

HUBUNGAN KONTRASEPSI SUNTIK DEPO MEDROXY PROGESTERON ASETAT (DMPA) DENGAN PERTAMBAHAN BERAT BADAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KERTAK HANYAR KABUPATEN BANJAR TAHUN 2017

M. Mukhtar¹, Ahmad. Rizani², Erni Setiawati³

^{1,2} Politeknik Kementerian Kesehatan Banjarmasin

Email : M.Mukhtar@gmail.com

Abstract Hormonal contraception is the most preferred type of contraception for family planning acceptors, especially injection contraceptives. Kertak Hanyar Health Center Family Planning Service Coverage January - October 2016 found 58.82% of injection contraceptive acceptors. The most commonly used injection contraceptive method is Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA). These contraceptives are highly effective in preventing pregnancy, but have the main side effect of changing body weight.

This study aims to determine the relationship between Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) injection contraception with weight gain in the Kertak Hanyar Public Health Center, Banjar Regency in 2017.

The research method used is an *analytical survey* with approach *cross sectional*. The number of samples in this study were 99 injection contraceptive acceptors with the sampling technique using *purposive sampling*. The research instrument used a family planning card (KB card), weight scales and interviews. Data analysis was performed using the test *Chi Square* with a confidence level of 95%.

The results of the study of 64 respondents who used DMPA injection contraceptives the most experienced excess weight gain, namely 26 respondents (41%) and of the 35 respondents who used combined injection contraceptives the most experienced normal weight gain, namely 22 respondents (62.9%). The results of statistical tests showed that there was a relationship between injection contraceptive DMPA and weight gain of $r = 0.038 < \alpha = 0.05$.

The conclusion of the study is that there is a relationship between Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) injection contraception and weight gain in the Work Area of the Kertak Hanyar Community Health Center, Banjar Regency in 2017.

Keywords: DMPA Injectable Contraception, Weight Gain

Copyright © 2021 *Jurnal Skala Kesehatan*.
Politeknik Kesehatan Banjarmasin
All rights reserved

Corresponding Author :

M. Mukhtar,
Poltekkes Kemenkes Surabaya Jurusan Kebidanan
Email : m.mukhtar@gmail.com

Abstrak Kontrasepsi hormonal merupakan jenis kontrasepsi yang paling disukai para akseptor keluarga berencana, khususnya kontrasepsi suntik. Cakupan Pelayanan Keluarga Berencana Puskesmas Kertak Hanyar Januari – Oktober 2016 didapatkan 58,82% akseptor kontrasepsi suntik. Metode kontrasepsi suntik yang paling sering digunakan adalah Depo Medroxy Progesteron Asetat (DMPA). Kontrasepsi ini memiliki efektivitas tinggi dalam mencegah kehamilan, tetapi memiliki efek samping utama yaitu perubahan berat badan.

Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrasepsi suntik Depo Medroxy Progesteron Asetat (DMPA) dengan Pertambahan Berat Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Kertak Hanyar Kabupaten Banjar Tahun 2017.

Metode penelitian yang digunakan adalah *Survey Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 99 akseptor kontrasepsi suntik dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kartu peserta keluarga berencana (Kartu KB), timbangan berat badan dan wawancara. Analisis data yang dilakukan menggunakan uji *Chi Square* dengan tingkat kepercayaan 95%.

Hasil penelitian dari 64 responden yang menggunakan kontrasepsi suntik DMPA paling banyak mengalami pertambahan berat badan berlebih yaitu 26 responden (41 %) dan dari 35 responden yang menggunakan kontrasepsi suntik Kombinasi paling banyak mengalami pertambahan berat badan normal yaitu 22 responden (62,9 %). Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara kontrasepsi suntik DMPA dengan pertambahan berat badan dari $p = 0,038 < \alpha = 0,05$.

Kesimpulan penelitian adalah adanya hubungan antara kontrasepsi suntik Depo Medroxy Progesterone Asetat (DMPA) dengan Pertambahan Berat Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Kertak Hanyar Kabupaten Banjar Tahun 2017.

Kata Kunci : Kontrasepsi Suntik DMPA, Pertambahan Berat Badan

PENDAHULUAN

Keluarga Berencana (KB) merupakan upaya pelayanan kesehatan preventif yang paling dasar dan utama. Upaya untuk mengoptimalkan manfaat keluarga berencana bagi kesehatan, pelayanannya harus digabungkan dengan pelayanan kesehatan reproduksi yang telah tersedia yaitu pelayanan kontrasepsi. Kontrasepsi merupakan bagian dari pelayanan kesehatan reproduksi untuk pengaturan kehamilan, dan merupakan hak setiap individu sebagai makhluk seksual. (Saifuddin, 2015)

Metode kontrasepsi dalam program KB di Indonesia ada 5 macam, yakni metode kontrasepsi sederhana, metode kontrasepsi hormonal, metode kontrasepsi dengan Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR), metode kontrasepsi mantap dan metode kontrasepsi darurat. (Handayani, 2010)

Kontrasepsi hormonal merupakan jenis kontrasepsi yang paling disukai oleh para akseptor keluarga berencana. Berdasarkan data yang diperoleh oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) pada bulan Desember 2016, Peserta KB Aktif Menurut Metode Kontrasepsi secara nasional sampai dengan bulan Desember 2016 sebanyak 31.286.507 akseptor. Peserta kontrasepsi *Intra Uterine Device* (IUD) sebanyak 3.382.718 akseptor (10,81%), peserta kontrasepsi Metode Operasi Wanita (MOW) sebanyak 1.118.644 akseptor (3,58%), peserta kontrasepsi Metode Operasi Pria (MOP) sebanyak 203.674 akseptor (0,65%), peserta kontrasepsi kondom sebanyak 992.255 akseptor (3,17%), peserta kontrasepsi implan sebanyak 3.460.137 akseptor (11,06%), peserta kontrasepsi pil sebanyak 7.079.226 akseptor (22,63%) dan pencapaian tertinggi yaitu peserta kontrasepsi suntikan sebanyak 15.049.853 akseptor atau sebesar 48,10 %. (BKKBN, 2016)

Metode kontrasepsi hormonal merupakan salah satu metode kontrasepsi yang mempunyai efektivitas tinggi. Hormonal yang terkandung dalam kontrasepsi ini adalah hormon sintetik estrogen dan progesterone. Metode kontrasepsi hormonal ini terdiri dari pil, suntik dan implant. Kontrasepsi hormonal jenis kontrasepsi suntikan di Indonesia semakin banyak digunakan karena kerjanya yang efektif, pemakaiannya yang praktis, harganya yang relatif murah dan aman, bekerja dalam waktu yang lama, tidak mengganggu menyusui, dapat dipakai segera setelah keguguran atau masa nifas. Efektivitas kontrasepsi suntik adalah antara 99% dan 100% dalam mencegah kehamilan. Kontrasepsi suntik adalah bentuk kontrasepsi yang sangat efektif karena angka kegagalan penggunaannya lebih kecil. Hal ini karena wanita tidak perlu mengingat untuk meminum pil dan tidak ada penurunan efektivitas yang disebabkan oleh diare atau muntah. (Subekti, Nike. 2012)

Menurut Data Penduduk dan Sasaran Wilayah Puskesmas Kertak Hanyar Tahun 2016 terdapat 7.431 Pasangan Usia Subur (PUS) dan 12.425 Wanita Usia Subur (WUS). Berdasarkan Cakupan Pelayanan Keluarga Berencana Wilayah Puskesmas Kertak Hanyar pada bulan Januari – Oktober 2016 didapatkan 0,05% akseptor MOP, 0,15% akseptor MOW, 1,06% akseptor Implant, 1,56% akseptor Kondom, 2,53% akseptor AKDR, 35,83% akseptor Pil dan 58,82% akseptor Suntik.

Salah satu metode kontrasepsi hormonal dengan menggunakan suntik yang paling sering digunakan adalah *Depo Medroxyprogesterone Asetat* (DMPA). *Depo Medroxyprogesterone Asetat* berisi 150 mg *depot-medroxyprogesterone acetate* yang diberikan setiap 3 bulan. Mekanisme kerja dari DMPA adalah menekan ovulasi, mengentalkan lendir serviks, membuat endometrium menjadi kurang baik atau layak

untuk implantasi dari ovum yang telah dibuahi dan mempengaruhi kecepatan transpor ovum di dalam tuba fallopii. (Handayani, 2010)

Pada wanita yang memakai alat kontrasepsi hormonal seperti kontrasepsi suntik dapat menyebabkan terjadinya perubahan berat badan. Kandungan hormon progesterin yang berlebihan dapat menyebabkan peningkatan nafsu makan, depresi, keletihan, gejala hipoglikemia, libido menurun, neurodermatitis, kenaikan berat badan, hipertensi dan dilatasi vena tungkai. Selain itu, depo medroxy progesteron asetat boleh digunakan lebih dari dua tahun hanya jika tidak ada pilihan yang adekuat. (Varney, 2010) Umumnya penggunaan jangka waktu kontrasepsi suntik DMPA mempunyai prasyarat sama dengan pemakaian suntik kombinasi dan pil yaitu termasuk penggunaan cara KB hormonal selama maksimal lima tahun. (Subekti, Nike. 2012)

Hasil penelitian Dhania Pratiwi, dkk (2014) dengan judul “Hubungan Antara Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan di Puskesmas Lapai Kota Padang” dilakukan uji *Paired-sample T-test* yang menunjukkan 23 akseptor (57,50%) mengalami peningkatan berat badan. Sebagian rata-rata peningkatan berat badan dalam satu tahun adalah $> 0 - 1$ kg (47,8% akseptor). Rata-rata berat badan sebelum dan setelah penggunaan kontrasepsi DMPA adalah 54,4 kg 58,1 kg. Maka terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan peningkatan berat badan ($\rho=0,000 < 0,05$).

Menurut hasil Register Pelayanan Keluarga Berencana Puskesmas Kertak Hanyar selama bulan Desember 2016 ada 9% akseptor menggunakan kontrasepsi pil, 44,7% akseptor menggunakan kontrasepsi suntik kombinasi (suntik 1 bulan) dan ada sebanyak 46,3% akseptor menggunakan kontrasepsi suntik DMPA (suntik 3 bulan). Dari data tersebut pengguna terbanyak yaitu akseptor suntik DMPA (suntik 3 bulan).

Berdasarkan Studi Pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 9 – 12 Januari 2017 di Puskesmas Kertak Hanyar didapatkan dari 10 akseptor pengguna kontrasepsi suntik Depo Medroxy Progesterone Asetat terdapat 1 akseptor dengan berat badan tetap, 1 akseptor dengan penurunan berat badan dan 8 akseptor lainnya mengalami pertambahan berat badan. Pertambahan berat badan yang dialami bervariasi dengan kisaran antara 1 – 7 kg.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kontrasepsi Suntik Depo Medroxy Progesteron Asetat (DMPA) dengan Pertambahan Berat Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Kertak Hanyar Kabupaten Banjar Tahun 2017”.

BAHAN DAN METODE

Rancangan penelitian ini menggunakan metode *Survey Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Rancangan ini digunakan untuk mengetahui hubungan kontrasepsi suntik depo medroxy progesteron asetat (DMPA) dengan pertambahan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Kertak Hanyar tahun 2017.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor kontrasepsi suntik yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Kertak Hanyar yang berjumlah 10.137 akseptor KB aktif selama tahun 2016. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari akseptor Kontrasepsi aktif. Besarnya sampel dihitung menggunakan rumus Solvin sebagai berikut. (Setiawan dan Saryono, 2011)

$$n = \frac{N}{1 + (N \cdot e^2)}$$

Keterangan : n = Jumlah sampel
 N = Jumlah populasi
 e = Standar error (10%)

$$\begin{aligned} n &= \frac{10137}{1 + (10137 \times 0,1^2)} \\ &= \frac{10137}{102,37} \\ &= 99 \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan rumus diatas didapatkan hasil akhir 99 akseptor kontrasepsi suntik yang menjadi responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kertak Hanyar tahun 2017.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini secara *Purposive Sampling*, yaitu didasarkan pada pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Analisa data menggunakan analisis univariat dengan menggunakan distribusi frekuensi dan analisis bivariate menggunakan Chi Square dengan Confidence Interval 95 % dan @ = 0,05

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat
 - a. Kontrasepsi Suntik

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Kontrasepsi Suntik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kertak Hanyar Tahun 2017

No	Jenis Kontrasepsi	Frekuensi	%
1	DMPA	64	64,6
2	Kombinasi	35	35,4
Jumlah		99	100

Sumber : Data Primer

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 99 responden paling banyak menggunakan kontrasepsi suntik DMPA yaitu 64 responden (64,6 %).

- b. Pertambahan Berat Badan

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Pertambahan Berat Badan Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kertak Hanyar Tahun 2017

No	Pertambahan Berat Badan	Frekuensi	%
1	Normal	47	47,5
2	Berlebih	32	32,3
3	Sangat berlebih	20	20,2
Jumlah		99	100

Sumber : Data Primer

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 99 responden paling banyak mengalami pertambahan berat badan yang normal yaitu sebanyak 47 responden (47,5 %).

2. Analisis Bivariat

Tabel 4.3
Hubungan Kontrasepsi Suntik Depo Medroxy Progesterone Asetat (DMPA) dengan Pertambahan Berat Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Kertak Hanyar Kabupaten Banjar Tahun 2017

Jenis Kontrasepsi	Pertambahan Berat Badan							
	Normal		Berlebih		Sangat Berlebih		Jumlah	
	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>F</i>	%
DMPA	25	39	26	41	13	20	64	100
Kombinasi	22	62,9	6	17,1	7	20	35	100
Jumlah	47	47,5	32	32,3	20	20,2	99	100

Uji Chi Square $\rho = 0,038$ ($\rho < \alpha = 0,05$)

Sumber : Data Primer

Tabel 4.13 menunjukkan bahwa dari 64 responden yang menggunakan kontrasepsi suntik DMPA paling banyak mengalami pertambahan berat badan berlebih yaitu 26 responden (41 %) dan dari 35 responden yang menggunakan kontrasepsi suntik Kombinasi paling banyak mengalami pertambahan berat badan normal yaitu 22 responden (62,9 %).

1. Kontrasepsi Suntik

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 99 responden paling banyak menggunakan kontrasepsi suntik DMPA yaitu 64 responden (64,6 %).

Kontrasepsi suntik DMPA atau dapat disebut suntik progesterin merupakan kontrasepsi suntik yang berisi hormon progesterone. (Handayani, 2010) Hormon progesterone adalah hormon penting untuk perlindungan melawan kanker dan berperan besar pada kondisi-kondisi medis. (Platt, 2010) Selain itu, salah satu keuntungan yang penting pada pemberian secara parenteral (pemberian obat melalui suntikan) adalah hormon tersebut tidak langsung melalui hati (tidak ada *firstpass effect*), sehingga tidak membebani hati. (Prawirohardjo, 2011)

Memilih jenis kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi ibu dapat dipertimbangkan dari berbagai hal salah satunya usia. Masih banyaknya ibu diatas usia 35 tahun yang menggunakan kontrasepsi suntik membuktikan bahwa minat akan kontrasepsi suntik masih tinggi. Menurut BKKBN (2016) pencapaian tertinggi penggunaan metode kontrasepsi yaitu kontrasepsi suntikan sebesar 48,10 %. Akan tetapi hal tersebut akan menjadi merugikan apabila kontrasepsi suntik yang dipilih tidak sesuai dengan usia ibu. Karena faktor usia sangat penting untuk menentukan keberhasilan dan kesesuaian antara tubuh ibu dengan alat kontrasepsi yang digunakan.

Berdasarkan hasil penelitian dari 99 responden didapatkan yang berusia > 35 tahun ada sebanyak 33 responden (33,3 %) yang artinya kontrasepsi tersebut tidak hanya diminati pada usia reproduktif saja. Kontrasepsi suntik yang disarankan bagi wanita diatas usia 35 tahun ialah kontrasepsi suntik progesterin. Informasi semacam itu biasanya didapatkan saat kunjungan awal atau biasa disebut dengan pemberian *informed choice*. Bidan atau petugas kesehatan akan membantu ibu dalam memilih kontrasepsi yang sesuai melalui konseling yang diberikan dan selanjutnya keputusan dalam memilih kontrasepsi merupakan hak penuh ibu.

Konseling akan berhasil jika ibu mengerti dan memahami penjelasan yang diberikan. Hal ini terkait dengan pengetahuan ibu yang dapat kita ketahui dari 99 responden paling banyak tingkat pendidikan terakhirnya adalah SMA atau sederajat sebanyak 41 responden (41,4 %). Menurut Wulansari dan Hartanto (2007) Tingkat pendidikan tidak saja mempengaruhi kerelaan menggunakan keluarga berencana, tetapi juga pemilihan suatu metode. Dalam hal ini pendidikan yang dicapai sudah baik, sehingga ibu pada usia > 35 tahun lebih mudah memahami konseling yang diberikan dan akan cenderung memilih kontrasepsi suntik progesterin. Hal ini sejalan dengan salah satu keuntungan dari kontrasepsi suntik progesterin bahwa kontrasepsi ini dapat digunakan oleh perempuan usia > 35 tahun sampai perimenopause. (Affandi, 2015)

Tingginya minat akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan (DMPA) sebagai pilihan untuk menjarangkan kehamilan, karena keuntungan kontrasepsi tersebut lebih praktis dan murah dibandingkan suntik 1 bulan (kombinasi) dan tidak perlu meminum pil setiap hari. Selain merasa nyaman, aman, efektif, tidak mengganggu hubungan suami istri dan dapat digunakan pasca persalinan. Hal ini sejalan dengan Subekti (2007) yang menjelaskan bahwa efektivitas kontrasepsi suntik

adalah antara 99% dan 100% dalam mencegah kehamilan. Kontrasepsi suntik adalah bentuk kontrasepsi yang sangat efektif karena angka kegagalan penggunaannya lebih kecil. Hal ini karena wanita tidak perlu mengingat untuk meminum pil dan tidak ada penurunan efektivitas yang disebabkan oleh diare atau muntah.

Kontrasepsi suntik ini juga merupakan salah satu kontrasepsi yang disarankan bagi wanita yang menghendaki kontrasepsi suntik jangka panjang. Sesuai dengan yang telah dipaparkan bahwa DMPA telah direkomendasikan oleh *World Health Organization (WHO)* dan *International Planned Parenthood Federation (IPPF)* di serta tersedia banyak negara di seluruh dunia. Pada tahun 1984, Menteri Kesehatan saat itu merekomendasikan penggunaan kontrasepsi ini melalui *Committee on the Safety of Medicine (CSM)* yang menyatakan bahwa kontrasepsi injeksi harus tersedia untuk kontrasepsi jangka panjang bagi wanita setelah melakukan konseling. (French, 2015)

Penelitian ini juga menunjukkan dari 99 responden paling banyak berusia 20 sampai dengan 35 tahun yaitu 63 responden (63,6 %) dan paling tinggi juga yang belum memiliki anak sampai dengan yang memiliki dua orang anak sebanyak 72 responden (72,7 %). Hal ini menjelaskan bahwa rata-rata pengguna kontrasepsi suntik adalah pada usia reproduktif yang masih menginginkan untuk memiliki anak. Karena hormon progesterone tidak menyebabkan kerusakan/kelainan pada organ genitalia maka setelah dihentikan pemberian progesterone, efeknya menurun sesudah 24 – 48 jam. (Prawirohardjo, 2011)

Perlu diketahui bagi para akseptor kontrasepsi suntik bahwa penggunaan jangka panjang DMPA memiliki efek samping, yaitu turut memicu terjadinya penambahan berat badan, menurunkan kepadatan tulang (densitas), kekeringan pada vagina, menurunkan libido, gangguan emosi, sakit kepala, nervositas dan jerawat. Karena penggunaan hormonal yang lama dapat mengacaukan keseimbangan hormon estrogen dan progesterone dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal. (Affandi, 2015).

1. **Pertambahan Berat Badan**

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 99 responden paling banyak mengalami penambahan berat badan yang normal yaitu sebanyak 47 responden (47,5 %).

Berat badan adalah salah satu parameter yang memberikan gambaran massa tubuh. Massa tubuh sangat sensitif terhadap perubahan-perubahan yang mendadak. Penentuan berat badan dilakukan dengan cara menimbang. (Anggraeni, 2012)

Perubahan berat biasa yang tak terjelaskan hingga sebesar ≥ 10 % menandakan kesehatan terganggu. Jika perubahan itu ≥ 20 %, berarti penderita mengalami keadaan kritis yang berakibat fatal manakala penyusutan berat itu melebihi 30 %. (Arisman, 2007)

Salah satu efek samping kontrasepsi hormonal adalah perubahan berat badan, yang paling sering terjadi ialah penambahan berat badan yang dialami oleh akseptor kontrasepsi suntik. Pertambahan berat yang dialami pun bervariasi

dari yang normal, berlebih sampai sangat berlebih. Meskipun dari hasil penelitian didapatkan pertambahan berat responden adalah normal, akan tetapi dapat menjadi tidak normal jika ketidakseimbangan hormon yang menyebabkan nafsu makan meningkat terus berlangsung. Faktor hormonal ini dimana pada penggunaan hormon progesterone yang lama (jangka panjang) menyebabkan pertambahan berat badan akibat terjadinya perubahan anabolik dan stimulasi nafsu makan.

Kontrasepsi hormonal idealnya digunakan selama 2 tahun dan maksimal 4 tahun. Berdasarkan lama penggunaan kontrasepsi suntik dari 99 responden paling banyak lama penggunaan kontrasepsi suntik dari 1 sampai dengan 3 tahun yaitu 47 responden (47 %) dan nilai tersebut berbanding lurus dengan paling banyak pertambahan berat badan yang dialami responden adalah pertambahan dalam ukuran yang normal. Hal tersebut terjadi karena lama penggunaan kontrasepsi suntik tidak lebih dari 4 tahun pemakaian sesuai yang dianjurkan. Hal ini sesuai teori bahwa salah satu efek samping penggunaan kontrasepsi suntik DMPA adalah pertambahan berat badan. Hal ini jarang disebabkan oleh progesterone dosis rendah, tetapi mungkin menjadi masalah bagi sebagian kecil pemakai DMPA. Pertambahan ringan sebesar 1-2 kg sering kemudian menjadi stabil setelah pemakaian dilanjutkan tetapi sejumlah kecil wanita terus mengalami pertambahan berat badan moderat selama mereka memakai metode tersebut. Mekanisme utama tampaknya adalah peningkatan nafsu makan disertai peningkatan penimbunan simpanan lemak, walaupun mungkin juga terdapat efek anabolik ringan. (Glasier, Anna. 2006)

Pertambahan berat badan yang terjadi pada responden tidak selalu diakibatkan dari pemakaian kontrasepsi suntik. Kenaikan dapat disebabkan oleh hal-hal lain, salah satunya adalah pekerjaan ibu. Berdasarkan hasil karakteristik responden didapatkan bahwa dari 99 responden paling banyak pekerjaannya sebagai ibu rumah tangga yaitu 84 responden (84,8 %). Ibu yang tidak bekerja kemungkinan akan kekurangan dalam aktivitas fisik, terutama bagi ibu yang memiliki asisten rumah tangga ada yang membantu mengerjakan pekerjaan rumah tangga. Sehingga cenderung aktivitas yang dilakukan tidak begitu banyak mengeluarkan energi, sehingga asupan nutrisi yang dimasukkan ke dalam tubuh tidak seimbang dengan energi yang dikeluarkan lewat aktivitas fisik yang dilakukan maupun yang dikeluarkan lewat keringat atau pembakaran lemak. Dengan demikian, ibu tidak bekerja akan lebih besar kemungkinan akan mengalami pertambahan berat badan. Sebagaimana dinyatakan oleh Proverawati (2010) bahwa seseorang dengan aktivitas fisik yang kurang dapat meningkatkan prevalensi terjadinya obesitas. Orang-orang yang kurang aktif memerlukan kalori dalam jumlah sedikit dibandingkan orang dengan aktivitas tinggi. Seseorang yang hidupnya kurang aktif (*sedentary life*) atau tidak melakukan aktivitas fisik yang seimbang dan mengonsumsi makanan yang tinggi lemak, akan cenderung mengalami obesitas.

Selain itu, pertambahan berat badan juga bisa disebabkan oleh pola makan ibu. Banyak ibu yang memiliki kebiasaan ngemil terutama pada saat dirumah atau saat menonton TV, kebiasaan ini akan mengakibatkan ibu mengalami kelebihan makanan dan mengalami kegemukan. Sebagaimana dinyatakan oleh Liembono

(2016) bahwa faktor utama yang sangat mempengaruhi berat badan adalah makanan. Dengan kata lain karena asupan energi yang melebihi kebutuhan tubuh yang biasanya dialami oleh orang yang kurang olahraga atau kurang aktivitas fisik sehingga energi yang masuk kedalam tubuh tidak dibakar atau digunakan yang kemudian disimpan dalam bentuk lemak.

Faktor psikologis sering juga disebut sebagai faktor yang mendorong terjadinya penambahan berat badan. Gangguan emosional akibat adanya tekanan psikologis atau lingkungan kehidupan masyarakat yang dirasakan tidak menguntungkan. Saat seseorang merasa cemas, sedih, kecewa atau tertekan, biasanya cenderung mengonsumsi makanan lebih banyak untuk mengatasi perasaan-perasaan tidak menyenangkan. Menurut teori Psikoanalisis, penambahan berat badan dapat di terangkan seperti seseorang dengan rasa marah yang selalu ditekan akan memunculkan dalam bentuk makan. (Misnadiarly, 2007)

Metabolisme yang lambat juga dapat meningkatkan berat badan karena perempuan mempunyai otot tubuh yang lebih kecil dari laki-laki, otot membakar kalori lebih banyak dari jaringan tubuh lainnya sehingga metabolisme pada perempuan jauh lebih lambat daripada laki-laki. Hal ini akan menyebabkan perempuan akan lebih mudah gemuk jika dibanding dengan laki-laki. Hal ini sesuai dengan hasil Riskedas (2010), menunjukkan prevalensi kegemukan dan *obese* pada penduduk usia diatas 18 tahun di Indonesia secara berturut-turut adalah 8,5 % dan 7,8 % pada laki-laki, sedangkan pada perempuan 11,4 % dan 15,5 %. Riskedas menggunakan istilah obesitas untuk gabungan kategori kegemukan dan *obese*, sehingga prevalensi obesitas umum di atas 18 tahun adalah 16,3 % pada laki-laki dan 26,9 % pada perempuan. (Istiany dan Rusilanti, 2013)

Banyaknya faktor penyebab berat badan bertambah, sudah semestinya untuk menghindarkan diri dari penyebab tersebut agar terhindar dari predikat berat badan berlebih maupun sangat berlebih. Oleh karena berat badan responden masih dalam batas normal, maka sebaiknya jangan sampai menjadi tidak normal. Untuk itu sangat perlu kesadaran akseptor kontrasepsi suntik untuk dapat cerdas dalam penggunaan kontrasepsi terutama dalam memperhatikan lama penggunaan kontrasepsi tersebut.

2. Hubungan Kontrasepsi Suntik *Depo Medroxy Progesterone Asetat (DMPA)* dengan Pertambahan Berat Badan

Pada tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 64 responden yang menggunakan kontrasepsi suntik DMPA paling banyak mengalami pertambahan berat badan berlebih yaitu 26 responden (41 %) dan dari 35 responden yang menggunakan kontrasepsi suntik Kombinasi paling banyak mengalami pertambahan berat badan normal yaitu 22 responden (62,9 %).

Hasil uji statistik *Chi-Square* dengan *Pearson Chi-Square* didapatkan nilai $\rho (0,038) < \alpha (0,05)$ yang artinya secara statistik ada hubungan antara kontrasepsi suntik *depo medroxy progesterone asetat* dengan pertambahan berat badan.

Hormon Progesterone dalam dosis yang berlebihan dapat menyebabkan perdarahan tidak teratur, bertambahnya nafsu makan disertai bertambahnya berat

badan, akne, alopesia, kadang-kadang mamma mengecil, flour albus, dan hipomenorea. Bertambahnya berat badan karena progesterone meningkatkan nafsu makan dan efek metabolik hormon-hormon dari hormon itu sendiri. (Prawirohardjo, 2011)

Kontrasepsi suntik mempengaruhi adanya perubahan berat badan. Pengaruh kontrasepsi suntik terhadap perubahan berat badan yaitu bahwa kandungan hormon progesterone dalam bentuk hormon sintesis *Depo Medroxy Progesterone Asetat* mempermudah metabolisme perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak dibawah kulit bertambah dan menurunkan aktivitas fisik. Menurut Verawaty dan Rahayu (2012) Progesterone juga disimpan dalam jaringan adiposa (lemak). Akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah. Hal ini sesuai dengan teori bahwa keterbatasan dalam kontrasepsi suntikan progestin ialah terjadi perubahan pada lipid serum pada penggunaan jangka panjang. (Affandi. 2015)

Berdasarkan penelitian ini menunjukkan dari 64 akseptor pengguna kontrasepsi suntik DMPA, paling banyak mengalami pertambahan berat badan berlebih dan sangat berlebih yaitu 39 responden (61 %). Sedangkan dari 35 akseptor pengguna kontrasepsi suntik kombinasi, yang mengalami pertambahan berat badan berlebih dan sangat berlebih hanya 13 responden (37,1 %). Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Platt (2010) bahwa wanita yang mendapat *Depo-Provera* untuk KB dijamin berat badannya naik sebanyak 9 kg.

Lama penggunaan kontrasepsi juga mempengaruhi bertambahnya berat badan akseptor kontrasepsi suntik. Penggunaan kontrasepsi yang disarankan yaitu selama 2 tahun dan tidak boleh lebih dari 4 tahun. Hasil penelitian didapatkan lama penggunaan kontrasepsi suntik selama 3 – 4 tahun dan > 4 tahun yaitu 20 responden (20,2 %). Dalam hal ini menunjukkan masih ada akseptor kontrasepsi suntik yang tidak mengindahkan batas waktu yang disarankan selama 2 tahun penggunaan kontrasepsi hormonal. Adanya kandungan hormon progesterone yang dapat meningkatkan nafsu makan bertambah apabila pemakaian dosis yang tinggi atau berlebihan karena dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Menurut Mulyani dan Rinawati (2013) Salah satu kekurangan metode suntik progestin ialah terjadi berat badan yang bertambah 2,3 kilogram pada tahun pertama dan meningkat 7,5 kilogram selama enam tahun. Dengan demikian, semakin lama akseptor menggunakan kontrasepsi suntik DMPA maka akan semakin besar resiko mengalami pertambahan berat badan yang tidak normal. Hal ini sejalan dengan Hartanto (2004) pemakaian kontrasepsi suntik jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kenaikan berat badan karena kandungan hormon progesteron yang dapat meningkatkan nafsu makan. Kandungan progesterone dapat merangsang pusat kendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian “Hubungan Kontrasepsi Suntik Depo Medroxy Progesterone Asetat (DMPA) dengan Pertambahan Berat Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Kertak Hanyar Kabupaten Banjar Tahun 2017” dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Akseptor yang memilih menggunakan kontrasepsi suntik DMPA lebih banyak yaitu sebesar 64 orang (64,6 %) dibanding dengan yang menggunakan kontrasepsi suntik kombinasi yaitu hanya sebesar 35 orang (35,4 %).
2. Akseptor kontrasepsi suntik DMPA sebesar 39 orang (61 %) mengalami pertambahan berat badan berlebih dan sangat berlebih sedangkan akseptor kontrasepsi suntik kombinasi hanya 13 orang (37,1 %) yang mengalami pertambahan berat badan berlebih dan sangat berlebih.
3. Ada hubungan antara kontrasepsi suntik DMPA dengan Pertambahan Berat Badan ($\rho = 0,038$).

DAFTAR PUSTAKA

1. Affandi dkk. 2015. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo: Jakarta.
2. Anggraeni, Adisty Cynthia. 2012. *Asuhan Gizi; Nutritional Care Process*. Graha Ilmu: Yogyakarta.
3. Ariani, Ayu Putri. 2014. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*. Nuha Medika: Yogyakarta.
4. Arisman. 2007. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. EGC: Jakarta.
5. BKKBN. 2016. *Peserta KB Aktif Menurut Metode Kontrasepsi*. BKKBN: Jakarta.
6. Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat. 2008. *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. PT Raja Grafindo Persada: Jakarta.
7. Punamasari, D. (2009). Hubungan Lama Pemakaian KB Suntik Depo Medroksi Progesterone Asetat (DMPA) dengan Perubahan Berat Badan di BPS (Bidan Praktek Swasta) “Yossi Trihana” Jogonalan Klaten. *UNS Digital Library* (Internet), pp.38. Available from: <http://eprints.uns.ac.id/5734/1/106082210200908091.pdf> (Accessed 14 Januari 2017)
8. Frech, Kathy. 2015. *Kesehatan Seksual*. Bumi Medika: Jakarta
9. Glasier, Anna & Gebbie, Ailsa. 2006. *Keluarga Berencana & Kesehatan Reproduksi*. EGC: Jakarta.
10. Handayani, S. 2010. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Pustaka Rihama: Yogyakarta.
11. Hidayat, A. Aziz Alimul. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Salemba Medika: Jakarta.
12. Istiany, Ari & Rusilanti. 2013. *Gizi Terapan*. PT Remaja Rosdakarya: Bandung.
13. Komalasari, Renata. 2010. *Buku Saku Asuhan Kebidanan Varney*. EGC: Jakarta.