PENGARUH PENGGUNAAN KONTRASEPSI HORMONAL TERHADAP PERUBAHAN BERAT BADAN AKSEPTOR KB DI BPM CHOIRUL MALA HUSIN PALEMBANG TAHUN 2015

Reni Saswita
Program Studi D III Kebidanan STIKES Mitra Adiguna Palembang
Email : rswita@gmail.com

ABSTRAK

Kontrasepsi hormonal mempunyai banyak efek samping, seperti amenorea (30%), spoting (bercak darah) dan menoragia, mual, sakit kepala (17%) (pusing), galaktorea (44%), perubahan berat badan (9%). Peningkatan berat badan disebabkan oleh hormon progesteron yang merangsang hipotalamus lateral menyebabkan perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dalam tubuh akan menjadi banyak dan terjadilah peningkatan berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat badan akseptor KB. Sampel pada penelitian ini sebagian akseptor KB hormonal yang datang ke BPM Choirul Mala Husin. Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan *cross sectional.* Tehnik pengambilan sampel dengan cara *accidental sampling*. Hasil analisa univariat menunjukkan bahwa sebanyak 23 (76,7%) responden mengalami kenaikkan berat badan lebih besar dibandingkan dengan responden yang mengalami penurunan berat badan yaitu sebanyak 7 (23,3%) responden, yang menggunakan kontrasepsi pil dan suntik sama besar yaitu sebanyak 15 (50%) responden. Hasil bivariat menunjukkan bahwa ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat badan akseptor KB di BPM Choirul Mala Husin Palembang tahun 2015 (*p value* 0,040). Diharapkan agar petugas kesehatan dapat meningkatkan pelaksanaan penyuluhan dan konseling mengenai jenis kontrasepsi manfaat serta dampaknya apabila digunakan sehingga para akseptor KB menjadi lebih memahami tentang alat kontrasepsi yang mereka gunakan.
Kata Kunci: *Perubahan Berat Badan, Kontrasepsi Hormonal*

ABSTRACT

Hormonal contraceptives have lots of side effects, such as amenorrhoea (30%), spoting (spots of blood) and menorrhagia, nausea, headache (17%) (dizziness), galactorrhea (44%), changes in body weight (9%). Weight gain caused by the hormone progesterone, which stimulates the lateral hypothalamus causes changes in carbohydrates and sugars into fat, so that the fat in the body and there will be a lot of weight gain. This study aims to determine the effect of the use of hormonal contraceptives on weight change acceptors. Samples in this study partly hormonal acceptors coming into BPM Choirul Mala Husin. This study uses an analytical method with cross sectional approach. Sampling techniques with accidental sampling method. Results of univariate analysis showed that 23 (76,7%) of respondents experienced an increase greater weight than the respondents who experienced weight loss as many as seven (23,3%) of respondents, who use contraceptive pills and injections as great as many as 15 (50%) of respondents. Bivariate results indicate that there is the influence of hormonal contraceptive use to changes in weight acceptors in BPM Choirul Mala Husin Palembang in 2015 (p value 0,040). It is expected that health workers can improve the implementation of counseling and counseling on contraceptive benefits and impact if they are used so that the acceptors become more understanding about contraception they use.
Keywords*: Change Weight Loss, Hormonal Contraception*

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) dan UNICEF (*United Nations International Children's Emergency Fund*) (1978) melakukan pertemuan di Alma Ata yang memusatkan perhatian terhadap tingginya angka kematian maternal perinatal. Dalam pertemuan tersebut disepakati untuk menetapkan konsep *Primary Health Care* yang memberikan pelayanan antenatal, persalinan bersih dan aman, melakukan upaya penerimaan keluarga berencana, dan meningkatkan pelayanan rujukan.[7]

Menurut WHO Keluarga Berencana adalah tindakan yang membantu individu atau pasangan suami isteri untuk mendapatkan objektif-objektif tertentu, menghindari kelahiran yang tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang memang diinginkan, mengatur interval di antara kehamilan, mengontrol waktu saat kelahiran dalam hubungan dengan umur suami isteri dan menentukan jumlah anak dalam keluarga. WHO memiliki data yang menunjukkan, sembilan dari 10 wanita yang menggunakan kontrasepsi memilih metode modern berupa Cakupan KB di Indonesia pada awal tahun 2010 meliputi suntik 43.4%, Pil 26.7%, kondom 13.7%, implan 10.5%, IUD 4.3%, MOW 1.07%, MOP 0.2%.[2]

Gerakan KB Nasional selama ini telah berhasil mendorong peningkatan peran serta masyarakat dalam membangun keluarga kecil yang mandiri. Keberhasilan ini harus diperhatikan dan terus ditingkatkan karena pencapaian tersebut belum merata. Di Indonesia peserta KB yang tercatat 51,21% akseptor KB memilih suntikan sebagai alat kontrasepsi, 40,02% memilih Pil, 4,93% memilih Implant, 2,72% memilih IUD dan lainnya 1,11%. Pada umumnya masyarakat memilih metode non MNKJP (Metode Non Kontrasepsi Jangka Panjang). Sehingga metode KB MKJP seperti IUD, Implant, Kontap Pria (MOP) dan Kontap Wanita (MOW) kurang diminati.[15]

Salah satu jenis kontrasepsi efektif yang menjadi pilihan kaum ibu adalah KB hormonal diantaranya pil, suntik, implant dan AKDR.[10]

KB hormonal tersebut juga mempunyai banyak efek samping, seperti amenorea (30%), spoting (bercak darah) dan menoragia, seperti halnya dengan kontrasepsi hormonal lainnya dan dijumpai pula keluhan mual, sakit kepala (17%) (pusing), galaktorea (44%), perubahan berat badan (9%) .[9]

Peningkatan berat badan disebabkan oleh hormon progesteron yang merangsang hipotalamus lateral menyebabkan perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dalam tubuh akan menjadi banyak dan terjadilah peningkatan berat badan[1]

Ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat badan 4 sampai 10 kg atau lebih.

Kelebihan estrogen dapat menyebabkan kurangnya pengeluaran air dan natrium sehingga terjadi retensi cairan yang dapat menyebabkan meningkatnya berat badan. Sehingga kelebihan progesteron dapat menyebabkan bertambahnya nafsu makan dan efek metabolik hormon sehingga berat badan menjadi meningkat.[7]

Selain karena metode kontrasepsi hormonal dapat membantu mengurangi masalah-masalah kewanitaan yang paling dasar dan utama bagi kesehatan reproduksi, pemakaian suntikan KB aman, sederhana dan efektif. Seorang akseptor KB hormonal beberapa waktu setelah penggunaan kontrasepsi tersebut terkadang mengalami beberapa gangguan seperti sakit kepala, gangguan haid dan peningkatan atau penurunan berat badan.[11]

Di masyarakat, metode kontrasepsi hormonal tidaklah asing lagi. Hampir 70 % akseptor KB menggunakan metode kontrasepsi hormonal. Namun demikian banyak juga efek samping yang dikeluhkan akseptor KB berkenaan dengan kontrasepsi yang dipakainya akhirnya banyak kejadian akseptor KB yang *drop out* karena belum memahami dengan baik bagaimana metode kontrasepsi hormonal tersebut.[7]

Penelitian Magdalena dkk (2012) dengan judul pengaruh kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat badan akseptor di RSIA Pertiwi Makassar. Hasil analisis bivariat di dapat tidak ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat badan akseptor (*p>0,05*). Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat-badan akseptor Di Rumah Sakit Ibu dan Anak Pertiwi Makassar.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan tahun 2012 jumlah Pasangan Usia Subur yaitu sebanyak 223.028 orang, dan peserta KB aktif sebanyak 164.920 orang (73,9%), pada 2013 jumlah Pasangan Usia Subur yaitu sebanyak 246.954 orang, peserta KB aktif sebanyak 192.077 orang (77,8%).[6]

Berdasarkan data Dinas Kota Palembang jumlah akseptor KB pada tahun 2012 sebanyak 156 (IUD), 6 (MOP), 12 (MOW), 146 (implant), 20173 (suntik), 2.203 (pil), 60 (kondom). Pada tahun 2013 sebanyak sebanyak 178 (IUD), 8 (MOP), 19 (MOW), 178 (implant), 24870 (suntik), 2.372 (pil), 77 (kondom) dan pada tahun 2014 sebanyak 182 (IUD), 12 (MOP), 10 (MOW), 166 (implant), 26271 (suntik), 26772 (pil), 55 (kondom).[6]

Berdasarkan data dari BPM Choirul Mala Husin Palembang jumlah akseptor KB pada tahun 2012 berjumlah 3.860 orang, pada tahun 2013 berjumlah 2.053 dan pada tahun 2014 jumlah akseptor KB sebanyak 3.876 orang. Pada tahun 2015

jumlah akseptor KB dari bulan Januari-Februari sebanyak 477 orang (Profil BPM Choirul Mala Husin Palembang, 2014).

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat badan akseptor KB"

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan *cross sectional.* Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2015 dengan wawancara dan observasi pada akseptor KB hormonal yang datang ke BPM Choirul Mala Husin Palembang.

Penelitian ini menggunakan data primer diperoleh dengan cara mengisi kuesioner untuk mengukur variabel penggunaan kontrasepsi hormonal dan melakukan observasi langsung dengan menggunakan timbangan BB untuk mengukur variabel perubahan BB pada ibu akseptor KB hormonal yang datang ke BPM Choirul Mala Husin pada bulan Mei 2015.

Populasi pada penelitian ini adalah semua akseptor KB hormonal yang datang ke BPM Choirul Mala Husin Palembang. Sampel penelitian adalah sebagian akseptor KB hormonal yang datang ke BPM Choirul Mala Husin pada saat penelitian dilakukan. Tehnik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan cara *non random (non probability) sampling* yaitu metode *accidental sampling*. Teknik analisis data penelitianyaitu analisis univariat dan analisis bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Perubahan Berat Badan

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Perubahan Berat Badan

Perubahan Berat Badan	Frekuensi	Persentase (%)
Naik	23	76,7
Turun	7	23,3
Jumlah	30	100

2. Kontrasepsi Hormonal

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal

Penggunaan Kontrasepsi Hormonal	Frekuensi	Persentase (%)
Pil	15	50
Suntik	15	50
Jumlah	30	100

3. Pengaruh Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Perubahan Berat Badan Akseptor KB

Tabel 3 Pengaruh Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Perubahan Berat Badan Akseptor KB

No	Jenis Kontrasepsi	Perubahan Berat Badan				*p*	*OR*
		Naik		Turun			
		N	%	n	%		
1	Pil	14	93,3	1	6,7	0,04	9,33
2	Suntik	9	60	6	40		

PEMBAHASAN

Perubahan Berat Badan Akseptor KB

Perubahan berat badan akseptor KB adalah Peningkatan atau penurunan berat badan yang dialami akseptor KB hormonal setelah memakai KB hormonal $\geq$ 6 bulan.

Perubahan berat badan dalam penelitian ini dibagi menjadi 3 kategori yaitu naik (jika BB ibu mengalami kenaikkan (dalam kg), turun (jika BB ibu mengalami penurunan (dalam kg) dan tetap jika BB ibu mengalami penetapan

Dari hasil penelitian diketahui bahwa dari 30 responden yang diteliti sebanyak 23 (76,7%) responden mengalami kenaikkan berat badan lebih besar dibandingkan dengan responden yang mengalami penurunan berat badan yaitu sebanyak 7 (23,3%) responden.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Laelah (2010), ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat badan 4 sampai 10 kg atau lebih. Kelebihan estrogen dapat menyebabkan kurangnya pengeluaran air dan natrium sehingga terjadi retensi cairan yang dapat menyebabkan meningkatnya berat badan. Sehingga kelebihan progesteron dapat menyebabkan bertambahnya nafsu makan dan efek metabolik hormon sehingga berat badan menjadi meningkat.

Pengaruh Penggunakan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Perubahan Berat Badan Akseptor KB

Penggunaan kontrasepsi hormonal merupakan pemakaian kontrasepsi hormonal berupa pil, suntik, dan implant. Dalam penelitian ini penggunaan kontrasepsi hormonal dibagi menjadi 3 kategori yaitu pil (jika ibu menggunakan kontrasepsi pil), suntik (jika ibu menggunakan kontrasepsi suntik) dan implant (jika ibu menggunakan kontrasepsi implant)

Pada penelitian ini diketahui bahwa responden yang menggunakan kontrasepsi pil dan suntik sama besar yaitu sebanyak 15 (50%) responden.

Dari hasil analisa bivariat dari 15 responden yang menggunakan kontrasepsi suntik terdapat 14 responden (93,3%) yang mengalami kenaikkan berat badan dan dari 15 responden yang menggunakan kontrasepsi suntik terdapat 9 responden (60%) yang mengalami kenaikkan berat badan.

Dari hasil uji statistik diperoleh *p value* < α=0,05 yaitu 0,040 yang berarti bahwa ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat badan akseptor KB di BPM Choirul Mala Husin Palembang tahun 2015. Dari tabel diketahui nilai *Odds Ratio* (OR) = 9,333 yang berarti bahwa responden yang menggunakan kontrasepsi pil berpeluang 9,333 kali mengalami kenaikan berat badan dibandingkan dengan responden yang menggunakan kontrasepsi suntik.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Laelah (2012), ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat badan 4 sampai 10 kg atau lebih. Kelebihan estrogen dapat menyebabkan kurangnya pengeluaran air dan natrium sehingga terjadi retensi cairan yang dapat menyebabkan meningkatnya berat badan. Sehingga kelebihan progesteron dapat menyebabkan bertambahnya nafsu makan dan efek metabolik hormon sehingga berat badan menjadi meningkat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Febriani (2013), efek samping utama bagi beberapa akseptor pemakai kontrasepsi hormonal adalah kenaikan berat badan.Bukti menunjukkan kenaikan berat badan selama penggunaan, hal ini karena dalam kontrasepsi hormonal mengandung hormon progesteron dan estrogen. Hormon estrogen merangsang pusat nafsu makan yang ada di hipotalamus. Dengan bertambahnya nafsu makan, karbohidrat yang dikonsumsi dari makanan oleh hormon progesteron dirubah menjadi lemak, sehingga terjadi penumpukan lemak yang menyebabkan berat badan bertambah.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Magdalena dkk (2012), dengan judul pengaruh kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat badan akseptor di RSIA Pertiwi Makassar. Hasil analisis bivariat di dapat tidak ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat badan akseptor (*p>0,05*). Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat-badan akseptor Di Rumah Sakit Ibu dan Anak Pertiwi Makassar.

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Distribusi frekuensi perubahan berat badan akseptor KB sebanyak 23 (76,7%) responden mengalami

kenaikkan berat badan lebih besar dibandingkan dengan responden yang mengalami penurunan berat badan yaitu sebanyak 7 (23,3%) responden)

2. Distribusi frekuensi penggunaan kontrasepsi hormonal yang menggunakan kontrasepsi pil dan suntik sama besar yaitu sebanyak 15 (50%) responden.
3. Ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap perubahan berat badan akseptor KB di BPM Choirul Mala Husin Palembang tahun 2015 (*p value = 0,040*)

SARAN

Diharapkan agar petugas kesehatan dapat meningkatkan pelaksanaan penyuluhan dan konseling mengenai jenis kontrasepsi manfaat serta dampaknya apabila digunakan sehingga para akseptor KB menjadi lebih memahami tentang alat kontrasepsi yang mereka gunakan. Pada penelitian selanjutnya diharapkan agar dapat meneliti variabel lain yang lebih bervariasi dan mencakup penelitian yang lebih luas dengan metode penelitian yang berbeda terutama yang berhubungan dengan kontrasepsi hormonal. Sehingga penelitian tentang kontrasepsi hormonal dapat terus dikembangkan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Afni. 2012. *Mengenal Alat Kontrasepsi.* (Online) http://afni/herbalobat.blogspot.com/2012/06/mengenal-alat-kontrasepsi.html. diakses tanggal 24 Januari 2015.
2. Bambang Al-Rasyid. 2013. Efek Penggunaan KB Pil dan Suntik. (Online) at http://www.kompas.com/berita-terbaru/0112/14/headline/037.htm. Diakses 24 Januari 2015.
3. BKKBN. 2014. *Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi:Kebijakan Program dan Kegiatan tahun 2005-2009*. Jakarta : BKKBN
4. _____.2012. *Pelayanan Informasi Kontrasepsi*. Surabaya: BKKBN
5. _____. 2010. *Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi:Kebijakan Program dan Kegiatan tahun 2005-2009*. Jakarta : BKKBN
6. Depkes RI, 2012. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI
7. Handayani Sri. 2012. *Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
8. _____2010. *Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
9. Hartati. 2013. *Pengaruh Kontrasepsi Hormonal terhadap perubahan berat badan aksetor di BPS Hj. Yuliani Padang*. (Online) at http://journal//pengaruh- kontrasepsi-hormonal-terhadap-bb//pdf diakses tanggal 24 Januari 2015

10. Manuaba, Ida Bagus Gede.2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta : EGC.
11. Mulyani, Atikah, dkk. 2013. *Panduan Memilih Kontrasepsi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
12. Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
13. Profil Dinkes Sumsel Tahun 2013.
14. Profil BPS Choirul Mala Husin Palembang Tahun 2015.
15. Saifuddin, Abdul Bari, dkk. 2012. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi.* Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
16. _____.2010. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi.* Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
17. Sarwono Prawirohardjo, dkk. 2012. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal.* Jakata: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
18. Sulistyawati Ari. 2011. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta : Salemba Medika