



Artikel Penelitian

## HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI HORMONAL TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN PADA AKSEPTOR DI PUSKESMAS BAGAN BATU

### RELATIONSHIP OF USE HORMONAL CONTRACEPTIONS ON BODY WEIGHT INCREMENT IN ACCEPTORS AT BAGANBATU HEALTH CENTER

Muhammad Hafizh Nandhana Sitorus,<sup>a</sup> Sinta Veronica<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara, Jalan STM No 77, Medan, 20219, Indonesia

<sup>b</sup> Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara, Jalan STM No 77, Medan, 20219, Indonesia

#### Histori Artikel

Diterima:

04 Juni 2023

Revisi:

14 Desember 2024

Terbit:

01 Januari 2025

#### ABSTRAK

Kontrasepsi hormonal adalah suatu metode untuk mencegah terjadinya kehamilan yang menggunakan hormon progesterin atau kombinasi estrogen dan progesterin. Penggunaan kontrasepsi hormonal secara global telah mengalami peningkatan sebesar 3% dari tahun 1990 (54%) hingga tahun 2015 (57%). Di benua Afrika peningkatan pengguna kontrasepsi hormonal terjadi sebesar 4,9%, sedangkan di Asia sebesar 0,9%, namun di Amerika Latin dan Karibia pengguna kontrasepsi hormonal relatif stabil pada 66,7%. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh penggunaan alat kontrasepsi hormonal terhadap peningkatan berat badan pada akseptor KB. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik dengan desain *cross sectional*. Hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* tentang hubungan antara pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap peningkatan berat badan pada akseptor KB diperoleh nilai signifikansi  $p=0,027$  ( $p<0,05$ ). Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap peningkatan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Bagan Batu.

#### ABSTRACT

*Hormonal contraception is a method to prevent pregnancy that can be used a progesterin hormones or combination between estrogen and progesterin. Globally, the use of hormonal contraceptives has increased at 35% from 1990 (54%) to 2015 (57%). In Africa, the increase of people who used hormonal contraceptives is about 4,9%, meanwhile in Asia is about 0,9%, different from other in Latin America and the Caribbean remained steady at 66.7%. The purpose of this research is to analyze the effect of using hormonal contraceptives on weight gain in family planning acceptors. The research method used in this research is analytic with a cross sectional design. The results of statistical test using chi square found that relationship between the use of hormonal contraceptives with increasing body weight in family planning acceptors obtained a value of signification  $p=0,027$  ( $p<0,05$ ). The value indicates that there is a significant relationship between the use of hormonal contraceptives on increasing body weight in family planning acceptors at the Bagan Batu Health Center.*

#### Kata Kunci

Kontrasepsi, Hormonal. Akseptor

#### Korespondensi

Tel. 081361632316

Email:

muhammadhafizhnanda@gmail.com

## PENDAHULUAN

Kontrasepsi hormonal adalah suatu metode untuk mencegah terjadinya kehamilan dengan menggunakan hormon progesterin atau kombinasi estrogen dan progesterin. Kontrasepsi hormonal berdasarkan jangka pemakaian dibagi menjadi dua, yakni jangka pendek seperti pil kombinasi, progesterin mini pil, injeksi KB hormonal 1 bulan dan *Depo Medroxy-Progesterone Acetate* (DMPA), kemudian penggunaan kontrasepsi jangka panjang atau pemakaian >5 tahun seperti *levonorgestrel Intra Uterine System* (LNG-IUS) dan *implant*. Salah satu pengobatan kontrasepsi reversibel terbaik yang tersedia untuk mencegah kehamilan adalah kontrasepsi hormonal. Kontrasepsi kombinasi bekerja terutama dengan mengganggu sistem hipotalamus-hipofisis, yang mencegah ovulasi dengan mencegah berfungsinya lonjakan hipotalamus dan *Luteinizing Hormone* (LH).<sup>1</sup>

Empat mekanisme mendasari tindakan kontrasepsi hormonal: penekanan ovulasi, modifikasi viskositas lendir serviks untuk menghambat migrasi dan transit sperma, gangguan implantasi dengan mengubah keadaan lapisan endometrium, dan gangguan peristaltik tuba falopi sebagai akibat dari transportasi sperma.<sup>1</sup> *World health organization* (WHO) menjelaskan peningkatan penggunaan kontrasepsi hormonal tertinggi adalah di Asia dan Amerika Latin dan terendah di Sub-Sahara Afrika. Secara global penggunaan kontrasepsi hormonal telah meningkat sebesar 3% dari tahun 1990 hingga tahun 2015. Lebih rinci dapat disampaikan bahwa negara-negara di Afrika mengalami peningkatan penggunaan kontrasepsi hormonal sebesar 4,9% yaitu dari 23,6%

menjadi 28,5%, begitu juga dengan negara-negara di Asia yang juga mengalami peningkatan meskipun tidak begitu besar, yaitu 0,9%, namun berbeda dengan kawasan lainnya di Amerika Latin dan Karibia pengguna kontrasepsi hormonal tetap stabil pada angka 66,7%.<sup>2</sup>

Salah satu upaya yang dilakukan dalam program KB adalah melalui penggunaan alat kontrasepsi. Di Asia tingkat penggunaan kontrasepsi tertinggi ditemukan di wilayah Timur dan Tenggara Asia. Di beberapa negara yang ada di Asia, penggunaan kontrasepsi pada tahun 2015 >70%, dengan perkiraan tertinggi sebesar 83% ditemukan di Negara Cina dan terendah ditemukan di Afghanistan dan Timor Leste yaitu sebesar 29%.<sup>3</sup>

Kontrasepsi hormonal adalah salah satu metode untuk mencegah kehamilan yang menggunakan obat-obatan yang mengandung dua hormon sintetik, yakni estrogen dan progesterin. Keduanya serupa dengan hormon-hormon alamiah yang dihasilkan tubuh, estrogen dan progesteron. Berdasarkan data Riskesdas 2018, data penggunaan KB di Indonesia pada tahun 2013 adalah 59,6% dan pada tahun 2018 adalah 66%.

Penggunaan metode kontrasepsi di provinsi Riau pada tahun 2016 menunjukkan bahwa akseptor Keluarga Berencana (KB) memilih untuk menggunakan metode kontrasepsi jangka pendek 79,5% dan jangka panjang 34,6%. Proporsi penggunaan metode kontrasepsi di provinsi Riau yaitu suntik (52,0%), implan (4,6%), pil (35,8%), dan lainnya (0,6%).<sup>4</sup>

Penggunaan kontrasepsi suntik hormonal dapat menyebabkan peningkatan berat badan. Berdasarkan penelitian *University Texas Medical Branch*, wanita yang menggunakan kontrasepsi *Depo Medroxy-Progesteron Acetate* (DMPA) atau dikenal KB suntik tiga bulan, rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 5,5 kg dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu tiga tahun pemakaian.<sup>5</sup>

Faktor hormonal yang menyebabkan kenaikan berat badan: progesteron meningkatkan lemak di bawah kulit dengan memfasilitasi konversi karbohidrat dan gula menjadi lemak. Ia juga meningkatkan nafsu makan dan mengurangi aktivitas fisik, yang berarti bahwa penggunaan alat kontrasepsi hormonal dapat berdampak buruk pada berat badan. Penanganan yang tidak tepat terhadap efek samping yang terkait dengan kontrasepsi hormonal dapat menyebabkan kesuburan wanita terganggu, sehingga kecil kemungkinannya untuk hamil lagi dalam jangka waktu yang lama. Masalah kesehatan juga dapat timbul akibat peningkatan berat badan yang terus-menerus, yang dapat menyebabkan obesitas dan munculnya penyakit yang dapat berakibat fatal.<sup>6</sup>

Program KB di Indonesia juga telah berhasil menaikkan angka prevalensi kontrasepsi dari sekitar 10 % pada 1970 menjadi kurang lebih 62% pada 2017. Angka kesuburan total, *Total Fertility Rate* (TFR) mengalami penurunan dari 2,6 pada akibat survei sebelumnya menjadi 2,4. Metode yang biasa digunakan wanita dalam ber KB yaitu injeksi 29%, pil 12% dan implan 5%.<sup>7</sup>

Peningkatan berat badan yang dialami akseptor KB hormonal pada tahun pertama sekitar 2-3 kg, dan setelah penggunaan 3 tahun rata-rata terjadi peningkatan berat badan sekitar 5,5 kg. Penelitian yang dilakukan secara deskriptif di Indonesia menyebutkan bahwa terjadi kenaikan berat badan sebesar 1-3 kg pada 24 orang (52,2%) dan lebih dari 5 kg sebanyak 2 orang (4,3%).<sup>8</sup>

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, serta adanya keluhan peningkatan berat badan akibat pemakaian KB hormonal yang dirasakan oleh beberapa anggota keluarga dari peneliti, sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian ini. Berdasarkan survei awal yang dilakukan di Puskesmas Bagan Batu, jumlah wanita usia subur yang menggunakan KB hormonal tiap bulannya mengalami peningkatan. Data menunjukkan sebanyak 60 orang dari bulan November-Desember 2021 telah menjadi pengguna KB hormonal baru. Kontrasepsi hormonal suntik adalah yang paling sering digunakan, dan mereka yang menggunakannya menunjukkan peningkatan berat badan. Alasan peneliti mengambil lokasi penelitian di Puskesmas Bagan Batu karena belum terdapat data yang menjelaskan pengaruh penggunaan alat kontrasepsi hormonal terhadap peningkatan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Bagan Batu.

## **METODE**

Metode penelitian ini bersifat analitik dengan desain *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan penggunaan alat kontrasepsi hormonal yang meliputi pil, implan dan suntikan

terhadap peningkatan berat badan yang di definisikan meningkat apabila terdapat kenaikan berat badan sebanyak >2 kg pada akseptor KB yang diukur menggunakan instrumen penelitian berupa timbangan injak dan *microtoice* yang telah ditera sebelum dilakukan pengukuran sehingga mendapatkan hasil yang tepat.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengguna kontrasepsi hormonal di Puskesmas Bagan Batu periode November 2021 – Desember 2021. Besar sampel ditetapkan menggunakan teknik *total sampling*, yang didapati jumlah sampel sebanyak 60. Sampel penelitian ini memiliki kriteria inklusi yaitu seluruh pengguna alat kontrasepsi hormonal di puskesmas Bagan Batu, akseptor yang berusia 20 tahun – 40 tahun, dan lama pemakaian kontrasepsi kurang lebih 1 tahun pemakaian, untuk kriteria eksklusi yaitu usia akseptor tidak lebih dari 40 tahun, lama pemakaian kontrasepsi tidak boleh kurang dari 1 tahun. Lokasi penelitian dilaksanakan di Puskesmas Bagan Batu, Jl. Lintas Sumatera No.562, Bagan Batu, Kec. Bagan Sinembah. Kab. Rokan Hilir, Riau. Data penelitian didapati dari data sekunder, yaitu ibu yang menggunakan kontrasepsi hormonal yang tercatat pada rekam medik di Puskesmas Bagan Batu.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan timbangan injak dan *microtoice* yang telah ditera sehingga mendapatkan hasil yang tepat. Setelah mencatat hasil penelitian dan selanjutnya menggunakan laptop untuk memasukkan dan mengolah data penelitian tentang pengaruh penggunaan KB hormonal dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Bagan Batu.

Teknik pengolahan data pada penelitian ini adalah dengan melakukan analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat pada penelitian ini dilakukan untuk menjelaskan karakteristik dari masing – masing variabel yang meliputi variabel independen (kontrasepsi hormonal) dan variabel dependen (peningkatan berat badan). Analisis bivariat dilakukan untuk menjelaskan atau mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen dengan menggunakan uji *chi square*.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara No.283/EC/KEPK. UISU/VII/2022.

## HASIL

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2021 sampai bulan September 2022. Lokasi penelitian ini adalah Puskesmas Bagan Batu.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Karakteristik Umum Berdasarkan Usia Akseptor di Puskesmas Bagan Batu**

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
20 – 35 Tahun	50	83,3
>35 Tahun	10	16,7
<b>Jumlah</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel diatas didapatkan frekuensi usia akseptor 20 – 35 tahun ssebanyak 50 responden dengan presentase 83.3%. Frekuensi usia akseptor >35 tahun ssebanyak 10 responden dengan presentase 16.7%. Usia akseptor paling banyak adalah 20-35 tahun ssebanyak 50 responden (83.3%), dan Usia > 35 tahun 10 responden (16.7%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Karakteristik Umum Menurut Lama Pemakaian Kontrasepsi di Puskesmas Bagan Batu**

Lama Pemakaian Kontrasepsi	Frekuensi	Presentase (%)
1 - 2 tahun	34	56,7
> 2 tahun	26	43,3
<b>Jumlah</b>	<b>60</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa lama pemakaian kontrasepsi 1 -2 tahun adalah ssebanyak 34 dengan presentase 56,7% dan lama pemakaian kontrasepsi >2 tahun adalah ssebanyak 26 dengan frekuensi 43,3%. Frekuensi lama pemakaian kontrasepsi paling banyak adalah 1-2 tahun yaitu ssebanyak 34 responden (56,7%).

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Karakteristik Umum Berdasarkan Jenis Kontrasepsi di Puskesmas Bagan Batu**

Jenis Kontrasepsi	Frekuensi	Presentase (%)
Pil	17	28,3%
Implan	20	33,3%
Suntik	23	38,3%
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel diatas didapatkan frekuensi jenis kontrasepsi paling banyak digunakan adalah suntik yaitu ssebanyak 23 responden (38,3%), Implan 20 responden (33,3%) dan pil 17 responden (28.3%).

Berdasarkan tabel 4 didapatkan frekuensi Indeks Massa Tubuh Akseptor paling banyak memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) *overweight* 23-24,9 yaitu 30 responden (50,0%), berat badan normal 18-22,9 24 responden (40,0%), obesitas tingkat I 25-24,9 4 responden (6,7%) berat badan kurang <18 2 responden (3,3%), dan obesitas tingkat II tidak ada.

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Karakteristik Umum Berdasarkan IMT Akseptor KB**

IMT Akseptor	Frekuensi	Presentase (%)
Berat Badan Kurang (<18,5)	2	3,3 %
Berat Badan Normal (18.5-22,9)	24	40,0 %
Overweight (23-24,9)	30	50,0 %
Obesitas Tingkat I (25-29,9)	4	6,7%
Obesitas Tingkat II (>30)	0	0,0%
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas didapatkan frekuensi akseptor yang mengalami peningkatan berat badan ssebanyak 53 responden (88,3%), dan 7 responden tidak mengalami peningkatan berat badan (11,7%).

**Tabel 5. Peningkatan Berat Badan pada Akseptor KB**

Peningkatan Berat Badan	Frekuensi	Presentase (%)
Meningkat	53	88,3%
Tidak Meningkatkan	7	11,7%
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100 %</b>

Analisa bivariat dilakukan untuk menjawab bagaimana hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap peningkatan berat badan pada peserta akseptor KB di puskesmas Bagan Batu.

**Tabel 6. Uji Korelasi Penggunaan Kontrasepsi Hormonal terhadap Peningkatan Berat badan**

Jenis Kontrasepsi	Peningkatan Berat Badan				Total	p Value
	Meningkat		Tidak Meningkatkan			
	f	%	f	%		
Pil	12	20,0	5	8,3	17	28,3
Implan	19	31,7	1	1,7	20	33,3
Suntik	22	36,6	1	1,7	23	38,3
<b>Total</b>	<b>53</b>	<b>88,3</b>	<b>7</b>	<b>11,7</b>	<b>60</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil uji korelasi penggunaan kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan memiliki nilai

$p = 0,027$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan.

**Tabel 7. Uji Korelasi Usia terhadap Penggunaan Kontrasepsi Hormonal**

Jenis Kontrasepsi	Usia				Total		p Value
	20-35 Tahun		>35 Tahun		f	%	
	f	%	f	%			
Pil	17	28,3	0	0,0	17	28,3	0,002
Implan	12	20,0	8	13,3	20	33,3	
Suntik	21	35,0	2	3,3	23	38,3	
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>83,3</b>	<b>10</b>	<b>16,7</b>	<b>60</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil uji korelasi usia terhadap penggunaan kontrasepsi hormonal dengan nilai  $p = 0,002$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan.

**Tabel 8. Uji Korelasi Lama Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dengan Peningkatan Berat Badan**

Lama Penggunaan Kontrasepsi	Peningkatan Berat Badan				Total		p Value
	Meingkat		Tidak Meingkat		f	%	
	f	%	f	%			
1-2 Tahun	29	48,3	5	8,3	34	56,7	0,039
>2 Tahun	24	40,0	2	3,3	26	43,3	
<b>Total</b>	<b>53</b>	<b>88,3</b>	<b>7</b>	<b>11,6</b>	<b>60</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil uji korelasi lama penggunaan kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan dengan nilai  $p = 0,039$  ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi dengan peningkatan berat badan.

## DISKUSI

Pada tabel 1 didapatkan frekuensi usia akseptor paling banyak adalah 20-35 tahun ssebanyak 50 responden (83,3%). Umur 20-35

tahun merupakan umur reproduksi dalam fase. menjarangkan kehamilan bukan untuk mengakhiri kehamilan, sehingga diperlukan kontrasepsi yang efektif, hal ini disebabkan karena pada umur ini merupakan umur yang reproduktif dan produktif dalam mempunyai anak atau melahirkan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anisa Putri pada tahun 2013 yang mendapatkan mayoritas berusia antara 26-35 tahun yaitu ssebanyak 20 orang atau (48,8%), kemudian (41,4%) berusia lebih dari 35 tahun dan hanya 9,8% yang berusia kurang dari 25 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa akseptor KB kebanyakan berusia subur.<sup>9</sup> Serta sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Desi Ekawati pada tahun 2020, didapatkan umur responden yang paling dominan adalah umur antara 20-35 tahun, yaitu sebanyak 27 responden (77,1%).<sup>10</sup> Sedangkan penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurya Fiandika tahun 2017, didapatkan sebagian besar responden menggunakan kontrasepsi berusia 36-40 tahun sebanyak 22 (42%) dan tidak ada satupun responden menggunakan kontrasepsi yang berusia 16-20 tahun ssebanyak 0 (0%).<sup>11</sup>

Tabel 2. distribusi frekuensi lama pemakaian kontrasepsi paling banyak adalah 1-2 tahun yaitu ssebanyak 34 responden (56,7%). Lamanya pemakaian alat kontrasepsi sesuai dengan tujuan yang diinginkan oleh akseptor yaitu untuk menunda kehamilan, mengatur kesuburan atau menjarangkan kehamilan. Fase menunda kehamilan bagi Pasangan Usia Subur yang istrinya berusia kurang dari 20 tahun dianjurkan untuk menunda kehamilannya. Hal ini karena kehamilan pada usia kurang dari 20

tahun merupakan kehamilan resiko tinggi. Pada pasangan ini frekuensi sanggamanya masih tinggi sehingga dianjurkan menggunakan alat kontrasepsi yang efektivitasnya tinggi hal ini didukung oleh hasil dari tabel 1 didapatkan rata rata usia akseptor 20-35 tahun. Fase menjarangkan.kehamilan pada pasangan yang usia subur merupakan periode yang paling baik untuk.melahirkan, dengan jumlah anak 2 orang dan jarak antara kelahiran adalah 2-4 tahun. Pada pasangan ini, segera setelah anak pertama lahir dianjurkan untuk menggunakan alat kontrasepsi yang efektivitasnya cukup tinggi dan resersibilitas cukup tinggi, karena masih mengharapkan punya anak lagi, dan ini adalah tujuan program KB. Fase menghentikan kehamilan biasanya pada periode umur isteri diatas 35 tahun sebaiknya menghentikan kehamilan setelah mempunyai 2 orang anak. Hal ini karena kehamilan pada usia diatas 35 tahun merupakan risiko tinggi. Pada pasangan ini dianjurkan untuk menggunakan alat kontrasepsi yang efektivitasnya tinggi, dapat dipakai jangka panjang serta tidak mengganggu kesehatan pada massa tua.<sup>12</sup> Penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zahera Ibrahim tahun 2022 mayoritas responden dengan lama pemakaian KB hormonal > 1 tahun yaitu ssebanyak 16 akseptor (59,26%).<sup>13</sup> Sedangkan penelitian lain memperlihatkan hasil yang berbeda, dimana penelitian Efi Sriwahyuni mendapatkan hasil bahwa mayoritas pengguna KB hormonal adalah yang menggunakan kontrasepsi hormonal <1 tahun yaitu 59,42%.<sup>14</sup>

Pada tabel 3 jenis kontrasepsi paling banyak digunakan adalah suntik yaitu sebanyak 23 responden (38,3%). Menurut wanita usia

subur yang ingin menunda kehamilan pada wilayah kerja Puskesmas Bagan Batu, efek samping yang ditimbulkan oleh KB suntik lebih sedikit, murah, aman dan sederhana, dibandingkan dengan mengkonsumsi KB pil yang harus minum setiap hari dan adanya kemungkinan lupa untuk minum pil KB. Penelitian ini sejalan dengan data SDKI Tahun 2012, penggunaan kontrasepsi hormonal pada wanita menikah yaitu penggunaan injeksi (suntik) mencapai 98,0% lebih tinggi dari pil 97,3% dan implan 89,0%.<sup>15</sup> Serta sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Diyah Herowati tahun 2019 dimana penggunaan kontrasepsi paling banyak yaitu kontrasepsi suntik, karena kontrasepsi suntik selain efektif mencegah kehamilan, juga mudah pemasangannya dan memiliki efek samping yang lebih ringan dari pada pil dan implan.<sup>16</sup>

Menurut Hartanto (2004), kontrasepsi hormonal memiliki daya kerja yang relatif lama dan tidak membutuhkan pemakaian setiap hari, sehingga tetap efektif dan tingkat reversibilitasnya tinggi, artinya kembalinya kesuburan setelah pemakaian berlangsung cepat.<sup>17</sup> Penggunaan alat kontrasepsi hormonal seperti suntik, pil, dan implan pada fase menjarangkan kehamilan adalah cara KB yang efektif. Hal ini sesuai dengan teori Siswosudarmo dkk. (2007) bahwa cara KB yang cocok pada fase menjarangkan kehamilan (umur 20-35 tahun) dianjurkan agar pasangan usia subur cara KB yang efektif adalah hormonal (pil, suntik, dan implan) maupun AKDR.<sup>18</sup> Pada penelitian yang dilakukan oleh Nurya Fiandika tahun 2017 didapatkan, bahwa sebagian besar responden menggunakan alat kontrasepsi suntik

sejumlah 32 orang (61%) dan paling sedikit menggunakan alat kontrasepsi MOW sejumlah 1 orang (2%).<sup>11</sup>

Tabel 4. distribusi frekuensi IMT akseptor didapatkan frekuensi indeks massa tubuh akseptor paling banyak memiliki IMT overweight 23-24,9 yaitu 30 responden (50.0%). Penelitian yang dilakukan oleh Mulyana Hasan, didapatkan bahwa jumlah responden dengan status gizi obesitas ssebanyak 45 orang dengan presentase 58,4% dan yang tidak obesitas ssebanyak 32 orang dengan presentase 41,6%.<sup>19</sup> Program KB mempunyai tujuan ganda, yaitu menurunkan tingkat kelahiran dan mewujudkan norma keluarga kecil bahagia dan sejahtera. Namun tidak dapat dipungkiri timbulnya konsekuensi lain dari penggunaan alat kontrasepsi khususnya kontrasepsi hormonal. Berat badan penerima dapat berfluktuasi, dan indeks massa tubuh mereka dapat meningkat sebagai akibatnya, di antara konsekuensi buruk lainnya. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa progesteron meningkatkan jumlah lemak di bawah kulit dengan memfasilitasi konversi karbohidrat dan gula menjadi lemak.<sup>6</sup>

Pada tabel 5, akseptor yang mengalami peningkatan berat badan, didapatkan frekuensi yang mengalami peningkatan berat badan ssebanyak 53 responden (88,3%). Hal ini karena efek samping penggunaan KB hormonal adalah peningkatan berat badan Hal tersebut disebabkan karena faktor hormonal. Akibat dari respons alat kontrasepsi terjadi peredaman retensi air dalam tubuh, sehingga terjadi kegemukan.

Meningkatnya nafsu makan dan berat badan merupakan dua efek samping hormon progesteron. Penelitian ini sejalan

dengan penelitian yang dilakukan oleh Desi Ekawati tahun 2020, kebanyakan mengalami kenaikan berat badan, yaitu ssebanyak 24 responden (68,6%).<sup>10</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Dhania Pratiwi tahun 2014 yang mengalami peningkatan berat badan, yaitu ssebanyak 23 akseptor (57,5%).<sup>20</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Zahera Ibrahim pada tahun 2022 didapatkan, bahwa dari 27 akseptor KB hormonal, mayoritas responden mengalami peningkatan berat badan yaitu ssebanyak 16 akseptor (59,26%).<sup>13</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Nurya Fiandika tahun 2017, didapatkan hasil sebanyak 44 orang (85%) mengalami peningkatan berat badan dan sebagian kecil tidak mengalami peningkatan berat badan ssebanyak 8 orang (15%).<sup>11</sup>

Tabel uji korelasi penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap peningkatan berat badan, didapatkan korelasi yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan  $p = 0,027$  ( $p < 0,05$ ). Kontrasepsi hormonal merupakan kontrasepsi yang mengandung hormon estrogen dan atau progesteron yang diberikan kepada peserta KB untuk mencegah terjadinya kehamilan.<sup>21</sup> Sementara komponen progestin meningkatkan rasa lapar dan berat badan, komponen estrogen dapat menyebabkan peningkatan berat badan karena retensi cairan.<sup>17</sup> Hasil dari penelitian ini diperoleh 88,3% responden mengalami peningkatan berat badan. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan berat badan yaitu faktor genetic, faktor lingkungan, faktor aktivitas fisik, faktor pola makan, faktor psikis dan faktor hormon. Salah satunya adalah faktor hormonal yang sangat mempengaruhi terjadinya

peningkatan berat badan. Untuk responden yang selalu mengalami peningkatan berat badan setiap kunjungan KB seharusnya responden harus mengontrol pola makan, dan olah raga yang teratur, sehingga peningkatan berat badan dapat terkontrol. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurya Fiandika, hasil analisis dengan menggunakan SPSS 16.0 *for windows* dengan 52 responden diperoleh nilai  $p= 0,000$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai  $p$  value kurang dari  $p= 0,05$  maka Hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima berarti ada hubungan antara penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan kejadian peningkatan berat badan di BPS Sunarsih. Amd. Keb Ngajum.<sup>11</sup> Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wiwi Sartika juga sejalan, dengan hasil uji statistik diperoleh nilai  $p$  value= 0,000 yang artinya berhubungan dengan penggunaan KB suntik 1 bulan. 0,000 yang artinya ada hubungannya dengan penggunaan KB suntik 1 bulan terhadap peningkatan berat badan. Dari hasil uji statistik diperoleh nilai POR: 3,357 yang artinya ibu yang menggunakan KB suntik 1 bulan berisiko mengalami kenaikan berat badan sebesar 3,357 kali dibandingkan yang tidak menggunakan KB suntik 1 bulan.<sup>22</sup> Hasil penelitian yang dilakukan oleh *University of Texas Medical Branch* (UTMB) juga mendapatkan hasil yang serupa, dimana wanita yang menggunakan kontrasepsi hormonal (*Medroxy-Progesterone Acetate /DMPA*) atau dikenal dengan KB suntik 3 bulan memiliki rata-rata peningkatan berat badan sebesar 11 pon (5,5 kg). Selain itu penelitian tersebut juga menemukan bahwa terjadi peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu 3 tahun pada pengguna kontrasepsi hormonal. Penelitian ini

melibatkan 703 wanita dengan pembagian 2 kategori usia yaitu, usia 16 – 24 tahun, dan usia 25 – 33 tahun dengan syarat sedang menggunakan salah satu kontrasepsi seperti: DMPA (KB suntik 3 bulan), oral (desogestrel) atau non hormonal (kondom, abstinensia) selama 3 tahun. Penelitian yang dilakukan oleh Mulyana Hasan mendapatkan hasil yang berbeda, dengan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi square* diperoleh nilai  $p= 0,585$  ( $p>0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara penggunaan kontrasepsi dengan obesitas pada Wanita Usia Subur (WUS) peserta Jamkesmas di Puskesmas Wawonasa.<sup>19</sup>

Tabel uji korelasi usia terhadap penggunaan kontrasepsi hormonal, didapatkan hasil uji korelasi usia terhadap penggunaan kontrasepsi hormonal dengan nilai  $p= 0,002$  ( $p<0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan. Umur ibu merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kehamilan karena berkaitan dengan perlindungan alat-alat reproduksi wanita. Umur reproduksi yang sehat bagi seorang wanita untuk hamil dan melahirkan antara 20-35 tahun. Umur ibu yang terlalu muda (kurang dari 20 tahun) dan terlalu tua (lebih dari 35 tahun) adalah umur yang penuh dengan resiko jika terjadi kehamilan.<sup>11</sup> Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Lia Hartini tahun 2019, dimana hasil penelitian yang dilakukannya mendapatkan bahwa 37 responden yang berusia muda (<30 tahun) 14 orang diantaranya menggunakan kontrasepsi suntik (58,3%), sedangkan responden yang berusia tua ( $\geq 30$  tahun) dan menggunakan kontrasepsi suntik ada 5 orang (38,5%). Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang

bermakna antara usia ibu dengan penggunaan alat kontrasepsi.<sup>23</sup>

Tabel uji korelasi antara lama penggunaan kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan, didapatkan hasil nilai  $p = 0,039$  ( $p < 0,05$ ). Hasil analisis ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi dengan peningkatan berat badan. Efek samping kontrasepsi hormonal meliputi sakit kepala, mual, tekanan darah tinggi, penambahan berat badan yang dapat mengakibatkan obesitas, dan menstruasi tidak teratur. Pada tahun pertama, penambahan berat badan di kalangan akseptor kontrasepsi hormonal mungkin berkisar antara 1 hingga 5 kg. Hormon estrogen dan progesteron, yang terdapat dalam kontrasepsi hormonal, mungkin menjadi penyebabnya. Progesteron mengaktifkan area kontrol nafsu makan di hipotalamus, yang menyebabkan penerima makan lebih banyak, dan mempercepat konversi karbohidrat dan gula menjadi lemak. Estrogen menyebabkan retensi cairan. Penggunaan kontrasepsi hormonal untuk jangka waktu yang lebih lama dapat menyebabkan penambahan berat badan. Penerima kontrasepsi hormonal mengalami penambahan berat badan karena hormon dalam pil dapat mengaktifkan pusat kontrol nafsu makan di hipotalamus, yang menyebabkan penerima makan lebih banyak dari biasanya. Pada tahun pertama penggunaan kontrasepsi hormonal, penambahan berat badan dapat meningkat sebesar 1–5 kg. Penggunaan kontrasepsi hormonal dalam jangka waktu lama ( $\geq 1$  tahun), akan meningkatkan risiko kegemukan sebesar 1,36 kali dan nilai ini akan meningkat disetiap tahunnya. Penggunaan

kontrasepsi dalam waktu  $\geq 7$  tahun berisiko mengalami obesitas sebesar 8,3 kali.<sup>24</sup> Penelitian yang dilakukan Henny Sahrani dan Sri Sartika Sari Dewi yang menunjukkan bahwa 4 dari 20 responden yang memakai KB suntik 3 bulan selama 1-2 tahun mayoritas responden terjadi peningkatan berat badan yaitu 11 orang (24,4%) dan minoritas tidak terjadi peningkatan berat badan ssebanyak 9 orang (20,0%), sedangkan dari 25 responden yang memakai KB suntik selama  $> 2$  tahun mayoritas responden terjadi peningkatan berat badan ssebanyak 22 orang (48,9%) dan minoritas tidak terjadi peningkatan berat badan ssebanyak 3 orang (6,7%).<sup>25</sup>

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian didapatkan kesimpulan bahwa frekuensi usia akseptor paling banyak adalah 20 – 35 tahun ssebanyak 50 responden (83,3%). Pemakaian kontrasepsi paling banyak adalah 1 – 2 tahun yaitu ssebanyak 34 responden (56,7%). Jenis kontrasepsi yang paling banyak adalah berupa suntikan ssebanyak 23 responden (38,3%). Indeks massa tubuh akseptor paling banyak adalah IMT overweight yaitu 30 responden (88,3%). Dari hasil uji korelasi antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan didapatkan hubungan yang signifikan dengan nilai  $p = 0,027$  ( $p < 0,05$ ). Dari hasil uji korelasi lama penggunaan kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan, didapatkan hasil adanya hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan dengan nilai  $p = 0,039$  ( $p < 0,05$ ).

Berdasarkan hasil kesimpulan diharapkan peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian tentang efek samping peningkatan berat badan akibat penggunaan kontrasepsi hormonal.

#### DAFTAR REFERENSI

1. Akbar, Tjokroprawiro, Hendarto H. *Seri Buku Ajar Obstetri Dan Ginekologi Praktis Dan Komprehensif*. Airlangga University; 2020.
2. Bakri, Kundre, Bidjuni. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Metode Kontrasepsi Pada Wanita Usia Subur di Wilayah Kerja Puskesmas Ranotana Weru. 2019;7(1).
3. Putri, Pradnyaparamitha, Ani S. Hubungan Karakteristik Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Pemilihan Alat Kontrasepsi pada Pasangan Usia Subur di Kecamatan Sidemen Kabupaten Karangasem Bali. 2019;8.
4. Hastuty. Faktor Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Akseptor KB Terhadap Pemilihan MKJP di Wilayah Kerja Puskesmas Tambang Tahun 2018. 2018;2(2).
5. Roza E. Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Di Puskesmas Tapus Sumatera Barat Tahun 2017. Published online 2018.
6. Ipaljri A. Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kb di Puskesmas Baloi Permai Kota Batam Tahun 2019. 2020;10(1).
7. Febriani R, Ramayanti I. Perubahan Berat Badan pada Pemakaian KB Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetar (DMPA). *J 'Aisyiyah Med*. 2020;5 (1). doi:<https://doi.org/10.36729/jam.v5i1.317>
8. Anitasari B. Perbedaan Berat Badan Akseptor Sebelum dan Sesudah Menggunakan Alat Kontrasepsi KB Suntik di Wilayah Kerja Puskesmas Lamasi Kab.Lawu. Published online 2018.
9. Putri A. Pengaruh Penggunaan Kontrasepsi Suntik Terhadap Peningkatan Berat Badan Dan Kenaikan Tekanan Darah Pada Akseptor Keluarga Berencana Di Puskesmas Kecamatan Sukodono Kabupaten Sragen. *Occup Med (Chic Ill)*. 2013;53(4):130.
10. Ekawati D. Pengaruh kb suntik dmpa terhadap peningkatan berat badan di bps siti syamsiyah wonokarto wonogiri. *Skripsi*. Published online 2020:1-61.
11. Fiandika N. Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal Dengan Peningkatan Berat Badan Di Bps Sunarsih Ngajum Kabupaten Malang. 2017;3(2):19-21.
12. BKKBN. Strategi Pelaksanaan Program Keluarga Berencana Berbasis Hak untuk Percepatan Akses terhadap Pelayanan Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi yang Terintegrasi dalam Mencapai Tujuan Pembangunan Indonesia. *Badan Perenc Pembang Nas*. Published online 2013:1-110.
13. Ibrahim Z. Kenaikan Berat Badan Dengan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Hormonal Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Sungai Mengkuang Tahun 2015. *J Endur*. 2022;1(1):22-27. doi:10.22216/jen.v1i1.934
14. Sriwahyuni E. Hubungan antara Jenis dan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Hormonal dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor. *Eur Univ Inst*. 2012;(2):2-5.
15. Pusdatin Kemenkes RI. InfoDATIN : Situasi dan Analisis Keluarga Berencana. *Pus Data dan Inf Kementerian Kesehat RI*. Published online 2014:1-6.
16. Herowati D, Sugiharto M. Wanita Sudah Menikah Dengan Pemakaian Kontrasepsi Hormonal Di Indonesia Tahun 2017. *Bul Penelit Sist Kesehat*. 2019;22(2):91-98.
17. Hartanto H. *Keluarga Berencana Dan Kontrasepsi*. Sinar Harapan; 2004.
18. Siswosudarmo. *Teknologi Kontrasepsi*. Universitas Gadjah Mada; 2007.
19. Hasan M. Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Obesitas Pada Wanita Usia Subur (Wus) Di Puskesmas Wawonasa Kecamatan Singkil Manado. *J e-Biomedik*. 2014;1(2):946-950. doi:10.35790/ebm.1.2.2013.3313
20. Pratiwi D, Syahredi S, Erkadius E. Hubungan Antara Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan di Puskesmas Lapai Kota Padang. *J Kesehat Andalas*. 2014;3(3):365-369. doi:10.25077/jka.v3i3.130
21. BKKBN. Panduan Integrasi Pelayanan KB dengan Kembalinya Kesuburan Pasca

- Penggunaan Kontrasepsi. Published online 2007.
22. Sartika W, Qomariah S, Herlina S. Peningkatan Berat Badan dengan Penggunaan Kontrasepsi KB Suntik 1 Bulan. *J SMART Kebidanan*. 2021;8(1):34. doi:10.34310/sjkb.v8i1.444
  23. Hartini L, Prabusari OH. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dan Usia terhadap Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik. *J Kesmas Asclepius*. 2019;1(1):65-74. doi:10.31539/jka.v1i1.623
  24. Yusran AM, Nurmainah, Andrie M. Analisis Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Risiko Kejadian Obesitas Di Puskesmas Pal III Pontianak. 2020;9(8):132-140.
  25. Sahriani, Sartika, Dewi. Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan (Progestin) dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB di Desa Sialambue Kabupaten Padang Lawas Tahun 2020. Published online 2021.