

## Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal Dengan Kenaikan Berat Badan

**Etni Dwi Astuti**

Program Studi Diploma III Kebidanan, STIKes Bakti Utama Pati

**Evita Aurilia Nardina**

Program Studi Diploma III Kebidanan, STIKes Bakti Utama Pati

Corresponding author : [etnias51@gmail.com](mailto:etnias51@gmail.com)

**Abstract:** *The development of the National Family Planning Movement is aimed at improving the quality of human resources. The family, as the smallest group of human resources, has both emotional and physical bonds. Injectable contraception in Indonesia is one of the most popular contraceptive methods. Users of the DMPA (Depo Medroxyprogesterone Acetate) contraceptive, also known as the 3-month injectable contraceptive, on average experience a weight gain of 11 pounds or 5.5 kilograms and an increase in body fat by 3.4% over two to three years of use. Meanwhile, with monthly injectable contraception, the side effects on weight gain are very mild, resulting in only a slight increase in body weight. Research objective to determine whether there is a relationship between the use of hormonal contraceptive methods, especially the DMPA injectable, and weight gain. The research method used is a quantitative correlation analysis with an observational study and a cross-sectional approach. The population consists of mothers using the DMPA injectable, with 47 respondents. The sampling technique used is non-probability sampling with a purposive method. The test used is the chi-square test. Research Results, there is a relationship between the use of DMPA injectable contraception and weight gain (Chi-square: 7.362 and p-value: 0.025).*

**Keywords:** *Contraception, DMPA Injectable Acceptors, Weight Gain*

**Abstrak.** Pembangunan Gerakan Keluarga Berencana Nasional ditujukan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Keluarga sebagai kelompok sumber daya manusia terkecil yang mempunyai ikatan batiniah dan lahiriah. Kontrasepsi suntikan di Indonesia merupakan salah satu alat kontrasepsi yang paling populer. Pengguna alat kontrasepsi DMPA (*Depo Medroxyprogesterone Acetate*) atau dikenal dengan KB suntik 3 bulanan, rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 11 pon atau 5,5 kilogram, dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu dua sampai tiga tahun pemakaian. Sedangkan pada kontrasepsi suntik bulanan, efek samping terhadap berat badan sangatlah ringan, yaitu penambahan berat badan sedikit. Tujuan penelitian adalah mengetahui adakah hubungan penggunaan alat kontrasepsi hormonal pada akseptor KB suntik DMPA dengan kenaikan berat badan. Metode penelitian yang digunakan adalah metode analisa korelasi kuantitatif studi observasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi adalah ibu akseptor KB suntik, 47 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah non probability sampling dengan metode purposive. Uji yang digunakan adalah uji chi square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pengguna kontrasepsi suntik DMPA dengan kenaikan berat badan ( $\chi^2$  hitung : 7,362 dan p value : 0,025).

**Kata kunci:** akseptor KB suntik DMPA, kenaikan berat badan, kontrasepsi,

### LATAR BELAKANG

Suntik merupakan alat kontrasepsi yang berdaya kerja panjang (lama), tidak memerlukan pemakaian setiap hari atau saat bersenggama saja, namun tetap *reversible* (Hartanto, 2014). Kontrasepsi DMPA adalah kontrasepsi yang mengandung 150 mg DMPA yang diberikan setiap 3 bulan dengan cara disuntik intramuscular pada daerah bokong (Arum, 2011).

Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor KB suntik yaitu adanya hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang meningkatkan hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. Adanya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya, maka tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh hormon progesteron diubah menjadi lemak dan disimpan di bagian bawah kulit. Perubahan berat badan ini merupakan akibat dari adanya penumpukan lemak yang berlebih yang merupakan hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Mansjoer, 2013).

Pengguna alat kontrasepsi DMPA atau dikenal dengan KB suntik 3 bulanan, rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 11 pon atau 5,5 kilogram, dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu dua sampai tiga tahun pemakaian. Sedangkan pada kontrasepsi suntik bulanan, efek samping terhadap berat badan sangatlah ringan, umumnya pertambahan berat badan sedikit (Hartanto, 2014).

## **KAJIAN TEORITIS**

Penelitian ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan Winarsih (2012) dengan hasil terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata berat badan sebelum dan sesudah pemakaian DMPA di wilayah kerja Polindeskes desa Mengger Kecamatan Karanganyar Kabupaten Ngawi.

Dampak kenaikan berat badan ibu akibat penggunaan KB suntik hormonal DMPA diantaranya adalah masalah kesehatan yang dapat dialami oleh ibu seperti, obesitas yang beresiko pada penyakit diabetes, kanker payudara, jantung dan sesak nafas.

Data yang diperoleh dari BPM (Bidan Praktik Mandiri) Nurul Sa'diyah Karanganyar Demak diperoleh jumlah akseptor KB, 63 akseptor KB dengan rincian suntik DMPA 47 orang (74,6%), pil 15 orang (24,8%) dan IUD 1 (1,6%).

Berdasarkan data hasil wawancara pada penelitian pendahuluan tersebut diatas dan dengan latar belakang yang telah dikemukakan, maka penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: "*Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal pada Akseptor KB Suntik DMPA dengan Kenaikan Berat Badan di BPM Nurul Sa'diyah Karanganyar Demak*".

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif menggunakan studi observasional dengan pendekatan/waktu *cross sectional*, dengan populasi yang diambil penelitian adalah ibu akseptor KB suntik di BPM Nurul Sa'diyah Karanganyar Demak yaitu

sebanyak 47 responden. Sampel yang diambil pada penelitian ini adalah ibu akseptor KB suntik DMPA di BPM Nurul Sa'diyah Karanganyar Demak yang sudah menggunakan KB suntik DMPA selama 2-3 tahun sebanyak 25 responden. Analisis dalam penelitian ini menggunakan pengujian statistik dengan chi square ( $\chi^2$ ).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji Chi-Square, hubungan penggunaan alat kontrasepsi hormonal pada akseptor KB suntik DMPA dengan kenaikan berat badan didapatkan sebagai berikut:

**Tabel 1.**

Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal pada Akseptor DMPA  
Dengan Kenaikan Berat Badan di BPM Nurul Sa'diyah Karanganyar Demak

Akseptor KB Suntik DMPA 3 bulanan	Kenaikan Berat Badan						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		F	%
	F	%	F	%	F	%		
Tidak (<2tahun dan >3 tahun)	2	12,5	7	43,8	7	43,8	16	100
Ya (2-3 tahun)	4	16,0	19	76,0	2	8,0	25	100
<b>Total</b>	<b>6</b>	<b>14,6</b>	<b>26</b>	<b>63,4</b>	<b>9</b>	<b>22,0</b>	<b>41</b>	<b>100</b>

Pada responden ya akseptor KB suntik DMPA (2-3 tahun), diperoleh sebanyak 2 responden (8%) mengalami kenaikan berat badan berat dan sebanyak 19 responden (63,4%) mengalami kenaikan berat badan sedang.

Umumnya pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama penyuntikan. Penyebab pertambahan berat badan belum diketahui lebih jelas. Dimungkinkan 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 biasanya (Hartanto, 2014).

**Tabel 2.**

Uji Statistik Chi Square Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal  
Pada Akseptor KB suntik DMPA dengan Kenaikan Berat Badan  
Di BPM Nurul Sa'diyah Karanganyar Demak

Variabel	$\chi^2_{hitung}$	$\chi^2_{tabel}$	p value	Taraf signifikan	Df/dk
Penggunaan alat kontrasepsi hormonal*kenaikan berat badan	<b>7,362</b>	<b>5,991</b>	<b>0,025</b>	<b>0,05</b>	<b>2</b>

Dari nilai didapatkan p yang ditampilkan pada kolom Asimp sig = 0,025 oleh karena  $p = 0,025 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak, berarti ada hubungan antara hubungan pengguna kontrasepsi suntik DMPA dengan kenaikan berat badan di BPM Nurul Sa'diyah Karanganyar Demak.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Zubaidah (2021) yaitu, dari 69 orang menunjukkan sebagian besar akseptor KB dengan lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kurun waktu >36 bulan sebanyak 62,3%, kenaikan berat badan kategori obesitas (BB > 5 kg) sebanyak 73,9%, ada hubungan yang signifikan antara lamanya pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ibu akseptor KB suntik di BPM Wiwik Indriani di Kota Banjarbaru Utara tahun 2021 dengan  $p\text{-value}=0,000 < \alpha 0,05$ .

Penelitian serupa mengenai analisis perubahan berat badan pada pemakaian KB suntik DMPA, oleh Ratika (2020) diperoleh hasil sebanyak 77,8% responden mengalami kenaikan berat badan pada pemakaian KB suntik DMPA >12 bulan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pengguna kontrasepsi suntik DMPA, sebagian besar merupakan akseptor KB suntik DMPA 3 bulanan, dengan penggunaan selama 2-3 tahun yaitu 25 orang (61%), dan ada hubungan penggunaan alat kontrasepsi hormonal pada akseptor KB suntik DMPA dengan kenaikan berat badan di BPM Nurul Sa'diyah Karanganyar Demak ( $\chi^2$  hitung : 7,362 dan  $p\text{-value}$  : 0,025). Berkaitan dengan hasil tersebut, diharapkan sebagai Petugas kesehatan harus mampu memberikan konseling mengenai efek samping KB DMPA sehingga tidak ada kekhawatiran dari akseptor dan akseptor akan lebih bijak dalam mengambil keputusan untuk dirinya.

## DAFTAR REFERENSI

- Arum, D., Sujiyatini. 2011. Panduan Lengkap Pelayanan KB Terkini. Yogyakarta. Muha Medika.
- Hartanto H. 2014. Keluarga berencana dan kontrasepsi. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Mansjoer. 2013. Kapita Selekta Kedokteran Jilid 2 Edisi 3. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indoensia.
- Ratika F, Indri R. 2020. Analisis Perubahan Berat Badan Pada Pemakaian KB Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA). Palembang: Jurnal 'Aisyiyah Palembang Vol. 5 (1).
- Winarsih NA., Neni S. 2012. Pengaruh Kontrasepsi Hormonal Terhadap Berat Badan Dan Lapisan Lemak Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA Di Polindes Mengger Karanganyar Ngawi. Jurnal Kesehatan, ISSN 1979-7621, Vol. 5 (2).
- Zubaidah. 2021. Hubungan Pemakaian KB Suntik 3 Bulan Dengan Berat Badan Di Praktek Mandiri. Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat Vol. 9 (2).