

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kenaikan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik di Puskesmas Ranotana Weru Kecamatan Wanea Kota Manado

Sesca D. Solang¹, Robin Dompas², Degi Ardini Bitjara³

^{1,2,3}. Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Manado; siscasolang@yahoo.com

ABSTRACT

Background : Injectable contraception DMPA is a way to prevent pregnancy by hormonal injections containing the hormone progesterone and can stimulate the appetite control center in the hypothalamus, causing an increase in appetite and weight. Data obtained from Puskesmas Ranotana Weru in 2016 of injectable contraceptive users were 1.222. While weight gain is one of the side effects that are often complained of by injection contraceptive acceptor. The purpose of this study is to analyze Age, Diet and Physical Activity that influence weight gain in contraceptive acceptor in Puskesmas Ranotana Weru

Method : The type of this research is an analytical survey with cross sectional approach done on 92 samples from population number 1.222 by using *Slovin* formula which determined by purposive sampling. Data collection was obtained from checklist and weight measurement result by using measuring instrument that is weight scale. Data analysis is statistical test of *Spearman Rank P* <0,05 by using SPSS computer program.

Research result : Based on the results of the study showed that respondents aged 20-35 years more weight gain with a value of $P = 0,01$ ($P < 0,05$), based on respondents with frequent diet P value = 0,01 ($P < 0,05$) and test results based on mild physical activity $P = 0,04$ ($P < 0,05$), so it can be said there is influence of age, diet and physical activity to weight gain on contraception acceptor. Suggestions for the respondents as input to understand all the side effects of family planning that will be used, especially injectable contraception, and can manage the diet and often do physical activities such as exercise so that it can maintain the balance of body weight.

Keywords: Increase Weight, Injectable Contraception

PENDAHULUAN

Kontrasepsi merupakan salah satu kebutuhan hidup sehat, selain makanan yang sehat, air bersih, dan lingkungan yang sehat. Pasangan Usia Subur (PUS) yang belum atau tidak berencana memiliki anak lagi dan tidak memakai kontrasepsi termasuk dalam kelompok *Unmet Need*. Tanpa disadari Pasangan Usia Subur tersebut termasuk dalam kelompok beresiko tinggi, serta kelompok dengan angka kesakitan dan kematian yang relatif tinggi dibandingkan dengan pasangan Usia Subur yang memakai kontrasepsi. Angka *Unmet Need* di Indonesia pada pertengahan tahun 2010 diperkirakan 9% atau lebih dari 5 juta pasangan usia subur (1).

Menurut *World Health Organization* (WHO) Keluarga Berencana adalah tindakan yang membantu pasangan suami istri untuk menghindari kehamilan yang tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang memang sangat diinginkan, mengatur interval diantara

kehamilan, mengontrol waktu saat kelahiran dalam hubungan dengan umur suami istri serta menentukan jumlah anak dalam keluarga (2).

Kontrasepsi suntik bulanan merupakan metode suntikan yang pemberiannya tiap bulan dengan jalan penyuntikan secara intramuskular sebagai usaha pencegahan kehamilan berupa hormon progesteron dan estrogen pada wanita usia subur. Sedangkan Kontrasepsi suntik DMPA / suntik 3 bulan merupakan cara untuk mencegah kehamilan dengan melalui suntikan hormonal yang mengandung hormon progesteron dan dapat merangsang pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus sehingga menyebabkan terjadinya peningkatan nafsu makan dan berat badan (3). Efek samping suatu metode kontrasepsi merupakan suatu faktor yang perlu dipertimbangkan dalam menentukan keputusan terhadap kelangsungan pemakaian metode kontrasepsi. Kenaikan berat badan merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan oleh akseptor KB suntik (4). Sebuah penelitian melaporkan pemakaian kontrasepsi tiga bulan meningkat berat badan lebih dari 2,3 kilogram pada tahun pertama dan meningkat 7,5 kilogram selama enam tahun. Sedangkan pemakaian cylofem berat badan meningkat rata-rata dua hingga tiga kilogram tahun pertama pemakaian dan terus bertambah selama tahun kedua (5).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan pada tahun 2016 menyatakan bahwa akseptor kontrasepsi suntik DMPA yang mengalami kenaikan berat badan disebabkan nafsu makan meningkat dan tidak terkontrol pola makannya (6). Menurut Survey Demografi Indonesia (SDKI) cakupan peserta KB baru dan KB aktif di Indonesia pada tahun 2015. Peserta KB baru suntik sebanyak 49,93%, pil 26,36%, implant sebanyak 9,63%, IUD sebanyak 6,81% kondom sebanyak 5,47%, MOW sebanyak 1,64%, MOP 0,16%. Sedangkan peserta KB aktif suntik 47,78%, pil 23,6%, IUD 10,73%, implant 10,58%, kondom 3,16%, MOW 3,49%, MOP 0,65% (7). Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2015, Provinsi Sulawesi Utara tahun 2014 jumlah PUS (Pasangan Usia Subur) yaitu 445.636, jumlah keseluruhan peserta KB aktif sebanyak 333.254 orang, dimana suntik 138.301 (41,%), pil 81.033 (24,31%), implant 61.188 (18,36%), AKDR 35.331 (10,6%), kondom 9.302 (2,79%), MOW 7.187 (2,15%), MOP 912 (0,28%) dan di Kota Manado tahun 2014 jumlah PUS yaitu 79.384, jumlah keseluruhan peserta KB aktif sebanyak 66.733 orang, dimana suntik 22.071 (33,07%), pil 16.521 (24,75%), implant 8.718 (13,06%), AKDR 11.741 (17,59%), kondom 4.713 (7,06%), MOW 2.523 (3,78%), MOP 446 (0,66%) (8). Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Ranotana Weru (2016) jumlah Pasangan Usia Subur (PUS) 1.740 dan sebagai peserta aktif sebanyak 1.413 (81,20%) dan yang tidak aktif sebanyak 327 oleh karena ingin menambah anak dan ingin menunda kehamilan tapi tidak menggunakan kontrasepsi. Kontrasepsi suntik

Depoprogesteron 635 (44,93%), suntik Cyclofem 587 (41,54%), jumlah keseluruhan kontrasepsi suntik sebanyak 1.222 (86,48%), pil sebanyak 123 (8,70%), Implant 47 (3,32%), IUD / AKDR 13 (0,92%), kondom 8 (0,56%), MOW dan MOP 0 (0%) (Profil Puskesmas Ranotana Weru, 2016) (9). Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Ranotana pada bulan Maret 2017 jumlah akseptor kontrasepsi suntik DMPA (tribulan) berjumlah 132 orang dan yang mengalami kenaikan berat badan 93 orang dengan rata-rata pemakaian selama 2-3 tahun. Berdasarkan data diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Faktor-faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Ranotana Weru Kecamatan Wanea Kota Manado.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah survey analitik dengan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan terhadap 92 sampel dari jumlah populasi 1.222 dengan menggunakan rumus Slovin yang ditentukan secara *purposive sampling*. Penelitian dilakukan pada bulan Februari-Agustus 2017 di Puskesmas Ranotana Weru Kecamatan Wanea Kota Manado. Variabel bebas penelitian ini yaitu faktor faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan (Usia, pola makan, aktifitas fisik) dan variabel terikat penelitian ini yaitu kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik

HASIL

Karakteristik Responden menurut Pendidikan menunjukkan bahwa sebagian besar SMA dan Perguruan Tinggi yaitu 80 orang (87,0%), berdasarkan pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian besar Responden bekerja sebagai IRT yaitu 70 orang (76,1%). Distribusi Frekuensi Kenaikan Berat Badan Responden menunjukkan bahwa sebagian besar Responden naik berat badannya yaitu 77 orang (83,7%). Distribusi Frekuensi Lama Penggunaan KB Suntik Responden menunjukkan bahwa Lama Penggunaan KB suntik Responden yaitu 1 – 4 tahun sebanyak 64 orang (83,1%).

Gambaran responden berdasarkan variabel yang diteliti menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 20-35 tahun yaitu 71 orang (77,2%). Distribusi Frekuensi Pola Makan Responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan yang sering yaitu 61 orang (66,3%). Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Responde menunjukkan bahwa sebagian besar Responden melakukan Aktivitas Fisik yang ringan yaitu 75 orang (81,5%).

Analisis Bivariat Variabel Penelitian

Analisis data dengan menggunakan uji Korelasi *Spearman Rank* dengan tingkat kemaknaan $P < 0,05$. Gambaran hasil analisis Usia, Pola Makan dan Aktifitas Fisik Responden dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Pengaruh Usia, Pola Makan dan Aktifitas Fisik terhadap Kenaikan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik di Puskesmas Ranotana Weru Kecamatan Wanea Kota Manado Tahun 2017

	Kenaikan Berat Badan				p	RP	95% CI
	Naik		Tidak Naik				
	Jlh	%	Jlh	%			
Usia :							
20-35 th	63	81,82	8	53,34	0,01	4	1,01-14,65
<20-≥ 35 th	14	18,18	7	46,66			
Pola Makan :							
Sering	55	71,42	6	40,00	0,01	3,75	1,03-14,23
Jarang	22	28,58	9	60,00			
Aktifitas fisik :							
Ringan	60	77,92	15	100	0,04	0	0,01-0,94
Sedang	17	22,08	-				

Tabel 1 menunjukkan bahwa proporsi kenaikan berat badan responden yang berusia 20-35 tahun lebih besar dibanding dengan responden dengan usia <20 - ≥35 tahun, melalui uji statistik terdapat perbedaan prevalensi yang bermakna antara usia dengan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik (nilai $p = 0,01$). Nilai rasio prevalensi menjelaskan bahwa responden yang berusia 20-35 tahun lebih besar 4 kali dibanding dengan responden dengan usia <20 - ≥35 tahun, estimasi interval dengan kepercayaan 95% untuk rasio prevalensi tersebut di populasi berkisar antara 1,01 hingga 14,65.

Pola makan menunjukkan proporsi kenaikan berat badan responden makan sering lebih besar dibanding dengan responden yang makan jarang, melalui uji statistik terdapat perbedaan prevalensi yang bermakna antara pola makan dengan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik (nilai $p = 0,01$). Nilai rasio prevalensi menjelaskan bahwa responden yang makan sering lebih besar 3,75 kali dibanding dengan responden dengan pola makan jarang, estimasi interval dengan kepercayaan 95% untuk rasio prevalensi tersebut di populasi berkisar antara 1,03 hingga 14,23.

Aktifitas fisik menunjukkan kenaikan berat badan responden dengan dengan aktifitas fisik ringan lebih besar dibanding dengan responden dengan aktifitas sedang, melalui uji statistik terdapat perbedaan prevalensi yang bermakna antara aktifitas fisik dengan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik (nilai $p = 0,04$). estimasi interval dengan

kepercayaan 95% untuk rasio prevalensi tersebut di populasi berkisar antara 0,01 hingga 0,94.

PEMBAHASAN

Pada pengumpulan data didapatkan berdasarkan pendidikan responden yang mengalami kenaikan berat badan dengan pendidikan SMA-Perguruan tinggi sebanyak 80 orang (87.0%) sedangkan responden dengan pendidikan SD-SMP sebanyak 12 orang (13.0%). Hasil penelitian berdasarkan pekerjaan responden sebagian besar responden yang mengalami kenaikan berat badan dengan mempunyai pekerjaan IRT sebanyak 70 orang 76.1% sedangkan responden dengan pekerjaan Swasta dan PNS berjumlah 22 orang (23.9%). Pada pengukuran berat badan sebagian besar responden yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 77 orang (83.7 %) dan yang tidak mengalami kenaikan berat badan sebanyak 15 orang (16.3%). Berdasarkan lama penggunaan kontrasepsi suntik responden sebagian besar yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 64 orang (83.1%) dengan lama penggunaan 1- 4 tahun sedangkan responden dengan lama penggunaan 5-7 tahun mengalami kenaikan berat badan berjumlah 13 orang (16.9%).

Pada analisa data usia terhadap kenaikan berat badan di Puskesmas Ranotana Kecamatan Wanea Kota Manado menunjukkan bahwa Responden yang paling banyak mengalami kenaikan berat badan berusia 20-35 tahun yaitu 68,4% atau 63 Responden. Hasil uji statistik *Spearman Rank* menunjukkan terdapat pengaruh antara kedua variabel, dengan nilai (p) = 0,01 ($<0,05$). Menurut peneliti, hal tersebut terjadi karena usia 20-35 tahun merupakan usia produktif bagi seorang wanita, dimana mereka mudah mengalami kenaikan berat badan, yang disebabkan juga salah satunya oleh hormone yang terkandung di dalam suntikan DMPA. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Haryani (2010) yang berpendapat bahwa penyebab adanya kenaikan berat badan pada usia antara 20-35 tahun dikarenakan tingkat kesuburan lebih tinggi dibandingkan dengan usia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun (10). Sehubungan dengan penelitian ini responden semuanya berjenis kelamin perempuan berkaitan dengan teori mengatakan bahwa perempuan akan lebih mudah gemuk dibandingkan dengan laki-laki karena mempunyai otot tubuh yang lebih kecil dan otot membakar kalori lebih banyak dari jaringan tubuh yang lain dapat menyebabkan metabolisme pada perempuan jauh lebih lambat sehingga mudah mengalami kenaikan berat badan. Pada analisa data pola makan terhadap kenaikan berat badan di Puskesmas Ranotana Kecamatan Wanea Kota Manado menunjukkan paling banyak yaitu 59,7% atau 55 responden mempunyai pola makan sering yang mengalami kenaikan berat badan.

Hasil uji statistic menunjukkan terdapat pengaruh antara kedua variabel, dengan nilai (p) = 0,01 ($<0,05$). Menurut peneliti hasil penelitian tersebut sesuai dengan hasil tanya jawab selama penelitian dengan menggunakan kuesioner FFQ didapati bahwa responden lebih banyak mengkonsumsi makanan yang tinggi kalori, makanan berlemak, rendah protein dan makanan yang kurang berserat, sehingga mudah mengalami kenaikan berat badan. Sedangkan menurut hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perubahan berat badan dapat disebabkan oleh efek samping penggunaan kontrasepsi suntik karena pengaruh hormon progesteron yang 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, akibatnya pemakaian kontrasepsi suntik menyebabkan berat badan bertambah (11). Pada analisis data aktifitas fisik terhadap kenaikan berat badan akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Ranotana Weru Kecamatan Wanea Kota Manado menunjukkan paling banyak yaitu 65.2% atau 60 responden mempunyai aktifitas fisik ringan yang paling banyak mengalami kenaikan berat badan.

Hasil uji statistik menunjukkan adanya pengaruh aktifitas fisik terhadap kenaikan berat badan, dengan nilai (p) = 0,04 ($<0,05$). Menurut peneliti hal itu dikarenakan banyak responden yang memiliki pekerjaan sebagai Ibu rumah tangga, sehingga aktifitas yang dilakukan tidak terlalu berat, yang mengakibatkan terjadi kenaikan berat badan. Hal itu sesuai dengan Wijayanti (2006) yang dikutip Liando dkk (2015) yang mengatakan bahwa aktifitas fisik dapat mempengaruhi kenaikan berat badan seseorang. Hal ini disebabkan karena asupan energi yang melebihi kebutuhan tubuh yang biasanya dialami oleh seseorang yang kurang olahraga atau kurang aktifitas fisik sehingga energi yang masuk kedalam tubuh tidak dibakar atau digunakan sehingga menjadi lemak dan menyebabkan berat badan naik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 92 responden akseptor kontrasepsi suntik DMPA dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut ;

1. Adanya pengaruh usia terhadap kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Ranotana Weru Kecamatan Wanea Kota Manado
2. Adanya pengaruh pola makan terhadap kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Ranotana Weru Kecamatan Wanea Kota Manado
3. Adanya pengaruh aktifitas fisik terhadap kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Ranotana Weru Kecamatan Wanea Kota Manado

SARAN

Berdasarkan kesimpulan, maka disarankan :

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi kepentingan pendidikan dan tambahan kepustakaan Poltekkes Kemenkes Manado.

2. Bagi Tempat Penelitian

Dengan hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat petugas kesehatan terutama bagi bidan agar terus memberikan informasi tentang efek samping kontrasepsi suntik sehingga akseptor dapat mengontrol kenaikan berat badan dan dapat memilih kontrasepsi yang sesuai

3. Bagi Responden

Sebagai masukan untuk memahami semua efek samping dari KB yang akan dipakai terutama kontrasepsi suntik, dapat mengatur pola makan serta sering melakukan aktifitas fisik seperti berolahraga sehingga bisa menjaga keseimbangan berat badan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI (2011). *Profil Data Kesehatan Indonesia 2011*. (Diakses tanggal 20 Februari 2017)
2. Mariatalia Dewi. (2012). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*, Pustaka Pelajar, Jogjakarta.
3. Sari I. (2015). Kontrasepsi Hormonal Suntik Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) sebagai salah satu penyebab kenaikan berat badan. Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, *Volume 4, Nomor 7, Juni 2015* (diakses tanggal 17 Februari 2017).
4. Liando H, Kundre R, Bataha Y. (2015). Faktor-faktor yang berhubungan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi DMPA (Depo Medroxy Progesterone Asetat) di Puskesmas Kumelembuai, Kabupaten Minahasa Selatan. *e-journal keperawatan (e-kep)*, *Volume 3, Nomor 2, Mei 2015*. (Diakses tanggal 17 Februari 2017)
5. Dewi, Susilani dan Siswatibudi, H. (2016). Rata-rata Kenaikan Berat Badan Antara Pemakaian KB suntik Kombinasi dengan DMPA di Rumah Bersalin Amanda Sleman. *Volume 7, Nomor 1, Mei 2016*. (Diakses tanggal 25 Maret 2017)
6. Moloku M, Hutagaol E, Masi G. (2016). Hubungan lama pemakaian lama kontrasepsi suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan di Puskesmas Ranomuut Manado. *e-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 4 Nomor 1, Mei 2016*. Diakses tanggal 17 Februari 2017
7. Kemenkes RI (2015). *Profil Data Kesehatan Indonesia 2015*. (Diakses tanggal 17 Februari 2017)
8. BKKBN Provinsi Sulut (2015), *Data KB dan Tahapan Keluarga Berencana*

9. Profil Puskesmas Ranotana Weru. (2016). *Laporan Kunjungan Puskesmas dan data KB Puskesmas Ranotana Weru Januari- Desember 2016*.
10. Haryani D. (2010). *Pengaruh Frekuensi Kontrasepsi Suntik DMPA Terhadap Kenaikan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi suntik*. Skripsi, Di Bidan Prada Semarang. (Diakses tanggal 31 Juli 2017)
11. Erawati D. (2015). *Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik dengan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat*. Skripsi, di Bidan Praktik Mandiri (BPM) Sugiyati Kajoran Magelang (Diakses tanggal 04 Agustus 2017)