

EFEK PEMAKAIAN KONTRASEPSI SUNTIK DMPA JANGKA PANJANG TERHADAP TINGKAT KEPADATAN TULANG

The Effect Of Long-Term Contraception Of Contraception Against Bone Density Levels

Anis Setyowati¹, Wahyu Nuraisya², Eka Sri Purwandari³
STIKES Karya Husada Kediri
Anmar19112012@gmail.com

Abstrak

Akseptor KB Suntik DMPA Di Indonesia Sangat Banyak. Hal ini dibuktikan dari data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa timur tahun 2015 bahwa akseptor KB Sejumlah 57,19%. Tingginya jumlah Akseptor ini dilatarbelakangi berbagai alasan diantaranya harga yang ekonomis. Jika ditinjau dari dampak yang ditimbulkan, maka kontrasepsi suntik memberikan berbagai dampak yang mengganggu kesehatan reproduksi, terutama jika digunakan dalam jangka waktu yang lama. Salah satu efek yang dapat ditimbulkan yaitu penurunan tingkat kepadatan tulang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efek penggunaan KB Suntik DMPA terhadap tingkat Kepadatan Tulang di Kecamatan Pare.

Desain penelitian yang digunakan yaitu analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah efek pemakaian kontrasepsi suntik DMPA jangka Panjang, Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tingkat kepadatan tulang. Populasi target yaitu semua akseptor KB Suntik sedangkan populasi terjangkau penelitian ini yaitu di semua akseptor KB Suntik di Puskesmas Kecamatan Pare tahun 2017. Sampel yang digunakan sebagian akseptor KB suntik di Puskesmas Kecamatan Pare tahun 2017 sejumlah 164. Tehnik *probability sampling* yaitu menggunakan tehnik pengambilan sampel acak sederhana (*simple random sampling*). Analisa data dengan *chi Square*.

Hasil penelitian menunjukkan adanya efek penggunaan kontrasepsi suntik DMPA terhadap kepadatan tulang sebesar 72,1% responden mengalami osteopenia. Uji chi square pada efek dari lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA < 3 tahun dan ≥ 3 tahun terhadap kepadatan tulang dengan confidence interval 95% menunjukkan nilai chi square 0,222 sebesar dan p value sebesar 0,637 yang berarti tidak adanya hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi DMPA terhadap kepadatan tulang. Hal ini menunjukkan tidak adanya perbedaan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA < 3 tahun dan ≥ 3 tahun dengan kejadian osteopenia.

Kata Kunci: KB Suntik DMPA, Tingkat Kepadatan Tulang

PENDAHULUAN

Pengguna suntik DMPA (Depo Medroxil Progesterin Asetat) memiliki prosentase yang sangat tinggi. Di Indonesia akseptor KB Suntik DMPA memiliki prosentase terbesar yaitu 49,93% untuk akseptor baru dan 47,78% untuk akseptor lama (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016). Di Jawa Timur prosentase penggunaan kontrasepsi suntik DMPA sebesar 57,19% dan di Kabupaten Kediri sebesar 70,2% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2015). Besarnya penggunaan kontrasepsi ini dilatarbelakangi oleh berbagai alasan, diantaranya alasan biaya yang cukup murah, tidak sakit dan mudah penggunaan kontrasepsi, serta tidak menakutkan seperti pemasangan IUD ataupun kontrasepsi mantap.

Efektivitas kontrasepsi suntik DMPA memang cukup tinggi yaitu 0,1-0,3 jika di suntikkan secara teratur, namun faktor keteraturan terkadang dilalaikan oleh penggunanya akibatnya dapat menyebabkan angka kegagalan. Hal ini dapat memengaruhi jumlah laju pertumbuhan penduduk di Indonesia, dimana laju pertumbuhan penduduk Indonesia semakin meningkat yaitu 1,4% per tahun pada tahun 2015 (BKKBN, 2015). Artinya tiap tahun ada penambahan penduduk sekitar 4 juta tiap tahunnya, padahal angka yang di targetkan yaitu 2,5 juta penduduk pertahun. Lonjakan penduduk yang cukup besar ini dapat di evaluasi salah satunya melalui efektifitas program keluarga berencana.

Setiap metode kontrasepsi belum ada yang sempurna sampai saat ini, namun alat kontrasepsi yang ideal seharusnya memiliki banyak manfaat dan sangat minimal efek kurugiaanya baik jangka pendek maupun jangka panjang. Kontrasepsi suntik DMPA memiliki banyak keuntungan dan kerugian. Kerugian yang dapat di timbulkan diantaranya menimbulkan kegemukan, tidak melindungi terhadap resiko HIV/AIDS, meningkatkan resiko penurunan pengeroposan tulang jika digunakan dalam jangka panjang (WHO, 2015). Antisipasi untuk menanggulangi lonjakan penduduk yang sangat besar yaitu penggunaan kontrasepsi jangka panjang maupun kontrasepsi mantap, serta meminimalkan penggunaan kontrasepsi hormonal pada akseptor. Menganalisa dari uraian diatas maka penting dilakukan penelitian

mengenai pengukuran tingkat kepadatan tulang pada akseptor KB suntik DMPA. Tujuan 1) menganalisis efek pemakaian kontrasepsi suntik jangka panjang terhadap tingkat kepadatan tulang. 2) menganalisis perbedaan tingkat kepadatan tulang akseptor KB suntik DMPA secara jangka panjang pada akseptor dengan pemakaian minimal 2 tahun lebih.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan mei sampai juni 2018 di Puskesmas Kecamatan Pare. Desain penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yaitu semua akseptor KB Suntik DMPA di kecamatan Pare. Sampel meliputi sebagian akseptor KB suntik DMPA di Puskesmas kecamatan Pare. Teknik sampling yang digunakan yaitu probability sampling dengan *Simple Random Sampling*. Variabel independen adalah efek kontrasepsi suntik DMPA, dan variabel dependen yaitu tingkat kepadatan tulang. Pengumpulan data sekunder dengan melihat rekam medis, pengumpulan data primer dengan pengukuran tingkat kepadatan tulang menggunakan alat densitometry ultrasound. Analisa dan pengolahan data dilakukan secara univariat dan bivariate dengan uji *chi square* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$ dan *Convidence Interval (CI) 95%*.

HASIL

4.1.1 Data Umum

Tabel 1. Karakteristik Olah Raga Responden pada akseptor KB DMPA di Wilayah Kerja Puskesmas Pare

Olah raga	Frekuensi	Persentase
ya	80	48.8
tidak	84	51.2
Total	164	100.0

Tabel 2. Karakteristik merokok Responden pada akseptor KB DMPA di Wilayah Kerja Puskesmas Pare

Merokok	Frekuensi	Persentase
ya	3	1.8
tidak	161	98.2
Total	164	100.0

Tabel 3. Karakteristik Konsumsi alkohol Responden pada akseptor KB DMPA di Wilayah Kerja Puskesmas Pare

alkohol	Frekuensi	Persentase
ya	3	1.8
tidak	161	98.2
Total	164	100.0

Tabel 4. Karakteristik Konsumsi alkohol Responden pada akseptor KB DMPA di Wilayah Kerja Puskesmas Pare

Kafein	Frekuensi	Persentase
ya	65	39.6
tidak	99	60.4
Total	164	100.0

Tabel 5. Karakteristik Status Gizi Responden pada akseptor KB DMPA di Wilayah Kerja Puskesmas Pare

4.1.2 Data Khusus

Tabel 6. Tabulasi Silang lama pemakaian Kontrasepsi suntik DMPA terhadap kepadatan tulang

Lama Pemakaian	kepadatan tulang		Total
	normal	osteopenia	
2-3 tahun	15 (9,1%)	59 (30 %)	74
> 3 tahun	21 (12,8%)	69 (42%,1)	90
Total	36	128	164

Pada tabel 6 diatas menunjukkan pada lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA antara 2-3 tahun dan > 3 tahun tidak terlalu mengalami perbedaan besar pada kejadian osteopenia. Hasil uji statistik chi square dengan SPSS versi 22 menunjukkan nilai chi square 0,222 dan ρ value = 0,637 yang berarti pada taraf kepercayaan 5% ρ value > 0,05 sehingga H_0 diterima yang berarti tidak ada hubungan antara lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA terhadap kejadian osteopenia pada akseptor KB DMPA di Wilayah Kerja Puskesmas Pare.

PEMBAHASAN

Menganalisis efek pemakaian kontrasepsi suntik jangka panjang terhadap tingkat kepadatan tulang.

Berdasarkan hasil tabulasi data pemakaian kontrasepsi suntik jangka panjang mempunyai efek terhadap tingkat kepadatan tulang yaitu lama pemakaian kontrasepsi suntik 2-3 tahun sebagian responden 59 orang (30%) mengalami osteopenia, begitu juga pada lama pemakaian kontrasepsi suntik > 3 tahun sebagian besar 69 orang (42 %) mengalami osteopenia.

Menurut Saifudin, 2006 KB suntik DMPA adalah alat kontrasepsi yang berisi Depo Medroksiprogesteron Asetat (Depo Provera), mengandung 150 mg DMPA yang diberikan setiap 3 bulan dengan cara disuntik intramuscular. Pada hasil tabulasi tersebut, sebagian besar responden 90 orang (54,87%) menggunakan KB suntik DMPA lebih dari 3 tahun, dikarenakan akseptor KB telah nyaman menggunakan metode tersebut, dapat mencegah kehamilan jangka panjang, dan aman. Setiap alat kontrasepsi memiliki efek samping, namun setiap individu tidak selalu akan mengalami efek samping yang ditimbulkan. Hal tersebut karena masing-masing individu memiliki adaptasi terhadap pemberian hormon progesteron. Apabila efek samping itu masih dianggap wajar oleh akseptor maka akan memengaruhi lama penggunaan KB suntik DMPA. Lama penggunaan kontrasepsi hormonal jangka panjang khususnya DMPA karena memiliki tingginya kandungan progesterone sehingga dapat mempengaruhi hormon dalam tubuh.

Faktor aktivitas, berdasarkan hasil karakteristik olah raga responden pada akseptor KB DMPA . Didapatkan hasil yakni hampir setengahnya dari responden 80 orang (48,8%) melakukan olahraga, sedangkan sebagian responden tidak melakukan olahraga. Menurut Zaviera (2007), kurang bergerak, kekurangan vitamin D, dan gaya hidup tak sehat merupakan faktor dari menurunnya massa tulang. Semakin rendah aktivitas fisik, maka densitas tulang pun berisiko menjadi lebih rendah. Hal ini terjadi karena aktivitas fisik (olahraga) dapat membangun tulang dan otot menjadi lebih kuat, juga meningkatkan keseimbangan metabolisme tubuh (Wirakusumah, 2007). Olahraga

baik bagi tulang maupun aspek kesehatan lain. Tidak bergerak sama sekali mempercepat penurunan massa tulang, sementara olahraga menahan beban tubuh meningkatkan massa tulang. pada orang dewasa, olahraga dapat memperlambat penurunan massa tulang akibat usia serta meningkatkan kesehatan secara umum, sehingga mengurangi risiko terjatuh. Olahraga membantu memperkuat tulang (Trihapsari, 2009).

Faktor merokok, berdasarkan data karakteristik responden pada akseptor KB DMPA sebagian kecil responden 3 orang (1,8%) merokok dan konsumsi alkohol. Sedangkan hampir seluruhnya responden 98,2 orang (98,2%) tidak merokok dan tidak mengkonsumsi alkohol. Merokok bisa berhubungan dengan rendahnya densitas tulang ataupun perilaku yang tidak sehat lainnya, seperti minum alkohol dan kebiasaan duduk yang terus menerus. Pada wanita perokok ada kecenderungan kadar estrogen dalam tubuhnya lebih rendah dan kemungkinan memasuki masa menopause lima tahun lebih awal dibandingkan dengan bukan perokok. Kecepatan kehilangan massa tulang juga terjadi lebih cepat pada wanita perokok. Asap rokok dapat menghambat kerja ovarium dalam memproduksi hormon estrogen.

Nikotin juga mempengaruhi kemampuan tubuh untuk menyerap dan menggunakan kalsium (Wirakusumah, 2007). Penelitian menunjukkan bahwa merokok mempercepat kehilangan tulang serta turut andil atas berkurangnya kemampuan penyerapan kalsium (Trihapsari, 2009). Perokok sangat rentan terkena penurunan tingkat kepadatan tulang karena zat nikotin yang terdapat didalamnya dapat mempercepat penyerapan tulang. Selain penyerapan tulang, nikotin juga membuat kadar dan aktivitas hormon estrogen dalam tubuh berkurang sehingga susunan-susunan sel tulang tidak kuat dalam menghadapi proses pelapukan (Trihapsari, 2009).

Pada faktor kafein, peneliti memberikan pertanyaan pada lembar kuesioner yaitu konsumsi kopi, didapatkan hasil yakni hampir setengah responden 65 orang (39,6%) mengonsumsi kopi sedangkan sebagian besar responden 99 orang (60,4%) tidak mengonsumsi kopi. Kafein merupakan

salah satu faktor yang mempengaruhi penurunan densitas mineral tulang (Zaviera, 2007). Kafein banyak terdapat pada kopi dan teh merupakan minuman yang cukup populer pada masa kini. Di sisi lain, minuman jenis tersebut dapat menyehatkan bagi jantung bila tidak berlebihan dalam konsumsinya. Bila berlebihan dalam konsumsi, dapat memengaruhi tekanan darah, kinerja jantung, bahkan mengarah pada menurunnya kepadatan tulang.

Berdasarkan penelitian Ho SC, dkk 2008 menyatakan bahwa IMT memiliki hubungan positif dengan kepadatan tulang, sehingga IMT dijelaskan memiliki efek protektif terhadap kejadian osteoporosis. Efek protektif IMT terhadap osteoporosis berkaitan dengan terjadinya peningkatan beban mekanik terhadap tulang seiring dengan bertambahnya berat badan serta peningkatan produksi estrogen oleh jaringan adipose juga meningkat sehingga berefek menurunkan percepatan pembongkaran tulang.

Berdasarkan penelitian sebagian responden 41 orang (25%) mengalami obesitas, 33 orang (20,1%) mengalami overweight sedangkan hampir setengahnya responden 72 orang (43,9%) memiliki status gizi normal. Menurut Kenningstone, 2000 menunjukkan kejadian gangguan osteopenia yang lebih banyak dialami oleh individu overweight dibandingkan dengan yang status gizi normal. Orang dengan berat badan berlebih dapat mengalami kesulitan bergerak dan gangguan keseimbangan yang dapat berisiko terjadi cidera jatuh saat melakukan aktifitas sehari-hari. Dengan demikian risiko terjadinya patah tulang juga lebih besar pada individu dengan status gizi obesitas. Sehingga meskipun IMT memiliki hubungan positif dengan kepadatan tulang, namun hal tersebut juga harus diperhatikan bahwa hanya dalam batas tertentu IMT dapat memberikan efek protektif terhadap osteoporosis yaitu dalam ambang batas berat badan ideal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Terdapat hubungan antara penggunaan KB Suntik DMPA terhadap Tingkat Kepadatan Tulang

2. Tidak terdapat perbedaan secara signifikan akseptor KB Suntik kurang dari tiga tahu atau lebih dari tiga tahun terhadap tingkat kepadatan tulang.

Saran

Melihat Efek yang ditimbulkan akibat penggunaan KB Suntik DMPA maka Tenaga Kesehatan selayaknya menggiring akseptor untuk menggunakan metode Keluarga berencana jangka Panjang.

World Health Organization. 2015. *Medical eligibility Criteria For Contraceptive Use Fift Editions.*

DAFTAR PUSTAKA

- Affandi. (2011). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi.* Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Hal 36 – 48
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. 2015. *Profil Kesehatan Jawa Timur 2014.* Surabaya: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Hartanto, H. (2013). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi.* Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2016. *Profil Kesehatan Indonesia 2015.* Jakarta:Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Marmi. 2016. *Buku Ajar Pelayanan KB.*Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta : Rineka Cipta.
- Ruseno, Citra Juliandan. 2015. *Status Kepadatan Tulang berdasarkan Kategori Lingkar Pinggang Wanita Dewasa.* Universita Diponegoro.
- Saifuddin, Abdul Bari..2010. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi.* Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Setyawati, Budi., Novianti Fuad, Salimar. 2011. *Pengetahuan tentang Osteoporosis dan Kepadatan Tulang hubungannya dengan Konsumsi Kalsium pada Wanita Dewasa Muda.*
- Sugiono. 2007. *Statistik untuk Penelitian.* Bandung: Alfabeta.
- Wirakusumah, emma S. 2007. *Mencegah Osteoporosis.* Jakarta: Penebar Plus.