

PERUBAHAN BERAT BADAN PADA PESERTA KONTRASEPSI SUNTIK DEPOMEDROKSI PROGESTERON ASETAT DI DESA PURI SEMANDING KECAMATAN PLANDAAN KABUPATEN JOMBANG

Rina Ayu Purwanti¹, Erika Agung M², Miftachul Huda³

¹Program Studi DIII Kebidanan

²Program Studi DIII Kebidanan

³Program Studi DIII Kebidanan

ABSTRAK

Pertumbuhan penduduk relative tinggi dapat dikendalikan melalui berbagai program, satu diantaranya adalah pelaksanaan keluarga berencana (KB). Sehingga menjadi program nasional dalam rangka mengendalikan jumlah penduduk di Indonesia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana “Perubahan berat badan pada peserta akseptor suntik DMPA di Desa Puri Semanding Kecamatan Plandaan Kabupaten Jombang”.

Desain penelitian adalah *deskriptif*; populasi penelitian ini adalah Semua akseptor aktif KB suntik 3 bulan di Desa Puri Semanding Kecamatan Plandaan Kabupaten Jombang pada bulan desember tahun 2013 sebanyak 41 jiwa, dengan sampel 41 responden. Pengambilan sampel menggunakan *Total Sampling*. Variable penelitian ini adalah Perubahan berat badan pada peserta akseptor suntik DMPA. Pengumpulan data menggunakan rekam medik dan pengolahan data menggunakan *Editing, coding, tabulating, Prosentase*.

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden berat badannya bertambah tentang perubahan berat badan pada peserta kontrasepsi suntik DMPA di Desa Puri Semanding Kabupaten Jombang sebanyak 38 responden (92,68%).

Disimpulkan sebagian besar responden berat badannya bertambah tentang perubahan berat badan pada peserta kontrasepsi suntik DMPA. Dari hasil tersebut petugas kesehatan harus memberitahu terlebih dahulu efek samping dari kontrasepsi suntik 3 bulan.

Kata Kunci : Berat Badan, Kontrasepsi Suntik DMPA

PENDAHULUAN

Salah satu masalah terpenting yang dihadapi oleh Negara berkembang seperti Indonesia yaitu ledakan penduduk, hal ini karena minimnya pengetahuan tentang kontrasepsi serta pola budaya pada inasyarakat setempat. Indonesia menyadari akan pentingnya masalah kependudukan karena perkembangan laju peningkatan pertumbuhan penduduk Indonesia yang sangat mengkhawatirkan tersebut. Pertumbuhan penduduk relatif tinggi dapat dikendalikan melalui berbagai program, satu diantaranya adalah pelaksanaan keluarga berencana (KB). Sehingga menjadi program nasional dalam rangka mengendalikan jumlah penduduk di Indonesia¹.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut pemerintah Indonesia telah menerapkan program *keluarga berencana (KB)* yang dimulai sejak tahun 1968 dengan mendirikan Lembaga Keluarga Berencana Nasional (LKBN) yang kemudian dalani perkembangannya menjadi Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). Gerakan keluarga berencana nasional bertujuan untuk mengontrol laju pertumbuhan penduduk dan juga untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia².

Metode kontrasepsi suntikan merupakan salah satu metode keluarga berencana yang populer dan menjadi gerakan keluarga berencana nasional serta peminatnya dari tahun ke tahun semakin bertambah³. Selain karena metode kontrasepsi suntikan dapat membantu mengurangi masalah-masalah kewanitaan yang paling dasar dan utama bagi kesehatan reproduksi, pemakaian suntikan KB aman dan efektif, namun akseptor harus menggunakan suntikan KB secara periodik atau setiap 3 bulan sekali harus melakukan kunjungan ke pelayanan kesehatan baik bidan, puskesmas ataupun ke dokter. Kontrasepsi suntik 3 bulan tidak menimbulkan gangguan namun tetap mempunyai kekurangan dan efek samping. Seorang akseptor KB suntik 3 bulan beberapa waktu setelah penggunaan kontrasepsi tersebut terkadang mengalami beberapa gangguan seperti sakit kepala, gangguan haid dan peningkatan atau penurunan berat badan. Namun efek samping ini dapat segera hilang baik dilakukan pengobatan ataupun tidak dilakukan pengobatan. Akseptor yang tidak siap menghadapi perubahan ataupun gejala yang ditimbulkan oleh penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulanan seringkali menimbulkan kecemasan pada diri akseptor. Kecemasan yang terjadi pada diri akseptor KB suntik 3 bulan dapat menjadikan akseptor tersebut beralih

menggunakan metode kontrasepsi lainnya. Hal ini dikarenakan sebagian besar pengguna metode kontrasepsi suntik 3 bulan tidak mengetahui tentang efek samping penggunaan metode kontrasepsi suntik 3 bulan. Untuk itu seorang akseptor sebelum memilih alat kontrasepsi harus mengetahui tentang metode kontrasepsi yang akan dipilihnya baik meliputi cara pemasangan atau penggunaannya, efek yang mungkin ditimbulkan dan berbagai informasi seputar metode kontrasepsi yang dipilihnya.

Tabel 1 Tabel Peserta KB baru secara nasional sam aibulan Desember 2013

Alat kontrasepsi	peserta KB baru	presentase (%)
IUD	348.134	7,75%
MOW	128.793	1,52%
Implant	78315	9,23 %
Suntikan	228.115	48,56%
Pil	2.261.480	26,60%
MOP	9.375	0,25%
Kondom	517.638	6,09%
Jumlah	8.500.247	

(BKKBN, 2013)

Kontrasepsi suntik memiliki kelebihan dan kekurangan. Kekurangan dari kontrasepsi suntik adalah terganggunya pola haid diantaranya adalah *amenorrhea*, *menoragia* dan muncul bercak (*spotting*), terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian, perubahan berat badan⁴.

Efek samping kontrasepsi suntik yang paling tinggi frekuensinya yaitu perubahan berat badan. Perubahan berat badan merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan oleh akseptor suntik KB DMPA⁵. Efek samping suatu metode kontrasepsi merupakan suatu faktor yang perlu dipertimbangkan dalam menentukan keputusan terhadap kelangsungan pemakaian metode kontrasepsi. Maka perlu di upayakan perlindungan dari efek samping sekaligus kelestariannya.

Efek peningkatan berat badan pada suntik DMPA disebabkan karena DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Oleh karena itu pada pemakaian kontrasepsi ini sering dikeluhkan adanya penambahan berat badan. Untuk mendapatkan gambaran nyata tentang kejadian perubahan berat badan yang dialami akseptor kontrasepsi suntik maka perlu dilakukan suatu penelitian untuk mengetahui sejauh mana pengaruh kontrasepsi suntik dengan perubahan berat badan⁵.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai perubahan berat badan pada peserta kontrasepsi suntik DMPA di Desa Puri semanding Kecamatan Plandaan Kabupaten Jombang.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua akseptor aktif KB suntik 3 bulan minimal 4x penyuntikan di desa Puri semanding kecamatan plandaan kabupaten Jombang dengan sampelnya adalah seluruh akseptor aktif KB suntik 3 bulan minimal 4x penyuntikan yaitu 41 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Total Sampling* yaitu semua anggota populasi menjadi sampel.

Variabel dalam penelitian ini adalah perubahan berat badan pada peserta kontrasepsi suntik DMPA.

Tempat penelitian ini dilakukan di desa Puri semanding, Kecamatan Plandaan, Kabupaten Jombang dan dilakukan pada tanggal 15-20 Agustus.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi. Setelah data terkumpul maka dilakukan pengolahan data kemudian dianalisis. Pengolahan data merupakan kegiatan untuk merubah data mentah menjadi bentuk data yang lebih ringkas, dan disajikan serta dianalisis sebagai dasar pengambilan keputusan penerimaan atau penolakan hipotesis yang diajukan.

Analisis ini meliputi : naik, turun, tetap. Kemudian dari data tersebut dilakukan analisa secara persentase, sedangkan perubahan berat badan dianalisis dengan menggunakan *Tendensi Central*, yaitu mean, median, modus, standar deviasi, nilai minimalmaksimal, dan *Confident interval* 95%.

HASIL PENELITIAN

Data Umum

Karakteristik Umum responden Berdasarkan Umur

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di Desa Puri semanding kecamatan Plandaan

No	Umur	Jumlah	Presentase
1	< 20 tahun	2	4,88%
2	20-35 tahun	23	53,66%
3	35-55 tahun	16	39,03%
Total		41	100%

Sumber data : Data primer

Berdasarkan table diatas dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan umur menunjukkan bahwa sebagian besar (53,66 %) responden berumur 20-35 tahun.

Perubahan Berat Badan

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perubahan berat badan di Desa Puri sernanding kecamatan Plandaan

No	Perubahan berat badan	Jumlah	Prosentase
1	Naik	38	92,68%
2	Turun	0	0%
3	Tetap	3	7,32%
Total		41	100%

Sumberdata :Data primer

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa distr-ibusi frekuensi responden berdasarkan Perubahan berat badan menunjukkan bahwa sebagian besar responden berat badannya Naik.

Umur dengan perubahan berat badan

Tabel 4 Tabulasi silang responden antara umur dengan perubahan berat badan di Desa Puri sernanding kecamatan Plandaan

Umur	Perubahan berat badan						Total	
	Naik		Turun		Tetap			
	f	%	f	%	f	%	F	%
< 20 th	1	50,00	0	0,00	1	50,00	2	100
20-30 th	22	95,65	0	0,00	1	4,35	23	100
35-55 th	15	93,75	0	0,00	1	6,25	16	100
Jumlah	38	92,63	0	0,00	3	7,31	41	100

Sumberdata :Data primer

Berdasarkan tabel silang diatas dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi responden antara umur dengan perubahan berat badan menunjukkan bahwa yang paling banyak berat badannya naik umur 20-30 tahun sebanyak 22 responden (95,65%).

PEMBAHASAN

Perubahan Berat Badan

DMPA merupakan suatu progestin yang mekanisme kerjanya bertujuan menghambat sekresi hormone pemicu folikel stimulating hormone (FSH) dan luteinizing hormone (LH) serta lonjakan LH⁶. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian (53,66 %) respon den berumur 20-35 tahun. Tapi masih banyak orang yang memilih KB suntik 3 bulan.

Peningkatan berat badan terjadi jika makanan sehari-hari mengandung energi yang melebihi kebutuhan yang bersangkutan, salah satu faktor yang menentukan peningkatan berat badan seseorang adalah aktivitas fisik. Menurut Hartanto (2004) bahwa aktivitas fisik dapat meningkatkan berat badan. Hal ini disebabkan Karena asupan energi yang melebihi kebutuhan tubuh yang biasanya dialami oleh orang yang kurang olah raga atau kurang aktivitas fisik sehingga energi yang masuk kedalam tubuh tidak dibakar atau digunakan yang kemudian disimpan dalam bentuk lemak. Hal ini sesuai hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa dari 41 responden terdapat 38 responden (92,68%) yang berat badannya bertambah.

Menurut Hartanto, 2006 Kenaikan berat badan yang berlebihan merupakan salah satu efek samping dari penggunaan kontrasepsi suntik DMPA. Namun tidak semua akseptor akan mengalami kenaikan berat badan, karena efek dari obat tersebut tidak selalu sama pada masing-masing individu.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa KB DMPA hanya risiko terjadinya kenaikan berat badan meningkat. Risiko kenaikan berat badan menurut Saifuddin (2006) kemungkinan disebabkan karena hormone progesterone mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu hormone progesterone juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah.

Umumnya pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama penyuntikan. Penyebab pertambahan berat badan tidak jelas.Tampaknya terjadi karena bertambahnya lemak tubuh, dan bukan karena retensi cairan tubuh. Hipotesa para ahli, DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di *hipotalamus*, yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya⁵.

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap akseptor KB suntik 3 bulan menunjukkan bahwa sebagian besar responden berat badannya naik tetapi masih memilih metode KB suntik 3 bulan sebagai metode kontrasepsinya. Hal ini berarti perubahan berat badan tidak berpengaruh terhadap tingginya akseptor KB dalam memilih metode KB suntik 3 bulan, karena selain responden masih nyaman dengan pemakaian KB suntik 3 bulan mereka tetap akan memilih KB suntik 3 bulan meskipun berat badan mereka sudah bertambah.

Penelitian ini menyebutkan bahwa sebagian besar akseptor mengalami peningkatan berat badan.Dari hasil penelitian dan teori sesuai, hal ini dikarenakan efek peningkatan berat badan pada suntik DMPA disebabkan karena DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Oleh karena itu pada pemakaian kontrasepsi ini sering dikeluhkan adanya penambahan berat badan.

Kesimpulan

Hasil penelitian Perubahan berat badan pada peserta kontrasepsi suntik DMPA di desa Puri semanding kecamatan Plandaan kabupaten Jombang, Sebagian besar responden akseptor KB

DMPA 3 mengalami kenaikan berat badan berjumlah 38 (92,68%).

Saran

Bagi Peneliti selanjutnya

Mengingat adanya keterbatasan pada alat ukur dan jumlah sampel yang kecil pada peneliti, disarankan untuk peneliti selanjutnya menggunakan sampel yang lebih besar dan menggunakan alat ukur lain seperti checklist atau pertanyaan terbuka agar hasil penelitian lebih akurat lagi.

Bagi tempat penelitian

Disarankan kepada masyarakat atau kader-kader dalam posyandu agar lebih berperan dan aktif dalam memberikan pendidikan kesehatan dan menyediakan banyak leaflet, brosur, poster atau media informasi lainnya tentang perubahan berat badan pada peserta kontrasepsi suntik DMPA.

Bagi Tenaga Kesehatan

Disarankan kepada tenaga kesehatan memberikan informasi dan dapat memberikan solusi dengan baik, benar dan mudah dimengerti tentang perubahan berat badan pada peserta kontrasepsi suntik DMPA.

Bagi Responden

Agar lebih meningkatkan memperhatikan diri terhadap pemilihan metode KB yang sesuai karena banyak sekali manfaat yang bisa diperoleh serta mendorong responden agar lebih mantap lagi dalam menggunakan kontrasepsi khususnya metode KB suntik 3 bulan dan Akseptor yang mengalami peningkatan berat badan diharapkan dapat mengatur pola makan dengan mengkonsumsi makanan yang rendah lemak dan tetapi rutin mengontrol berat badan ke Puskesmas.

DAFTAR PUSTAKA

1. Martosewojo, S. 1992. *Pedoman KB IBI Jakarta* : Pengurus Pusat Ikatan Bidan Indonesia.
2. Hidayat, A. 2012. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
3. Mansjoer, A. Dkk. 2001. *Kapita Selekta Kedokteran, jilid 1*. Jakarta : Media Aesculapioius, FKUI.
4. Handayani, S. 2010. *Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta: Pustaka Rihana.
5. Hartanto, H. 2004. *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
6. Lestari, I. 2005. *Wedding One Moment a Lifetime*. Yogyakarta: PT Agromedia pustaka
7. Varney, H. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4 Volume 1*. Jakarta: EGC