Desa Karanganom Kec. Kauman Kab. Tulungagung)**

Farida

Program Studi Ilmu Keperawatan
STIKes Utama Abdi Husada Tulungagung
poprimf@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan alat kontrasepsi merupakan salah satu cara untuk mengendalikan ledakan penduduk. Namun fenomena yang terjadi di masyarakat banyak yang mengeluh mengalami peningkatan berat badan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan alat kontrasepsi suntik dan pil terhadap peningkatan berat badan pada ibu pasangan usia subur di Dusun Gender Desa Karanganom Kecamatan Kauman Kabupaten Tulungagung. Desain penelitian ini cross sectional dengan pendekatan retrospektif. Populasinya adalah semua ibu pasangan usia subur di Dusun Gender Desa Karanganom Kecamatan Kauman Kabupaten Tulungagung sebanyak 543 orang dengan menggunakan tehnik *quota sampling* didapatkan sampel sebanyak 30 responden. Data dikumpulkan dengan melakukan observasi penimbangan berat badan suntik dan pil kemudian diolah dengan editing, coding, scoring dan tabulating, dan di Uji menggunakan independen t test dengan tingkat kesalahan (α) 0,05. Hasil penelitian didapatkan rata-rata peningkatan berat badan ibu yang menggunakan alat kontrasepsi suntik yaitu 3,20. Sedangkan rata-rata peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi pil yaitu 3,27, dengan *p-value* 0,918. Disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh penggunaan alat kontrasepsi suntik dan pil terhadap peningkatan berat badan Ibu Pasangan Usia Subur Di Dusun Gender Desa Karanganom Kecamatan Kauman Kabupaten Tulungagung, karena sama-sama menggunakan alat kontrasepsi hormonal yang mengandung progesteron, dan peningkatan berat badan tidak disebabkan secara langsung oleh hormon tersebut.

Kata Kunci : Alat Kontrasepsi Suntik dan Pil, Berat Badan.

ABSTRACT

The use of contraception is one way to control the population explosion. But the phenomenon that occurs in many people who complain of weight gain. The purpose of this study was to determine the effect of contraceptive use and pill on weight gain in mothers of fertile age couples in Gender Hamlet Village Karanganom Village Kauman Subdistrict Tulungagung District. This research design is cross sectional with retrospective approach. The population is all mothers of fertile age couples in Gender Village Karanganom Village District Kauman Tulungagung regency as many as 543 people using the technique of quota sampling obtained a sample of 30 respondents. Data were collected by weighted weighing observation and pills then processed with editing, coding, scoring and tabulating, and in the test using independent t test with error rate (α) 0.05. The result of the research shows that the average of mother's weight gain using injection contraception is 3.20. While the average weight gain of mother pill contraceptive device users is 3.27, with p-value 0.918. It was concluded that there was no substitute for the use of injectable contraceptive and pill to increase the weight of Mother Age Couple in Gender Hamlet Village Karanganom Village Kauman Subdistrict Tulungagung District, because both use hormonal contraceptives containing progesterone, and weight gain is not caused directly by the hormone.

Keywords: Contraceptive Injection and pills, Weight Loss.

PENDAHULUAN

Kontrasepsi berasal dari kata kontra “melawan” atau “mencegah” dan konsepsi adalah pertemuan antar sel yang matang dengan sperma yang mengakibatkan kehamilan. Maksud dari konsepsi adalah menghindari/mencegah terjadinya kehamilan sebagai akibat pertemuan antar sel telur yang matang dengan sel sperma. Untuk itu, maka yang membutuhkan konsepsi adalah pasangan yang aktif melakukan hubungan intim/seks dan keduanya memiliki kesuburan normal namun tidak menghendaki kehamilan (suratun,2008).

Saat ini tersedia banyak sekali metode atau alat kontrasepsi meliputi: IUD, suntik, pil, implant, kontap, kondom. Alat kontrasepsi suntik dan pil merupakan alat kontrasepsi yang banyak dipilih oleh ibu-ibu di Indonesia dikarenakan cara kerjanya yang efektif dan cara pemakaiannya yang praktis, selain itu harganya juga lebih murah.

Pil dan suntik merupakan salah satu jenis alat kontrasepsi hormonal yang memiliki efek samping yang ditimbulkan oleh alat kontrasepsi suntik dan pil yaitu amenorhoe, mual, pusing, muntah, spotting, perdarahan pervaginam, dan perubahan berat badan. Tetapi pil dan suntik banyak dipilih dengan alasan pemakaian kontrasepsi tersebut yang paling ampuh, mudah dan murah sehingga banyak di pilih oleh masyarakat. Namun fenomena yang terjadi di masyarakat banyak yang mengeluh mengalami peningkatan berat badan.

Cakupan peserta KB Baru dan KB Aktif pada profil kesehatan 2010, jumlah PUS di Indonesia mencapai 44,738,378 orang dengan jumlah peserta KB Baru 8.647,024 orang (19,33%), dan jumlah peserta KB Aktif 33,713,115 orang (75,36%). Prosentase peserta KB Aktif menurut metode kontrasepsi di Indonesia suntik 47,19%, Pil 26,81%. Prosentase peserta KB Baru menurut metode kontrasepsi di Indonesia suntik 49,04%, Pil 29,19%. (depkes RI,2010). Program KB di jawa timur, tercatat tahun 2010, peserta KB aktif 1.171.619 orang (109,86%). Tahun 2011, laporan total KB aktif hingga Desember 2011 sebanyak 6,150.153 orang (126,46%) dengan peserta KB aktif suntik (48,2%), peserta KB pil (21,01%).

Dari data di dusun gender desa karanganom prosentase pengguna alat kontrasepsi IUD (0,35%), inplan (0,35%), spiral (1,05%), tubektomi (0,35%), vasektomi (0,35%), pil (4,2%), suntik (2,45%). Alat kontrasepsi yang dominan di dusun gender desa karanganom adalah kontrasepsi pil. (Data Desa Karanganom, 2015).

Berat badan adalah parameter antropometri yang sangat labil. Dalam keadaan normal, dimana keadaan kesehatan baik dan keseimbangan antara konsumsi dan kebutuhan zat giziterjamin, berat badan berkembang mengikuti pertambahan umur. Sebaliknya dalam keadaan abnormal, terdapat dua kemungkinan perkembangan berat badan, yaitu dapat berkembang cepat atau lebih lambat dari keadaan normal. Berat badan harus selalu dimonitor agar memberikan informasi yang memungkinkan intervensi gizi yang preventif sedini mungkin guna mengatasi kecenderungan penurunan atau penambahan berat badan yang tidak dikehendaki. Berat badan harus selalu dievaluasi dalam konteks riwayat berat badan yang meliputi gaya hidup maupun status berat badan yang terakhir. Penentuan berat badan dilakukan dengan cara menimbang. (Anggraeni, 2012).

Pengertian berat badan menurut soetjningsih adalah hasil peningkatan atau penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh, antara lain tulang, otot, lemak, cairan tubuh dan lain-lainnya.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi masa tubuh. Faktor-faktor itu dikelompokkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal mencakup faktor hereditas. Faktor eksternal mencakup aktivitas fisik, dan asupan makanan.

Kenaikan berat badan merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan para akseptor KB suntik. Gejala dan keluhan yang dialami yaitu berat badan bertambah, kenaikan berat badan rata-rata 3 kg tiap tahun. Peningkatan berat badan dapat disebabkan oleh banyak faktor diantaranya adalah kelebihan makanan, kekurangan aktifitas fisik dan kemudahan hidup, faktor psikologis dan genetik, pola konsumsi makan, fisiologis, kebudayaan, lingkungan, hormon.

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis uraikan diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh penggunaan alat kontrasepsi suntik dan pil terhadap peningkatan berat badan pada ibu pasangan usia subur guna mengetahui apakah ada pengaruh atau tidak penggunaan alat kontrasepsi suntik dan pil terhadap peningkatan berat badan pada ibu pasangan usia subur. Dan dari penelitian ini juga mempunyai tujuan untuk mengetahui perbedaan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik dan pil.

METODE

Lokasi dan tempat penelitian adalah di Dusun Gender Desa Karangnom Kecamatan Kauman Kabupaten Tulungagung pada tanggal 18 April 2016.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional* dan menggunakan pendekatan *retrospektif*, cara pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* dengan penetapan dari kriteria inklusi dan eksklusi dan didapatkan 30 responden yang memenuhi kriteria inklusi dengan populasi 543 orang.

Data hasil observasi sebelum dan sesudah penimbangan dianalisa secara kualitatif menggunakan uji statistik SPSS (*Statistical Product of Service Solution*). Uji statistik yang digunakan yaitu *Independent T Test* dengan taraf kepercayaan 95% dengan ($\alpha=0,05$).

Teknik pengumpulan data yang dilakukan yaitu mengurus perijinan penelitian kepada Prodi S-1 Keperawatan STIKes Utama Abdi Husada Tulungagung, mengurus perijinan penelitian dari STIKes Utama Abdi Husada Tulungagung di serahkan ke Kepala Desa Karangnom Kecamatan Kauman Kabupaten Tulungagung, memberi penjelasan kepada calon responden dan melakukan penimbangan berat badan dan menulis hasil penimbangan di lembar observasi.

Alat instrumen yang diperlukan dalam penelitian ini yaitu alat penimbangan berat badan, lembar observasi. Setelah dilakukan penelitian dan data terkumpul dilakukan pengolahan data meliputi *editing, coding, scoring, dan tabulating*.

HASIL

Tabel 1 : Peningkata berat badan ibu yang menggunakan alat kontrasepsi suntik pada ibu pasangan usia subur di Dusun Gender Desa Karangnom Kecamatan Kauman Kabupaten Tulungagung

Aksepto r	N	Mi n	Ma k	Rang e	SD	Mea n
Suntik	15	1	7	6	2,07	3,20
	5				7	

Sumber : data 2016

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 15 responden yang menggunakan alat kontrasepsi suntik mengalami peningkatan berat badan rata-rata sebesar 3,20 Kg.

Tabel 2 : Peningkatan berat badan ibu yang menggunakan alat kontrasepsi pil pada ibu pasangan usia subur di Dusun Gender Desa Karangnom Kecamatan Kauman Kabupaten Tulungagung

Akseptor	N	Mi n	Mak	Rang e	SD	Mea n
Pil	15	2	6	4	1,387	3,27
	5					

Sumber : data 2016

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa dari 15 responden yang menggunakan alat kontrasepsi pil mengalami peningkatan berat badan rata-rata sebesar 3,27 Kg.

Tabel 3 : Perbedaan peningkatan berat badan ibu yang menggunakan alat kontrasepsi suntik dan pil pada ibu pasangan usia subur di Dusun Gender Desa Karangnom Kecamatan Kauman Kabupaten Tulungagung

Akseptor	N	Mean	SD	t	P
Suntik	15	3,20	2,077	0,103	0,918
Pil	15	3,27	1,387	0,103	

Sumber : data 2016

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa dari 15 akseptor suntik dan 15 akseptor pil rata-rata peningkatan berat badan sebesar 3,20 kg untuk alat kontrasepsi suntik dan 3,27 kg untuk alat kontrasepsi pil. Hasil uji statistik didapatkan p-value $0,918 \geq 0,05$, sehingga H_0 diterima, H_1 ditolak yang artinya tidak ada pengaruh antara penggunaan alat kontrasepsi dengan peningkatan berat badan pada ibu pasangan usia subur.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 15 responden yang menggunakan alat kontrasepsi suntik mengalami peningkatan berat badan rata-rata sebesar 3,20 Kg.

Menurut *Word Health Organization* (WHO, 2006), perubahan berat badan adalah masalah yang nyata dan dapat diperkirakan selama pemakaian kontrasepsi suntik. Biasanya peningkatan berat badan terjadi sekitar rata-rata 5,4 pon (2,7 kg), untuk tahun pertama, 8,1 pon (4 kg) setelah 2 tahun, dan 13,8 (7 kg) setelah 4 tahun pemakaian.

Hasil analisa saya tidak sesuai dengan dua teori tersebut yang menjelaskan bahwa menggunakan

alat kontrasepsi suntik mengalami peningkatan berat badan rata-rata 5 Kg di tahun pertama pemakaian alat kontrasepsi, di karena kandungan progesteron yang ada didalam kontrasepsi suntik. Pengguna alat kontrasepsi yang pemakaiannya selama 2 sampai 3 tahun yang mengalami peningkatan berat badan di bawah 5 Kg. Hal ini dibuktikan dengan hasil rata-rata peningkatan berat badan 3,20 Kg dengan lama penggunaan paling banyak 2 tahun.

Umumnya kontrasepsi suntik menggunakan hormon esterogen dan progesteron dalam terapinya, sehingga terjadi peningkatan jumlah hormon progesteron dan esterogen didalam tubuh dengan efek androgeniknya, hormon progesteron tersebut merangsang pusat pengedali nafsu makan di hypothalamus (guyton, 2006), yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari pada biasanya, sehingga nafsu makan akan bertambah dan berakibat makan lebih banyak (Hartanto, 2008).

Secara keseluruhan kontrasepsi suntik tidak mempengaruhi peningkatan berat badan pada ibu pasangan usia subur di dusun gender desa karanganom kecamatan kauman kabupaten tulungagung. Hal ini ditunjukkan dari 15 responden yang menggunakan alat kontrasepsi suntik didapatkan nilai mean 3,20. Dari responden yang menggunakan kontrasepsi suntik berat badannya berada pada kategori naik. Hal ini diakibatkan oleh kandungan hormon yang terdapat dalam kontrasepsi hormonal yang dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan, sehingga akseptor makan lebih banyak dari pada biasanya.

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa dari 15 responden yang menggunakan alat kontrasepsi pil mengalami peningkatan berat badan rata-rata sebesar 3,27 Kg.

Seperti diketahui bahwa *Gonadal steroid hormone* (GSH), dalam hal ini androgen, esterogen dan progestin merupakan molekul yang *pluripoten signaling* dengan aktivitas biologi yang bervariasi yang kebanyakan daripadanya tidak jelas hubungan antara fungsi primer reproduksi dengan hipotalamo-pituitary gonadal axis (HPG-axis). GSH berpengaruh secara independen terhadap kenaikan berat badan dan makan makanan lemak, termasuk juga terhadap *energy expendor* dan fungsi saluran cerna, metabolisme, pertumbuhan dan komposisi tubuh HPG axis mempunyai efek secara hirarki yaitu : hypothalamic relasing hormone GnRH (atau LHRH), yang mensintesis sel-sel neuronal bodies yang

terletak pada nucleus arkuata area preoptik, hormon pituitary anterior, FSH, dan LH, gonadal hormon, testosteron, esterogen dan progesteron yang bekerja pada sejumlah jaringan target. Masing-masing bertindak sebagai control *feedback* terhadap fungsi HPG melalui reseptor hipotalamus dan pituitary dengan judul “Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dengan Obesitas pada Wanita Usia Subur (WUS) di Puskesmas Wawonasa Kecamatan Singkil Manado”).

Berdasarkan teori diatas peneliti berpendapat bahwa progesteron dan estrogen yang tinggi mengakibatkan terjadi umpan balik negatif pada hipotalamus sehingga hipotalamuspun memberikan umpan balik yang negatif pada kelenjar seks, dimana dalam kelenjar seks wanita terdapat hormon estrogen dan progesteron yang berfungsi untuk meningkatkan nafsu makan dan mempercepat proses mengubah karbohidrat menjadi lemak. Sehingga bila hormon progesteron dan estrogen berlebih maka makanan yang masuk kedalam tubuh dapat dengan cepat diubah menjadi lemak dan bila hal ini terus terjadi maka seseorang akan mengalami peningkatan berat badan. Namun, banyak tidaknya lemak yang disimpan tergantung pola makan dan aktifitasnya, sehingga dalam hal ini pengguna alat kontrasepsi hormonal tidak mempengaruhi peningkatan berat badan.

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukkan bahwa dari 15 akseptor suntik dan 15 akseptor pil rata-rata peningkatan berat badan sebesar 3,20 kg untuk alat kontrasepsi suntik dan 3,27 kg untuk alat kontrasepsi pil. Hasil uji statistik didapatkan p-value $0,918 \geq 0,05$, sehingga H_0 diterima, H_1 ditolak yang artinya tidak ada pengaruh antara penggunaan alat kontrasepsi dengan peningkatan berat badan pada ibu pasangan usia subur.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nirwana, dkk dengan judul “Pengaruh Penggunaan Kontrasepsi Hormonal terhadap Perubahan Berat Badan Akseptor KB di RSIA Pertiwi Makasar dari 54 responden dengan menggunakan sampling Accidental Sampling didapatkan hasil $p > 0,05$. Penelitian lain juga dilakukan oleh Mulyana Hasan, dkk dengan judul penelitian “Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dengan Obesitas pada Wanita Usia Subur (WUS) di Puskesmas Wawanosa Kecamatan Singkil Manado dari 77 responden dari 49 responden menggunakan kontrasepsi hormonal dan diantaranya 22 responden mengalami obesitas

didapatkan hasil yang sama dengan penelitian diatas yaitu $\rho > 0,05$.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dimana $\rho > 0,05$ dimana nilai ρ pada penggunaan kontrasepsi yaitu 0,918. Sehingga kedua penelitian yang sudah dilakukan terdahulu dan penelitian yang baru dilakukan didapatkan hasil bahwa tidak ada Pengaruh Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik Dan Pil Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Ibu Pasangan Usia Subur Di Dusun Gender Desa Karangnom Kecamatan Kauman Kabupaten Tulungagung.

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh antara penggunaan alat kontrasepsi suntik dan pil terhadap peningkatan berat badan. Hasil ini diperkuat dari penelitian yang menghasilkan nilai rata-rata kontrasepsi suntik 3,20 kg dan nilai rata-rata kontrasepsi pil 3,27 kg. Nilai rata-rata tersebut tidak sesuai dengan teori dari mansjoer (2007) dan WHO 2006 yang menyebutkan bahwa peningkatan berat badan rata-rata pengguna kontrasepsi suntik sebanyak 5 kg di tahun pertama pemakaian alat kontrasepsi. Adapun faktor yang mempengaruhi peningkatan berat badan yaitu hereditas, bangsa atau suku, gangguan emosional, fisiologi, aktivitas fisik, kandungan hormon progesteron dan esterogen. Ada juga faktor lain yang mempengaruhi peningkatan berat badan diantaranya aktivitas fisik dan pola makan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh penggunaan alat kontrasepsi suntik dan pil terhadap peningkatan berat badan pada ibu pasangan usia subur di dusun gender desa karanganom kecamatan kauman kabupaten tulungagung dari hasil uji independen t test dengan nilai rata-rata pengguna alat kontrasepsi suntik sebanyak 3,20 kg, sedangkan pengguna alat kontrasepsi pil dengan rata-rata sebanyak 3,27 kg. Dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada pengaruh alat kontrasepsi suntik dan pil terhadap peningkatan berat badan pada ibu pasangan usia subur yang secara statistik didapatkan *p-value* 0,918 dengan α 0,05.

Diharapkan responden tidak usah khawatir akan terjadinya peningkatan berat badan. Untuk petugas kesehatan mengontrol berat badan akseptor kontrasepsi suntik dan pil secara rutin agar efek berupa peningkatan berat badan atau obesitas dapat dihindari dan memberikan penyuluhan tentang pentingnya pemakaian alat kontrasepsi tanpa takut

efek sampingnya. Diharapkan institusi pendidikan dapat menambahkan literature mengenai berat badan. Hendaknya hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya, untuk penelitian yang lebih luas lagi dan menambah jumlah responden.

REFERENSI

- Anggraeni, Adisty C. (2012). Asuhan Gizi Nutritional Care Process. Yogyakarta
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Data Desa Karangnom. 2016. Hasil Rekapitulasi Laporan Pelayanan Keluarga Berencana Bulan Februari. Karangnom.
- Guyton. (2006). Fisiologi Kedokteran. Jakarta. EGC.
- Handayani, Sri. 2010. *Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Hartanto, H. (2008). Keluarga Berencana dan Kontrasepsi. Jakarta : Sinar Harapan.
- Mansjoer, Arif. 2007. Kapita Selekta Kedokteran Edisi 3 Jilid II. Jakarta: Media Aesculapius
- Suratun, dkk. 2008. Pelayanan Keluarga Berencana dan Pelayanan Kontrasepsi. Jakarta : Trans Info Media.
- World Health Organizaton. Implementing the new recommendation on the clinical management of diarrhea: guidelines for policy makers and programme managers. Geneva: WHO Press 2006.