Wa Ode Siti Marwati Unti, Ari Novitasari: Jurnal Gizi Ilmiah Vol.3 No.1 Mei-Agustus 2016 Hal : 59 - 66

HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS MOKOAU KENDARI PERMAI TAHUN 2016

Wa Ode Siti Marwati Unti[1], Ari Novitasari [2]
[1,2]STIKes Mandala Waluya Kendari

Abstrak

Pemakaian kontrasepsi suntik baik kontrasepsi suntik bulanan maupun tribulanan mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor kontrasepsi suntik adalah adanya hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. Efek samping kontrasepsi suntik 3 bulan yang paling tinggi frekuensinya yaitu kenaikan berat badan, tujuannya untuk mengetahui hubungan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai Tahun 2016.

Penelitian ini menggunakan metode survey analitik, dengan rancangan pendekatan cross sectional study, Populasi dalam penelitian ini adalah Akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan sebanyak 105 responden dan cara pengambilan sampel yaitu dengan teknik *simple random sampling* di wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai Tahun 2016.

Hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square* diperoleh nilai ρ *value* = $0.000 < \alpha = 0.05$ maka Ho ditolak dan Ha diterima yang berarti ada hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai Tahun 2016.

Berdasarkan uji koefisien *phi* di peroleh nilai 0.479, menunjukkan adanya hubungan sedang antara penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai Tahun 2016.

Penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya. Melalui jumlah responden yang lebih besar dan jumlah variabel, misalnya umur, asupan makanan, gaya hidup, aktivitas, dan lain-lain serta Bidan dan petugas kesehatan lain dapat memberikan konseling tentang efek samping kontrasepsi suntik 3 bulan tidak ada kekhawatiran dari akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan tersebut.

Kata kunci : Penggunaan KB suntik, kenaikan berat badan

PENDAHULUAN

Keluarga berencana telah menjadi salah satu sejarah keberhasilan pada abad ke-20. Saat ini, hampir 60% pasangan usia reproduktif diseluruh dunia menggunakan kontrasepsi. Keluarga berencana merupakan upaya pelayanan kesehatan preventif yang paling dasar dan utama, dan mencegahan kematian, kesakitan ibu merupakan alasan utama diperlukannya pelayanan keluarga berencana (Saifuddin, 2010).

Kontrasepsi merupakan suatu cara untuk mencegah terjadinya kehamilan yang bertujuan untuk menjarangkan kehamilan, merencanakan jumlah anak dan meningkatkan kesejahteraan keluarga agar dapat memberikan perhatian dan pendidikan yang maksimal pada anak.

Lama penggunaan setiap metode kontrasepsi mempunyai kelebihan dan kekurangan. Namun demikian, meskipun telah mempertimbangkan untung rugi semua kontrasepsi yang tersedia, tetap saja terdapat kesulitan untuk mengontrol fertilitas secara aman, efektif, dengan metode yang dapat diterima, baik secara perorangan maupun budaya pada berbagai tingkat.

Pemakaian kontrasepsi suntik baik kontrasepsi suntik bulanan maupun tribulanan mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor kontrasepsi suntik adalah adanya hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. Dengan adanya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh hormon progesteron dirubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Mansjoer, 2003).

Salah satu efek samping kenaikan berat badan yang disebabkan oleh kelebihan kontrasepsi suntik 3 bulan yaitu retensi cairan disebabkan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium, ini dapat meningkatkan bertambahnya berat badan, bertambahnya berat badan disebabkan oleh bertambahnya nafsu makan dan efek metabolik hormon. (Wikniosastro, 2010:61)

Penelitian Adriana (2013) mengenai hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada wanita akseptor kontrasepsi di wilayah kerja puskesmas lok baitan bahwa 55,8% meneglami kenaikan berat badan pada wanita akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kanaikan berat badan $p=0,002< \alpha=0,05$.

Dari data jumlah kunjungan kontrasepsi suntik Puskesmas mokoau Kendari Permai bulan Oktober-Desember Tahun 2015, yang terdiri dari 4 kelurahan yaitu angka cakupan kontrasepsi suntik kelurahan Mokoau sebanyak 37 akseptor menggunakan kontrasepsi suntik, Kelurahan Kambu cakupan kontrasepsi suntik sebanyak 38 akseptor, Kelurahan Padalau cakupan kontrasepsi suntik sebanyak 37 akseptor, dan Kelurahan Lalolara cakupan kontrasepsi suntik sebanyak 38 akseptor. Jumlah keseluruhan pengguna kontrasepsi suntik di puskesmas Mokoau Kendari permai

berjumlah 150 akseptor pengguna kontrasepsi suntik.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di wilayah kerja Puskesmas Mokoau tanggal 20 Desember 2015 pada 10 orang wanita Akseptor kontrasepsi Suntik 3 bulan melalui wawancara, 8 diantara wanita akseptor tersebut mengeluh bahwa mengalami perubahan berat badan, yaitu peningkatan berat badan mencapai 3 kg sampai lebih dari 5 kg setelah menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan rata-rata lebih dari 6 bulan.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan mengetahui Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 bulan dengan Kenaikan Berat Badan di wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai

Tujuan Penelitian
Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kontrasepsi suntik dengan kenaikan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai.

Tujuan Khusus

Untuk mengetahui ada hubungan pengguanaan Kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari permai.

Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Masyarakat

Diharapkan hasil penelitian ini dapat sebagai gambaran tentang efek sampling dari kontrasepsi suntik sehingga masyarakat dapat memilih metode kontrasepsi yang sesuai.

Institusi

Diharapkan hasil penelitian ini sebagai tambahan pengetahuan bagi institusi kesehatan (bidan) tentang efek samping kontrasepsi suntik sehingga petugas kesehatan dapat memberikan penyuluhan atau pelayanan yang efektif.

Puskemas

Diharapkan hasil penelitian ini sebagai bahan masukan tentang pengaruh kontrasepsi suntik terhadap kenaikan berat badan

2. Manfaat Teoritis

Untuk mendapatkan tambahan teori tentang risiko peningkatan berat badan sebagai akibat dari penggunaan kontrasepsi Suntik.

METODE PENELITIAN
Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode survey analitik, survey analitik adalah penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi, dengan rancangan penedekatan *cross sectional study. Cross sectional study* adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus (Notoatmodjo.S,2010).

Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai kota kendari Kecamata Kambu Kelurahan Mokoau.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret-April Tahun 2016

Populasi dan Sampel
Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yag diteliti Notoatmodjo (2010). Populasi dalam

penelitian ini adalah sebanyak 150 Ibu merupakan akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan dalam satu tahun terakhir di wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai.

Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah 105 responden

Jenis dan Cara Pengumpulan Data
Data Primer

Data primer

Merupakan data yang diambil secara langsung oleh peneliti terhadap sasaran. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang ditujukan kepada responden untuk di isi dengan didampingi oleh peneliti.

Data sekunder

Merupakan data yang diambil dari Puskesmas Mokoau untuk digunakan sebagai data pendukung dari hasil penelitian.

Pengolahan dan Analisis Data
Pengolahan Data

Pengolahan data yang diperoleh dari kuesioner dan hasil pengamatan diolah dengan menggunakan komputer dengan program SPSS. Langka-langkah pengolahan adalah sebagai berikut:

a. *Editing*, yaitu memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan. Editing dapat dilakukan pada tahap pengumpulan data atau setelah data terkumpul
b. *Coding*, yaitu pemberian kode numerik (angka) terhadap data yang terdiri dari beberapa kategori. Pemberian kode ini sangat penting bila pengolahan dan analisa data menggunakan komputer.
c. *Scoring* yaitu penilaian data dengan memberikan skor pada pertanyaan yang berkaitan dengan variabel penelitian
d. *Entry*, yaitu kegiatan memasukkan data yang telah dikumpulkan ke dalam master tabel atau databes komputer, kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana atau dengan membuat tabel kontingensi (Hidayat, 2010).

Analisis Data

Analisis Univariat

Analisis data dilakukan secara manual dengan menggunakan kalkulator kemudian hasilnya disajikan dalam bentuk tabel frekuensi disertai penjelasan.

Analisis Bivariat

Analisis ini dilakukan untuk menguji hubungan antara dua variabel penelitian yaitu variabel bebas dengan variabel terikat. Karena menggunakan tabel 2x2 maka dilakukan perhitungan langsung dengan menggunakan formula sebagai berikut:

Tabel 1.

Sampel	Frekuensi Pada		Jumlah Sampel
	Objek I	Objek II	
Sampel A	A	b	a + b
Sampel B	B	d	c + d
Jumlah	A + c	b + d	N

Untuk membuktikan hipotesis, maka data yang telah diolah dilakukan analisis dengan program computer menggunakan uji statistik Chi-Square $(X)^2$ pada taraf kepercayaan 95% (Ari Kunto, 2009)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Gambaran Umum Sampel

Umur

Tabel 2.Distribusi responden berdasarkan umur

No	Umur	Frekuensi	Persentase
1	28-30	15	14.3
2	31-35	90	85.7
Total		105	100

Sumber: data primer 2016

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan bahwa umur responden yang terbanyak adalah berada pada interval umur 31-35 tahun sebanyak 90 responden (85.7%), sedangkan interval umur 28-30 tahun sebanyak 15 responden (14.3%).

Pendidikan

Tabel 3 Distribusi responden berdasarkan pendidikan

No	Pendidikan	n	%
1	Sarjana	63	60
2	SMA	42	40
Total		105	100

Sember: data primer 2016

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa pendidikan responden terbanyak adalah tingkat pendidikan sarjana yaitu sebanyak 63 responden (60%), sedangkan tingkat pendidikan SMA yaitu sebanyak 42 responden (40%).

Pekerjaan

Tabel 4.Distribusi responden berdasarkan pekerjaan

No	Pekerjaan	n	%
1	Ibu Rumah Tangga	67	63.8
2	PNS	8	7.6
3	Wiraswasta	30	28.6
Total		105	100

Sumber: data primer 2016

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan bahwa pekerjaan responden terbanyak adalah Ibu rumah tangga yaitu sebanyak 67 responden (63.8%), diikuti dengan Wiraswasta yaitu sebanyak 30 responden (28.6%), dan PNS yaitu sebanyak 8 responden (7.6%).

Pengguanaan kontrsepsi suntik 3 bulan

Tabel 5 Distribusi responden penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan

No	Penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan	n	%
1	Rutin menggunakan	92	87.6
2	Tidak rutin menggunakan	13	12.4
Total		105	100

Sumber: data primer 2016

Berdasarkan tabel 5 diatas menunjukkan bahwa responden terbanyak yang rutin menggunakan kontrasepsi 3 bulan yaitu 92 responden (87.6%), sedangkan responden yang tidak rutin sebanyak 13 responden (12,4%).

Peningkatan berat badan

Tabel 6. Distibusi responden berdasarkan peningkatan berat badan

No	Peningkatan berat badan	n	%
1	Ada kenaikan	76	72.4
2	Tidak ada kenaikan	29	27.6
Total		105	100

Sumber: data primer 2016

Berdasarkan tabel 6 diatas menunjukkan bahwa responden yang mengalami kenaikan berat badan yaitu sebanyak 76 responden (72.4%), sedangkan responden yang tidak mengalami keniakan berat badan yaitu sebanyak 29 responden (27.6%).

Rata-rata kenaikan berat badan

Tabel 7.Distribusi responden berdasarkan rata-rata kenaikan berat badan

No	Kenaikan	n	%
1	1 kg	23	21.9
2	2 kg	30	28.6
3	3 kg	23	21.9

Sumber: data primer 2016

Berdasarkan tabel 7 diatas dari 76 responden (72.4%) yang peningkatan berat badannya mengalami kenaikan berat badan dapat diketahui rata-rata kenaikan berat badan paling banyak adalah 2 kg.

Analisis Bivariat

Tabel 8.Hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikkan berat badan Permai Tahun 2016

No	Penggunaan kontarsepsi suntik 3 bulan	Peningkatan Berat Badan				Jumlah		Uji statistik			
		Ada Kenaikan		Tidak Ada Kenaikan				x^2 hit	x^2 tab	*Phi*	*Phi value*
		n	%	n	%	n	%	24.110	3.841	0.479	0.000
1	Rutin Menggunakan	74	80.4	18	19.6	92	100				
2	Tidak Rutin Menggunakan	2	15.4	11	84.6	13	100				
	Jumlah	76	72.4	29	27.6	105	100				

Sumber Puskesmas Mokoau

Dari Tabel 10 dapat disimpulkan bahwa dari 105 responden dengan penggunaan Kontrasepsi suntik 3 bulan yang rutin menggunakan berjumlah 92 responden, yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 74 responden dan yang tidak mengalami kenaikan berat badan sebanyak 18 responden. Untuk pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan yang tidak rutin menggunakan sebanyak 13 responden, yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 2 responden dan yang tidak mengalami kenaikan berat badan sebanyak 11 responden.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 105 responden yang memakai kontrasepsi suntik 3 bulan ada 90 responden yang berumur 31-35 tahun hal ini sesuai teori dari BKKBN (2001) yang menyebutkan bahwa usia 20-35 tahun adalah usia yang lebih aman dari resiko kematian meternal, sehingga mengatur kehamilan pada usia tersebut dengan kontrasepsi adalah mengurangi resiko kematian maternal pada bayi dan anak.

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 Wijayanti (2006) 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 105 responden terdapat 67 responden yang pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sehingga aktivitas fisiknya kurang sehingga berat badannya mudah meningkat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dari 105 responden terdapat 92 responden yang rutin memakai kontrasepsi suntik 3 bulan dan 13 responden yang tidak rutin menggunakan kontrasepsi 3 bulan.

Terdapat 76 responden yang penggunaan kontrasepsi 3 bulan mengalami kenaikan berat badan diantaranya yang rutin menggunakan sebanyak 74 responden dan yang tidak rutin menggunakan sebanyak 2 responden, dari hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa semakin rutin atau lama penggunaan kontrasepsi 3 bulan maka semakin banyak pula yang mengalami kenaikan berat badan. Hal ini terjadi karena penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan responden makan lebih banyak dari biasanya.

Hal ini sesuai teori yang dikemukakan oleh Hartanto (2010) bahwa dari pemakaian kontrasepsi suntik jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kenaikan berat badan kenaikan berat badan karena adanya kandungan hormon progesteron yang dapat menyebabkan nafsu makan bertambah apabila pemakaian dosis yang tinggi atau berlebih karena dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak.

Responden kontrasepsi suntik 3 bulan yang mengalami peningkatan berat badan tidak hanya disebabkan karena kandungan hormon progesteron dalam kontrsepsi suntik 3 bulan tetapi ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan berat badan menurut Wijayanti (2006) diantaranya adalah herediter, bangsa atau suku, gangguan emosi, fisiologi dan aktifitas fisik.

Terdapat 29 responden yang pemakaian kontrasepsi 3 bulan yang berat badannya tidak mengalami peningkatan tetapi jumlahnya relatif lebih kecil dari responden yang mengalami kenaikan berat badan. Hal ini belum diketahui apa penyebab dari tidak adanya kenaikan berat badan apabila memakai kontrasepsi suntik 3 bulan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Dari 105 responden dengan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan yang rutin menggunakan berjumlah 92 responden, yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 74 responden dan yang tidak mengalami kenaikan berat badan sebanyak 18 responden .
2. Dari 105 responden dengan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan yang tidak rutin menggunakan sebanyak 13 responden, yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 2 responden dan yang tidak mengalami kenaikan berat badan sebanyak 11 responden;
3. Hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai ρ *value* = 0.000 < α = 0.05 maka Ho ditolak dan Ha diterima yang berarti ada hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai Tahun 2016.. Berdasarkan uji koefisien *phi* di peroleh nilai 0.479, menunjukkan adanya hubungan sedang antara penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai Tahun 2016.

Saran

1. Dengan penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pemberi pelayanan kesehatan, perawat dan khususnya bidan untuk dapat memberikan pelayanan di bidang maternitas dalam hal pemberian informasi yang adekuat tentang teknik kontrasepsi dan memberikan pilihan kepada para akseptor untuk menggunakan kontrasepsi yang tepat. Dengan harapan nantinya para akseptor tidak salah lagi dalam memilih metode kontrasepsi;
2. Bagi peneliti dan penelitian selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan menjadi penelitian yang mengkaji lebih mendalam mengenai kontrasepsi suntik;
3. Bagi tenaga kesehatan Diharapkan tenaga kesehatan dapat meningkatkan komunikasi, informasi dan edukasi pada akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan;
4. Bagi institusi pelayanan kesehatan Diharapkan institusi pelayanan kesehatan dapat lebih meningkatkan pelayanan pada akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan, sehingga akseptor lebih tertarik untuk mendapatkan suntikan ulang.

Daftar Pustaka

Saifuddin, dkk. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. 2010.

Winkniosastro.. *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawioharjo : Jakarta. 2010

Adriana, *Hubungan Penggunaan KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada wanita akseptor KB di wilayah kerja puskesmas lok baitan*, http://www.akbidsarimulia.ac.id/ejurnal/downlot.php?file=Adriana%20Palimbo,%20SSiT.,M.Kes.pdf. Diakes tanggal 26 januari 2016

Notoadmodjo, S. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta. 2010.

BKKBN. *Keluarga Berencana*, http://riau.bkkbn.go.id/old/, (2008). diunduh tanggal 5 Januari 2016

Hartanto H. *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta.: Pustaka Sinar Harapan. 2010