

**PENGARUH PENGGUNAAN KB SUNTIK 3 BULAN TERHADAP
PENINGKATAN BERAT BADAN AKSEPTOR**

Kadek Dwi Ariesthi, Hironima Niyati Fitri*

**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Citra Husada Mandiri Kupang*

dexdwi_jegeg@yahoo.com

ABSTRAK

Di Puskesmas Pembantu Fatululi pada periode Juli hingga Desember 2016 terdapat 60 akseptor KB yang mengalami kenaikan berat badan sebagai efek samping dari penggunaan KB. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan KB suntik 3 bulan terhadap peningkatan berat badan akseptor. Penelitian deskriptif dengan metode *survey* dilakukan dari bulan September sampai dengan Oktober 2017 di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Fatululi, Kecamatan Kota Lama, Kota Kupang, NTT. Sampel adalah akseptor yang telah menggunakan KB suntik 3 bulan minimal tiga kali, dengan jumlah 30 akseptor. Data dikumpulkan adalah data sekunder. Analisis data dilakukan secara *univariat*. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata peningkatan berat badan pada 3 bulan pertama kontrasepsi suntik adalah 1,8 kg, rata-rata peningkatan berat badan pada 6 bulan pertama 2,6 kg dan rata-rata pada 9 bulan pertama adalah 4,6 kg. Penggunaan KB suntik 3 bulan berpengaruh terhadap kenaikan berat badan.

Kata kunci : Akseptor, KB Suntik, Peningkatan Berat Badan

**THE EFFECT OF THE 3 MONTH INJECTION CONTRACEPTION ON
INCREASING WEIGHT ACCEPTOR**

ABSTRACT

At Fatululi Assistant Health Center in the period July to December 2016 there were 60 family planning acceptors who experienced weight gain as a side effect of using KB. This study aimed to analyze the effect of using 3-month injection KB on increasing acceptor body weight. Descriptive research using the survey method was carried out from September to October 2017 in the work area of Fatululi Assistant Health Center, Kota Lama District, Kupang City, NTT. Samples are acceptors who have used 3-month injection KB at least three times, with 30 acceptors. Data collected is secondary data. Data analysis is done univariately. The results showed an average increase in body weight in the first 3 months of injection contraception was 1.8 kg, the average increase in body weight in the first 6 months was 2.6 kg and the average for the first 9 months was 4.6 kg. The use of 3-month injection of KB affects weight gain.

Keywords: Acceptor, Injection KB, Weight Gain

PENDAHULUAN

Jumlah penduduk Indonesia pada 2018 menurut data Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) mencapai 266,79 juta jiwa. Dengan jumlah tersebut Indonesia masih berada di urutan keempat sebagai negara dengan populasi terbesar di dunia berada di bawah Tiongkok, India dan Amerika Serikat¹. Populasi Indonesia diprediksi terus mengalami pertumbuhan dan akan mencapai puncaknya pada 2062 mencapai 324,76 juta jiwa dengan asumsi *medium fertility variant*¹. Angka tersebut menempatkan Indonesia berada di urutan keenam sebagai negara dengan jumlah penduduk terbesar dunia.

Fertilitas atau kelahiran merupakan faktor penambah bagi jumlah penduduk. Untuk mengatasi hal tersebut, pemerintah Indonesia menerapkan program Keluarga Berencana (KB) yang telah dimulai sejak tahun 1968 dengan tujuan dapat mewujudkan keluarga kecil yang bahagia dan sejahtera. Salah satu dukungan dan pemantapan dari penerimaan gagasan KB tersebut adalah adanya pelayanan kontrasepsi¹. Kontrasepsi suntik 3 bulan adalah salah satu alat kontrasepsi yang berupa cairan yang mengandung hormon progesteron dan disuntikkan ke dalam tubuh wanita atau akseptor setiap 3 bulan². Menurut BKKBN, pada tahun 2014 pengguna IUD dan Implan di Indonesia hanya sebesar 11,07% dan 10,46%. Nilai tersebut sangat rendah apabila dibandingkan dengan pengguna suntik KB yaitu 47,54%, padahal suntik KB banyak sekali kekurangannya dibanding dengan IUD dan Implan³.

Salah satu efek samping KB suntik adalah peningkatan berat badan. Umumnya peningkatan berat badan terjadi dan bervariasi antara kurang dari 1 kg – 5 kg dalam tahun pertama². Beberapa studi penelitian menunjukkan

bahwa peningkatan berat badan akibat penggunaan KB suntik berkaitan dengan peningkatan lemak tubuh dan adanya hubungan dengan regulasi nafsu makan. Hal ini dapat dihubungkan dengan kandungan pada KB suntik yaitu hormon progesteron yang dapat merangsang pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus sehingga menyebabkan terjadinya peningkatan nafsu makan⁴.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana pengaruh penggunaan KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor. Penelitian tentang pengaruh KB suntik terhadap peningkatan berat badan akseptor di Kota Kupang khususnya di Pustu Fatululi ini masih jarang dilakuka, karena itu penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh penggunaan KB suntik terhadap peningkatan berat badan akseptor.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan metode *survey* yang dilakukan dari bulan September sampai dengan Oktober 2017 di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Fatululi, Kecamatan Kota Lama, Kota Kupang⁵. Jumlah sampel 30 orang akseptor KB yang dipilih secara *non random sampling*. Teknik samplingnya adalah dengan *purposive sampling*. Akseptor KB suntik 3 bulan yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu minimal sudah menggunakan KB suntik selama tiga kali berturut-turut dan tercatat data berat badan sebelum menggunakan KB suntik dan data berat badan saat terakhir menggunakan KB pada kartu KB akseptor.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah data rekam medis akseptor KB suntik yang digunakan di Puskesmas Pembantu Fatululi dan form observasi. Data sekunder dari rekam

medis akseptor KB di Pustu dikumpulkan dengan cara mencatat seluruh pengguna KB suntik berdasarkan kriteria inklusi, lalu dicatat data peningkatan berat badan dari rekam medik akseptor KB tersebut dalam lembar observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh penggunaan KB suntik terhadap peningkatan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Pembantu Fatululi, dengan hasil penelitian sebagai berikut:

Karakteristik Akseptor KB Suntik

Karakteristik akseptor berdasarkan umur dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Karakteristik Akseptor KB Berdasarkan Umur

No	Umur	f	%
1	19-21	4	13,3
2	22-24	6	20
3	25-27	4	13,3
4	28-30	6	20
5	31-33	5	16,7
6	34-36	3	10
7	37-39	2	6,7
Total		30	100

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa paling banyak responden berusia 22-24 tahun dan berusia 28-30 tahun (20%), sedangkan responden yang paling sedikit adalah yang berusia 37-39 tahun (6,7%).

Karakteristik akseptor berdasarkan jumlah anak dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Karakteristik Akseptor KB Berdasarkan Jumlah Anak

No	Jumlah anak	f	%
1	1	15	50
2	2	11	36,7
3	3	4	13,3
Total		30	100

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa 15 responden baru memiliki 1 orang anak (50 %) dan 4 responden sudah memiliki 3 orang anak (13,3 %).

Rata-rata Peningkatan Berat Badan

Karakteristik akseptor berdasarkan peningkatan berat badan dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3. Karakteristik Akseptor KB Berdasarkan rata-Rata Peningkatan Berat badan

Total berat badan awal	Total peningkatan berat badan pada 3 bulan pertama	Rata-rata peningkatan katan BB	Total peningkatan berat badan pada 3 bulan kedua	Rata-rata peningkatan katan BB	Total peningkatan berat badan pada 3 bulan ketiga	Rata-rata peningkatan katan BB
482 kg	54 kg	1,8 kg	78 kg	2,6 kg	138	4,6 kg

Berdasarkan tabel 3, rata-rata peningkatan berat badan pada 3 bulan pertama adalah 1,8 kg, rata-rata peningkatan berat badan pada 3 bulan kedua adalah 2,6 kg dan rata-rata peningkatan berat badan pada 3 bulan ketiga adalah 4,6 kg. Hal ini masih dalam batas normal yaitu 1 – 5 kg dalam 1 tahun pertama penggunaan.

Penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan berat badan akseptor selama menggunakan KB suntik. Hal penyebab terjadinya peningkatan berat badan adalah karena pekerjaan sebagai IRT terbilang cukup ringan terutama akseptor yang baru memiliki 1 orang anak. Selain itu, masih ada akseptor yang pengetahuannya tentang efek samping penggunaan KB masih kurang sehingga tidak menjaga pola makan dengan baik.

Hasil penelitian di Puskesmas Pembantu Fatululi pada akseptor KB suntik 3 bulan, rata-rata peningkatan berat badan dalam 1 tahun penggunaan penggunaan kontrasepsi suntik adalah 1

- 5 kg. Hal ini masih dalam batas normal tetapi perlu diwaspadai karena peningkatan berat badan yang berlebihan dapat mengganggu kesehatan dan juga dapat menyebabkan beberapa penyakit seperti masalah persendian (rematik), masalah kesehatan jantung, hipertensi, Diabetes Melitus, gangguan hormonal⁶. Faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan berat badan : faktor hormonal, faktor psikologi, faktor genetik, faktor lingkungan, pola makan dan berkurangnya aktifitas tubuh⁷. Penanggulangannya dengan memberikan KIE yaitu menjelaskan sebab terjadinya perubahan berat badan, sehingga ibu atau akseptor tidak merasa khawatir dengan kondisinya. Penambahan berat badan ini bersifat sementara dan individu (tidak terjadi pada semua pemakai suntikan, tergantung reaksi tubuh wanita itu terhadap metabolisme progesteron)⁷.

SIMPULAN

Penggunaan KB suntik berpengaruh terhadap peningkatan berat badan akseptor. Faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan berat badan akseptor KB suntik antara lain : faktor hormonal, faktor psikologi, faktor genetik, faktor lingkungan, pola makan dan berkurangnya aktifitas tubuh. Disarankan bagi akseptor KB suntik untuk menjaga pola makan yang baik agar tidak terjadi peningkatan berat badan yang signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Badan Pusat Statistik. 2015. Jumlah Penduduk Indonesia. BPS : Jakarta
2. Kenneth, dkk. 2009. *Obstetri Williams*. Jakarta : EGC
3. Skata. Kenali Lebih Jauh : suntik KB 3 bulan. (Diakses tanggal 27 Agustus 2017). Tersedia dari : URL (<https://skata.info/article/detail/79/kenali-lebih-jauh-suntik-kb-3-bulan>)
5. Guyton AC, Hall JE. Buku ajar fisiologi kedokteran (terjemahan). Edisi ke-11. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2007
6. Puskesmas Pembantu Fatululi. 2017. Jumlah Akseptor KB. Kupang
7. Anggraini, Yetti. 2010. *Pelayanan Keluarga Berencana*, Jogjakarta : Rohina Press
8. Saifuddin, Abdul Bari. 2006, *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*, Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.