

## PENGARUH KB SUNTIK TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN AKSEPTOR

Maryuni<sup>1</sup>, Ayu Sekarini<sup>2</sup>

Kebidanan - Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Binawan

Jl. Kalibata Raya no 25-30 Jakarta

Email : [maryuni@binawan-ihs.ac.id](mailto:maryuni@binawan-ihs.ac.id)

---

### ABSTRAK

Penggunaan kontrasepsi saat ini didominasi oleh alat kontrasepsi jangka pendek, terutama suntikan, yang mencapai 31,9% persen. Kelebihan dari kontrasepsi suntik memiliki efektifitas tinggi, kekurangannya mempengaruhi kenaikan berat badan akseptor. Penelitian ini untuk mengetahui karakteristik akseptor KB Suntik yang mengalami kenaikan berat badan di Puskesmas Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur, 2012. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian sebanyak 295 akseptor KB Suntik dan sampel sebanyak 77 akseptor yang mengalami kenaikan berat badan. Teknik pengambilan sampel dengan *total sampling*. Variabel yang digunakan adalah usia, pekerjaan, paritas, dan lama penggunaan kontrasepsi. Akseptor KB Suntik yang mengalami kenaikan berat badan berdasarkan usia terbanyak 20–35 tahun yaitu 71,43%, paling banyak pada ibu yang tidak bekerja sebesar 81,81%, dengan paritas 2–4 yaitu 61,04% dan berdasarkan lama penggunaan terbanyak pada 3–6 bulan pertama pemakaian sebesar 48,05%. Disarankan kepada akseptor yang tidak nyaman dengan efek samping kenaikan berat badan untuk memilih kontrasepsi non hormonal.

Kata Kunci : Kontrasepsi, Akseptor, KB Suntik

### ABSTRACT

*The use of contraceptive currently dominated by short term contraception, especially an injection, which reached 31,9 percent. Excess of injection contraception having of high effectiveness, but having affect to increase in weight acceptors. The aim of this research to know the characteristic acceptors injection contraception has increased weight in public health center Ciracas, East Jakarta, 2012. The research is descriptive research with the approach cross sectional. The population of the research as many as 295 acceptors injection contraception and samples about 77 acceptors which have increased weight. The sample technique collection with a total of sampling. The variables which used in this study is ages, work, parity dan long the use of contraception. Acceptors injection contraception has increased weight based on their age most 20-35 years, 71,43 percent, the most on the women that does not work of 81,81 percent, with of parity 2-4 which is 61,04 percent and based on the long use contraception most in the 3-6 months of discharging 48,05 percent. Was recommended to acceptors being uncomfortable with side effects the increase in weight to choose non hormonal contraception.*

*Key Word : Contraception, Acceptors, Injection Contraception.*

---

### PENDAHULUAN

Sebagai sebuah Negara yang sedang berkembang Indonesia tidak terhindar dari masalah ledakan penduduk. Indonesia merupakan Negara dengan jumlah penduduk urutan keempat di dunia dibawah Amerika Serikat, China dan India. Berdasarkan hasil

sensus penduduk tahun 2010, jumlah penduduk Indonesia adalah 237.556.363 orang yang terdiri dari 119.507.580 laki-laki dan 118.048.738 perempuan, dengan laju pertumbuhan penduduk (LPP) meningkat sebesar 1,49 persen. (BKKBN, 2011). Salah satu program pemerintah untuk menekan angka pertumbuhan penduduk yaitu melalui program Keluarga Berencana (KB).

Untuk menekan laju pertumbuhan penduduk, sejak tahun 1970 pemerintah Indonesia melakukan upaya pengendalian pertumbuhan penduduk melalui program KB Nasional. Program KB Nasional saat ini diperkuat dengan UU No. 25 tahun 2009 tentang perkembangan Kependudukan dan pembangunan keluarga, pengendalian kuantitas penduduk dilakukan untuk mewujudkan keserasian, keselarasan dan keseimbangan antara jumlah penduduk dan lingkungan hidup yang baik berupa daya dukung alam maupun daya tampung lingkungan serta kondisi perkembangan sosial ekonomi dan budaya. Di dalam undang-undang ini telah diatur hal-hal yang bersifat umum dan khusus tentang perkembangan kependudukan dan pembangunan keluarga termasuk kewajiban pemerintah dan pemerintah daerah untuk meningkatkan kualitas akses dan kualitas informasi, pendidikan, konseling dan pelayanan kontrasepsi. (BKKBN, 2011)

Dalam undang-undang tersebut dijelaskan bahwa program Keluarga Berencana merupakan upaya mengatur kelahiran anak, mengatur kehamilan, melalui promosi, perlindungan dan bantuan sesuai hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas.

Tingkat prevalensi pemakaian alat kontrasepsi menunjukkan tingkat kesertaan KB diantara pasangan usia subur mencapai 61,9 persen. Sebanyak 57,9 persen diantaranya menggunakan cara KB modern, hanya meningkat sebesar 0,5 persen dari 57,4 persen dalam lima tahun terakhir. Sementara, penggunaan kontrasepsi didominasi oleh alat kontrasepsi jangka pendek, terutama suntikan, yang mencapai 31,9 persen. (BPS, 2012).

Kontrasepsi Suntik merupakan kontrasepsi yang paling banyak diminati oleh akseptor. Kelebihan dari kontrasepsi Suntik diantaranya sangat efektif, tidak berpengaruh pada hubungan suami istri, tidak berpengaruh terhadap ASI dan tidak perlu menyimpan obat ditempat khusus. Kekurangan Kontrasepsi Suntik adalah sering ditemuinya gangguan haid seperti tidak haid, *spotting*, terlambat kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian, dan yang tersering adalah masalah kenaikan berat badan. Peningkatan berat badan adalah hal yang paling sering dikeluhkan oleh akseptor Kontrasepsi Suntik (Saifudin,2006). Penyebab kenaikan berat badan ini belum jelas. Hipotesa para ahli DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di *hypothalamus* yang menyebabkan akseptor makan lebih daripada biasanya. Untuk mendapatkan gambaran nyata tentang kejadian peningkatan berat badan yang dialami akseptor kontrasepsi suntik maka perlu dilakukan suatu penelitian untuk mengetahui sejauh mana pengaruh kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan (Hartanto,2004)

Sebuah penelitian menunjukkan kontrasepsi suntik Depo-Provera aman dan memiliki efektivitas yang tinggi, namun banyak pengguna kontrasepsi suntik yang berhenti dikarenakan efek sampingnya berupa gangguan pola haid, kenaikan berat badan, sakit kepala, dan rasa ketidaknyamanan diperut (Naser et al., 2009). Efek samping lain yang tidak kalah penting adalah adanya peningkatan berat badan antara 1–5 kg. Penyebab peningkatan berat badan belum jelas. Kenaikan berat badan, kemungkinan disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik (Naser, et.al.,2009).

Data yang ada di Puskesmas Kecamatan Ciracas tahun 2012 diketahui bahwa jumlah akseptor KB Suntik sebanyak 295 akseptor dan sebagian besar akseptor tersebut mengalami kenaikan berat badan setelah menggunakan KB Suntik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Karakteristik Akseptor KB Suntik yang mengalami kenaikan berat badan di Puskesmas Kecamatan Ciracas Tahun 2012.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif dengan metode *crosssectiona*. Data yang digunakan adalah data sekunder yang diambil dari rekam medik pasien. Penelitian dilakukan pada bulan Mei 2013. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor KB suntik di Puskesmas Ciracas pada tahun 2012 sejumlah 295 akseptor. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari akseptor KB suntik di Puskesmas Kecamatan Ciracas pada tahun 2012 yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 77 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *Total Sampling*. Variabel penelitian terdiri dari usia, pekerjaan, paritas, dan lama penggunaan kontrasepsi. Instrument yang digunakan berupa checklist. Teknik analisis statistic yang digunakan dengan menggunakan analisis univariat.

### **HASIL PENELITIAN**

Berdasarkan hasil pengumpulan data karakteristik Akseptor KB Suntik yang mengalami kenaikan berat badan di Puskesmas Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur pada tahun 2012. ini menggunakan variabel antara lain usia, pekerjaan, paritas, dan lama penggunaan Kontrasepsi. Adapun hasil penelitian akan disajikan dalam bentuk tabel berikut;

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Akseptor KB Suntik Yang Mengalami Kenaikan Berat Badan Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Paritas dan Lama Penggunaan Kontrasepsi Di Puskesmas Ciracas

| <b>No.</b> | <b>Variabel</b>               | <b>Frekuensi</b> | <b>Persentase</b> |
|------------|-------------------------------|------------------|-------------------|
| 1.         | Kenaikan Berat Badan Akseptor |                  |                   |
|            | Naik                          | 77               | 26,10             |
|            | Tidak Naik                    | 218              | 73,90             |
| 2.         | Usia                          |                  |                   |
|            | < 20 tahun                    | 1                | 1.30              |
|            | 20 – 35 tahun                 | 55               | 71.43             |
|            | > 35 tahun                    | 21               | 27.27             |
| 3.         | Pekerjaan                     |                  |                   |
|            | Bekerja                       | 14               | 18.19             |
|            | Tidak Bekerja                 | 63               | 81.81             |
| 4.         | Paritas                       |                  |                   |
|            | 1                             | 29               | 37.66             |
|            | 2-4                           | 47               | 61.04             |
|            | > 4                           | 1                | 1.30              |
| 5.         | Lama Penggunaan Kontrasepsi   |                  |                   |
|            | 3-6 Bulan                     | 37               | 48.05             |
|            | 9-12 Bulan                    | 28               | 36.36             |
|            | >12 Bulan                     | 12               | 15.59             |
|            | <b>Total</b>                  | <b>77</b>        | <b>100</b>        |

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian usia akseptor KB Suntik yang mengalami kenaikan berat badan terbanyak pada rentang 20 – 35 tahun, yaitu 55 orang (71,43%) dan < 20 tahun ada 1 orang (1,30%).

Usia 20 – 35 tahun dalam program KB merupakan fase untuk menjarangkan kehamilan dimana salah satu kontrasepsi yang dianjurkan dan banyak menjadi pilihan WUS (Wanita Usia Subur) adalah kontrasepsi Suntik sesuai dengan hasil RISKESDAS tahun 2010, Proporsi penggunaan kontrasepsi menurut alat/cara KB pada perempuan usia 15 – 49 tahun yang paling banyak digunakan di Indonesia adalah kontrasepsi suntik yaitu sebanyak 31,1% (BKKBN, 2012). Hal ini juga didukung oleh teori yang menyebutkan bahwa dalam kesehatan reproduksi umur yang baik dalam penggunaan alat kontrasepsi khususnya kontrasepsi yang mengandung hormone termasuk suntik, yaitu pada usia 20 – 35 tahun.

Akseptor KB suntik yang mengalami kenaikan berat badan berdasarkan pekerjaan yang paling banyak adalah ibu yang tidak bekerja yaitu 63 orang (81.81%) sedangkan yang bekerja sebanyak 14 orang (18.19%). Dari hasil tersebut terlihat bahwa kenaikan berat badan pada akseptor KB Suntik lebih banyak terjadi pada ibu/ akseptor yang tidak bekerja dibandingkan yang bekerja. Hal ini disebabkan karena rata – rata responden yang datang ke Puskesmas Kecamatan Ciracas adalah ibu rumah tangga. Hal ini sesuai dengan budaya yang ada di Indonesia bahwa pekerjaan wanita yang paling utama adalah sebagai ibu rumah tangga.

Berdasarkan paritas yang terbanyak mengalami kenaikan berat badan pada paritas 2 – 4 anak yaitu 47 orang (61.04%) dan paling rendah dengan paritas >4 sebanyak 1 orang (1.3%). Hal ini menggambarkan bahwa rata – rata akseptor KB Suntik yang mengalami kenaikan berat badan adalah akseptor dengan paritas 2 – 4 karena pada fase ini merupakan fase menjarangkan kehamilan/mengatur jarak kehamilan, dimana pilihan metode kontrasepsi yang dianjurkan salah satunya adalah kontrasepsi suntik. Selain itu kontrasepsi suntik juga memiliki efektivitas yang cukup tinggi yaitu 0,3 kehamilan per 100 perempuan per tahun (Saifudin,2006). Kontrasepsi Suntik juga memiliki banyak keuntungan bila dibandingkan dengan kontrasepsi yang lain, diantaranya tidak berpengaruh pada hubungan suami istri dan tidak berpengaruh terhadap produksi ASI sehingga cocok bagi wanita yang menyusui.

Akseptor yang mengalami kenaikan berat badan berdasarkan lama penggunaan kontrasepsi suntik terbanyak pada akseptor yang menggunakan KB suntik selama 3 – 6 bulan yaitu 37 orang (48.05%) dan paling rendah dengan lama pemakaian lebih dari 12 bulan sebanyak 12 orang (15.59%).

Hal ini menunjukkan bahwa kenaikan berat badan terjadi pada penggunaan awal kontrasepsi yaitu pada 3 – 6 bulan penggunaan, teori menyatakan bahwa penambahan berat badan terjadi dalam tahun pertama pemakaian kontrasepsi hormonal. Sebuah penelitian melaporkan peningkatan berat badan lebih dari 2,3 kilogram pada tahun pertama (Varney, 2007:483).

Hasil penelitian yang berbeda menunjukkan lama penggunaan kontrasepsi 3 bulan dari 34 akseptor yang menggunakan KB suntik 3 bulan kurang dari 1 tahun dan 36 akseptor yang menggunakan KB suntik 3 bulan lebih dari 1 tahun. Hasil didapatkan 41 responden mengalami peningkatan berat badan dan 29 responden tidak mengalami peningkatan berat badan, jadi akseptor yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan lebih dari 1 tahun lebih berisiko mengalami peningkatan berat badan (Irianingsih, 2011).

Efek penambahan berat badan pada pemakaian KB suntik DMPA disebabkan karena pengaruh hormon progesteron yang mempermudah perubahan karbohidrat dan gula yang dikonsumsi dari makanan menjadi lemak. Namun demikian terdapat juga beberapa usaha yang dapat dilakukan untuk mengurangi berat badan antara lain olahraga, mengkonsumsi serat makanan, mengurangi konsumsi lemak, lebih banyak mengkonsumsi protein dan serat serta adanya perubahan perilaku (Desi, 2010).

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Kontrasepsi suntik merupakan kontrasepsi yang paling banyak dipergunakan oleh akseptor di Puskesmas Ciracas. Akseptor yang paling banyak mengalami kenaikan Berat Badan berdasarkan usia yaitu pada kelompok usia 20-35 tahun, kebanyakan pada perempuan yang tidak bekerja dengan paritas 2-4 orang serta lama pemakaian pada tahun pertama.

### **Saran**

Meskipun efektif dalam mencegah kehamilan, salah satu efek samping dari kontrasepsi suntik adalah menyebabkan kenaikan berat badan, oleh karena itu disarankan kepada akseptor yang tidak nyaman dengan kenaikan berat badan untuk memilih kontrasepsi non hormonal.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- BKKBN, 2011, *Pembangunan Kualitas Penduduk Menuju Bonus Demografi 2015-2040*, Jakarta: Direktorat Analisis Dampak Kependudukan BKKBN
- BKKBN, 2012. *Upaya Percepatan Penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia*, Jakarta: BKKBN
- Ekawati, Desi. 2010. *Pengaruh KB Suntik DMPA Terhadap Peningkatan Berat Badan Di BPS Siti Syamsiyah wonokarto, Wonogiri*.
- BPS, 2012, *Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012*. Jakarta : BPS, BKKBN, DEPKES & Macro Internasional.
- Hartanto H, 2004. *Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan
- Naser, M., Ehab, S.A, & Ahmed.S.G., 2009, *Why Do Depo Provera Users Discontinue?*, Journal of The Royal Medical Services, 16:3
- Irianingsih, 2011, *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat badan Ibu Pengguna Alat Kontrasepsi Suntik*” [http://www.eprints.ums.ac.id/27830/17/naskah\\_Publikasi.pdf](http://www.eprints.ums.ac.id/27830/17/naskah_Publikasi.pdf) diunduh 14 April 2013
- Saifudin, dkk, 2006. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta : yayasan BP-SP
- Varney, 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan edisi 4*. Jakarta: EGC