

**HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN (PROGESTIN)
DENGAN PENINGKATAN BERAT BADAN AKSEPTOR KB DI DESA
SIALAMBUE KABUPATEN PADANG LAWAS TAHUN 2020**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN THE USE OF 3-MONTH INJECTABLE
CONTRACEPTIVES (PROGESTINS) WITH WEIGHT GAINING IN
FAMILY PLANNING ACCEPTORS IN SIALAMBUE VILLAGE,
PADANG LAWAS REGENCY IN 2020**

Henny Sahriani¹, Sri Sartika Sari Dewi²

¹Dosen Program Studi kebidanan Program Sarjana Universitas Aufo Royhan Padangsidimpuan

²Dosen Program Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi Universitas Aufo Royhan Padangsidimpuan

Hennysahriani@gmail.com, srisartikasariidewi@gmail.com

ABSTRAK

Akseptor KB terbanyak di Indonesia didominasi akseptor KB suntik sebesar 63,7%. Salah satu efek samping KB suntik 3 bulan adalah peningkatan berat badan, wanita yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 11 pon atau 5,5 kg dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu 3 tahun pemakaian. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan (progestin) dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB di desa Sialambue Kabupaten Padang Lawas tahun 2021. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah seluruh akseptor KB suntik 3 bulan di desa Sialambue Kabupaten Padang Lawas tahun 2020 berjumlah 45 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* dan sampel berjumlah 45 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan (progestin) dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB dengan nilai $p = 0,013 < \alpha = 0,05$. Disarankan bagi ibu yang ingin menjadi akseptor KB agar lebih bijak dalam menentukan jenis kontrasepsi yang akan digunakan. Perhatikan manfaat, kelebihan dan efek samping kontrasepsi yang akan digunakan.

Kata kunci : Kontrasepsi suntik 3 bulan, berat badan, akseptor

ABSTRACT

Most family planning acceptors in Indonesia are dominated by injection family planning acceptors at 63.7%. One of the side effects of 3-month injectable contraception is weight gain, women who use 3-month injectable contraception have an average weight gain of 11 pounds or 5.5 kg and experience an increase in body fat of 3.4% within 3 years of use. . The purpose of the study was to determine the relationship between the use of 3-month injectable contraceptives (progestin) with weight gain in family planning acceptors in Sialambue village, Padang Lawas district in 2020. This study was a quantitative study with a cross sectional approach. The population is all acceptors of 3-month injection KB in Sialambue village, Padang Lawas Regency in 2021, totaling 45 people. The sampling technique is purposive sampling and the sample is 45 people. The results showed that there was a significant relationship between the use of 3-month injectable contraceptives (progestin) and weight gain in family planning acceptors with $p = 0.013 < = 0.05$. It is recommended for

mothers who want to become family planning acceptors to be wiser in determining the type of contraception to be used. Pay attention to the benefits, advantages and side effects of contraception to be used.

Keywords : *The 3-month injectable contraceptive, weight, acceptors*

LATAR BELAKANG

Jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2020 menurut hasil Sensus Penduduk 2020 (SP 2020) yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2020 adalah 270,20 juta jiwa, bertambah 32,56 juta jiwa dibandingkan SP 2010. Salah satu usaha pemerintah dalam menekan laju pertumbuhan penduduk Indonesia adalah program keluarga berencana (KB) dengan menggunakan alat kontrasepsi. Kontrasepsi merupakan cara untuk mencegah dan menjarangkan kehamilan serta merencanakan jumlah anak untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga (Hartanto, 2015).

Kontrasepsi suntik merupakan salah satu metode kontrasepsi yang paling efektif dan reversibel untuk mencegah terjadinya konsepsi. Kontrasepsi suntik lebih di jadikan pilihan karena relatif lebih murah, tidak terikat dengan koitus, mudah untuk dipergunakan, tidak invasif dan reversibel. Efek samping penggunaan kontrasepsi suntik yang utama adalah perubahan berat badan. Efek samping lain yang ditimbulkan dari penggunaan kontrasepsi suntik diantaranya terganggunya pola haid (amenorea, menoragia dan muncul bercak/spotting), dan kembalinya kesuburan lambat setelah penghenti-an pemakaian (Wiknjastro, 2012).

Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia 2019, angka pencapaian akseptor Keluarga Berencana (KB) di Indonesia pada tahun 2019 dari 38.690.214 Pasangan Usia Subur (PUS) sebanyak 24.196.151 telah menjadi akseptor KB aktif. Jumlah akseptor KB jangka panjang seperti IUD hanya sebesar 7,4 % akseptor, implant 7,4 % akseptor, MOW 2,7 % akseptor, MOP 0,5 % akseptor, kondom 1,2 % akseptor, pil 17,0 % akseptor dan jumlah akseptor KB terbanyak masih

didominasi akseptor KB suntik yaitu sebesar 63,7 % akseptor. Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2015, Kontrasepsi suntik masih menjadi pilihan utama akseptor KB aktif, yakni sebesar 32% berbeda tipis dengan pil yang presentasinya 31%.

Wanita yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 11 pon atau 5,5 kg dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu 3 tahun pemakaian. Ibu yang beralih dari kontrasepsi oral atau pil menggunakan kontrasepsi suntik akan mengalami peningkatan berat sekitar 4 pon atau 2 kg badan dalam jangka waktu yang sama (Saifuddin, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian dari Rahayu dan Wijanarko (2017) tentang efek samping akseptor KB suntik DMPA setelah dua tahun pemakaian disimpulkan bahwa dari 74 responden yang mengalami gangguan menstruasi berupa amenorea sebanyak 39 responden (52,7%), kejadian keputihan pada 74 responden, yang mengalami keputihan (0%), mengalami peningkatan berat badan sebanyak 43 responden (58,1%), mengalami mual dan muntah 72 responden (97,3%).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di desa Sialambue di dapatkan jumlah akseptor KB suntik DMPA selama tahun 2021 sebanyak 45 orang. Penulis melakukan wawancara terhadap 9 orang ibu yang menjadi akseptor KB suntik DMPA. Hasil wawancara menunjukkan bahwa dari 9 orang akseptor KB suntik DMPA, 5 orang telah menjadi akseptor selama lebih dari 3 tahun dan 4 orang kurang dari 3 tahun. 7 orang (77,8%) akseptor mengalami masalah peningkatan berat badan dan 2 orang (22,2%) akseptor

menyatakan tidak mengalami peningkatan berat badan.

Penelitian ini hanya dibatasi untuk melihat ada atau tidaknya hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan (progestin) dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB di desa Sialambue Kabupaten Padang Lawas Tahun 2021. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan (progestin) dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB di desa Sialambue Kabupaten Padang Lawas tahun 2021.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di desa Sialambue Kabupaten Padang Lawas mulai bulan Januari sampai dengan September 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor KB suntik 3 bulan (progestin) di desa Sialambue Kabupaten Padang Lawas tahun 2021 yang berjumlah 45 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*.

HASIL

Hasil penelitian ini tentang hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan (progestin) dengan peningkatan berat badan akseptor KB di desa Sialambue Kabupaten Padang Lawas Tahun 2021.

Tabel 1
Karakteristik Responden

Variabel	F	%
Umur (Tahun)		
< 20 dan > 35	14	31,1
20-35	31	68,9
Pendidikan		
Rendah (SD, SMP)	16	35,6
Menengah (SMA)	23	51,1
Tinggi (Diploma, PT)	6	13,3
Pekerjaan		
Tidak bekerja	23	51,1
Bekerja	22	48,9

Jumlah	45	100,0
--------	----	-------

Hasil Tabel 1 ditinjau dari segi umur mayoritas responden berumur 20-35 tahun sebanyak 31 orang (68,9%), minoritas berumur < 20 dan > 35 tahun sebanyak 14 orang (31,1%). Pendidikan responden mayoritas menengah (SMA) sebanyak 23 orang (51,1%), dan minoritas responden berpendidikan tinggi (Diploma, PT) sebanyak 6 orang (13,3%). Mayoritas responden adalah tidak bekerja sebanyak 23 orang (51,1%) dan minoritas bekerja sebanyak 22 orang (48,9%).

Tabel 2
Lama Pemakaian

Lama Pemakaian	F	%
1-2 tahun	20	44,4
> 2 tahun	25	55,6
Jumlah	45	100,0

Hasil tabel 2 mayoritas responden memakai KB suntik 3 bulan dengan lama pemakaian > 2 tahun sebanyak 25 orang (55,6%) dan minoritas responden memakai KB suntik 3 bulan dengan lama pemakaian 1-2 tahun sebanyak 20 orang (44,4%).

Tabel 3
Peningkatan Berat Badan

Peningkatan Berat Badan	F	%
Tidak terjadi peningkatan	12	26,7
Terjadi peningkatan	33	73,3
Jumlah	45	100,0

Hasil tabel 3 mayoritas responden terjadi peningkatan berat badan sebanyak 33 orang (73,3%) dan minoritas responden tidak terjadi peningkatan berat badan sebanyak 12 orang (26,7%).

Analisi Bivariat

Tabel 4
Hubungan Lama Pemakaian dengan
Peningkatan Berat Badan

Lama Pemakaian	Peningkatan Berat Badan				Jumlah		p Value
	Tidak Terjadi Peningkatan		Terjadi Peningkatan				
	F	%	F	%	F	%	
1-2 tahun	9	20,0	11	24,4	20	44,4	0,013
> 2 tahun	3	6,7	22	48,9	25	55,6	
Jumlah	32	72,7	12	27,3	44	100	

Hasil tabel 4 dari 20 responden yang memakai KB suntik 3 bulan selama 1-2 tahun mayoritas responden terjadi peningkatan berat badan yaitu 11 orang (24,4%) dan minoritas tidak terjadi peningkatan berat badan sebanyak 9 orang (20,0%). Sedangkan dari 25 responden yang memakai KB suntik selama > 2 tahun mayoritas responden terjadi peningkatan berat badan sebanyak 22 orang (48,9%) dan minoritas tidak terjadi peningkatan berat badan sebanyak 3 orang (6,7%).

Hasil uji nilai $p = 0,013$ ($p < 0,05$) hal ini mengidentifikasi H_0 ditolak, artinya ada hubungan lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan kseptor KB di desa Sialambue Kabupaten Padang Lawas Tahun 2020

PEMBAHASAN

Umur

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas umur responden 20-35 tahun yaitu sebanyak 31 orang (68,9%). Usia adalah lamanya hidup seseorang dalam tahun yang dihitung dari kelahiran hingga saat ini (Hartanto, 2015). Usia reproduksi sehat seorang wanita adalah antara 20-35 tahun (Saifuddin (2014)). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar

responden termasuk dalam kategori reproduksi sehat, yaitu usia bereproduksi yang memiliki resiko yang rendah untuk ibu dan anak.

Menurut BKKBN kategori umur dibagi menjadi 3 fase yaitu fase menunda/mencegah kehamilan, fase menjarangkan kehamilan dan fase menghentikan kehamilan/kesuburan. Fase menunda/mencegah kehamilan adalah bagi pasangan usia subur (PUS) dengan usia istri kurang dari 20 tahun. Kontrasepsi yang dianjurkan untuk fase ini adalah kontrasepsi dengan reversibilitas dan efektivitas yang tinggi, misalnya kontrasepsi hormonal seperti pil dan suntik. Fase menjarangkan kehamilan yaitu bagi PUS dengan usia istri 20-35 tahun yang merupakan periode paling baik untuk melahirkan dengan jumlah anak 2 orang dan jarak kelahiran 2-4 tahun.

Peneliti berasumsi bahwa mayoritas umur responden yaitu 20-35 tahun merupakan umur dimana seseorang berada dalam kategori reproduksi sehat, dimana seorang wanita mempunyai fungsi reproduksi yang sehat dan akan terus bereproduksi dan dapat mempengaruhi kesehatan ibu. Usia < 20 tahun merupakan usia untuk menunda kelahiran, usia 20-35 tahun merupakan usia dalam fase menjarangkan kehamilan dan usia > 35 tahun merupakan usia mengakhiri kesuburan.

Dari data hasil penelitian didapatkan bahwa usia responden termuda adalah 19 tahun dan yang tertinggi adalah 47 tahun. Usia responden tidak terlalu mempengaruhi responden dalam memilih jenis kontrasepsi yang akan digunakan. Responden memilih kontrasepsi suntik 3 bulan karena relatif murah, efektif, mudah dalam pemakaian, dan lain-lain. Terdapat 31,1% responden dengan usia < 20 dan > 35 tahun yang menggunakan kontrasepsi suntik, hal ini dikarenakan responden dengan usia tersebut merasa sudah cocok dan takut untuk berganti kontrasepsi lain.

Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden berpendidikan menengah (SMA) sebanyak 23 orang (51,1%), berpendidikan dasar sebanyak 16 orang (35,6%) dan berpendidikan tinggi sebanyak 6 responden (13,3%). Pendidikan merupakan kegiatan atau proses belajar yang terjadi dimana saja, kapan saja dan oleh siapa saja. Seseorang dapat dikatakan belajar apabila didalam dirinya terjadi perubahan dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak mengerjakan menjadi dapat mengerjakan sesuatu. Pendidikan dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah untuk menerima informasi, sehingga makin baik pengetahuannya, akan tetapi seseorang yang berpendidikan rendah belum tentu berpengetahuan rendah (Wawan dan Dewi, 2011).

Pendidikan bukanlah faktor yang mempengaruhi akseptor dalam pemakaian kontrasepsi yang diinginkan. Seseorang dengan pendidikan tinggi belum tentu mengetahui dan memahami semua metode kontrasepsi yang ada. Untuk itu apabila seseorang ingin menggunakan alat kontrasepsi harus benar-benar mengetahui macam-macam kontrasepsi, manfaat, indikasi, kontra indikasi dan efek samping dari alat kontrasepsi yang akan digunakan. (Hartanto, 2015)

Sesuai teori tersebut peneliti berasumsi bahwa pendidikan responden tidak mempengaruhi responden untuk menentukan jenis kontrasepsi yang akan dipakai. Pemilihan jenis kontrasepsi suntik dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti harga yang ekonomis, pemakaian yang relatif mudah, efektif, dan banyak faktor lainnya. Responden dengan pendidikan rendah, menengah dan tinggi bisa saja menggunakan kontrasepsi suntik dengan alasan yang berbeda-beda.

Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden adalah ibu yang tidak bekerja yaitu sebanyak 23 orang (51,1%), dan yang responden bekerja sebanyak 22 orang (48,9%). Pekerjaan adalah segala sesuatu yang dilakukan untuk mencari nafkah yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan hidup. Hal ini menunjukkan jika pekerjaan erat kaitannya dengan pendapatan. Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Darmawati dan Farina menunjukkan bahwa tingkat pendapatan seseorang sangat berpengaruh terhadap pemilihan alat kontrasepsi yang digunakan (Darmawati dan Farina, 2017).

Dalam penelitian ini sebagian besar responden adalah ibu yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga. Ibu lebih memilih menggunakan kontrasepsi suntik karena harga yang relatif lebih murah, sehingga dapat terjangkau di semua lapisan masyarakat.

Lama Pemakaian KB Suntik 3 Bulan (Progestin)

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden memakai KB suntik selama > 2 tahun yaitu sebanyak 25 orang (55,6%) dan sebanyak 20 orang (44,4%) memakai KB suntik selama 1-2 tahun. Pemakaian kontrasepsi merupakan upaya mencegah terjadinya kehamilan. Upaya ini dapat bersifat sementara, dapat pula bersifat permanen, penggunaan kontrasepsi merupakan salah satu variabel yang mempengaruhi *fertilitas*. Umumnya pemakai suntikan KB mempunyai persyaratan sama dengan pemakai pil, begitu pula bagi orang yang tidak boleh memakai suntikan KB, termasuk penggunaan cara KB hormonal selama maksimal 5 tahun (Yetti, 2012)

Banyaknya responden yang telah memakai kontrasepsi suntik dalam jangka waktu yang lama (> 2 tahun) menunjukkan bahwa kontrasepsi suntik telah lama diminati oleh masyarakat. Akseptor merasa telah cocok dengan kontrasepsi

suntik karena efektif untuk menunda, menjarangkan, maupun menghentikan kehamilan. Dalam penggunaan jangka panjang (hingga dua tahun) turut memicu terjadinya peningkatan berat badan, kanker, kekeringan pada vagina, gangguan emosi, dan jerawat karena penggunaan hormonal yang lama dapat mengacaukan keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal.

Hal ini sesuai dengan apa yang dinyatakan Mochtar, (2015) bahwa kontrasepsi hormonal jenis KB suntik di Indonesia semakin banyak dipakai karena kerjanya efektif, pemakaiannya praktis, harganya relatif murah dan aman. Cara ini banyak diminati masyarakat dan diperkirakan setengah juta pasangan memakai kontrasepsi suntik untuk mencegah kehamilan. Penelitian lapangan, kontrasepsi suntikan dimulai tahun 1965 dan sekarang diseluruh dunia diperkirakan berjuta-juta wanita memakai cara ini untuk tujuan kontrasepsi.

Banyak ibu yang lebih suka menggunakan KB suntik DMPA dalam waktu yang lama juga dinyatakan oleh Sulistiyawati (2011) bahwa salah satu jenis kontrasepsi suntik yang banyak dipakai oleh akseptor KB adalah suntik progestin. KB ini lebih banyak diminati terutama pada golongan masyarakat menengah ke bawah. Di samping biayanya lebih murah, efektifitasnya tinggi, alat kontrasepsi suntik progestin juga menghindarkan efek samping akibat estrogen. Sehingga banyak dari akseptor yang merasa puas dan terus menggunakannya dalam waktu yang lama dan tidak ingin berganti dengan kontrasepsi lain.

Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan (Progestin)

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden terjadi kenaikan berat badan sebanyak 33 orang (73,3%) dan sebanyak 12 orang (26,7%) tidak terjadi kenaikan berat badan. Peningkatan berat

badan paling rendah 1 kg dan paling tinggi 12 kg. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Hartanto (2015), bahwa progesteron merangsang pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak daripada biasanya. Hanifah, dkk. (2014) mengatakan bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata peningkatan berat badan 8,68 kg dengan kenaikan terendah sebanyak 5 kg dan tertinggi 17 kg.

Perubahan berat badan kemungkinan disebabkan karena hormon progesterone mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak banyak yang bertumpuk di bawah kulit dan bukan merupakan karena retensi (penimbunan) cairan tubuh, selain itu juga DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang dapat menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah. Umumnya pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama.

Hal ini sejalan dengan penelitian Roza dan Atzmardina (2019) yang mengatakan bahwa mayoritas akseptor KB suntik DMPA (65,1%) mengalami kenaikan berat badan, serta ada hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi suntik DMPA terhadap peningkatan berat badan. Peningkatan berat badan yang dialami oleh akseptor KB suntik DMPA tersebut dikarenakan peningkatan berat badan memang merupakan salah satu dari efek samping KB DMPA. Ini artinya setelah menggunakan KB suntik DMPA akseptor akan mengalami efek samping kenaikan berat badan. Seorang wanita yang mulai menggunakan Depo Provera harus mendapat saran tentang kemungkinan peningkatan berat badan dan mendapat konseling tentang penatalaksanaan berat badan sesuai dengan gaya hidup sehat.

Hasil penelitian didapatkan sebanyak 20 responden (44,4%) tidak mengalami peningkatan berat badan /berat badan tetap selama pemakaian KB suntik, asumsi peneliti responden yang berat badannya tetap disebabkan karena beberapa usaha yang dapat dilakukan untuk mengurangi berat badan antara lain olahraga, mengkonsumsi serat makanan, mengurangi konsumsi lemak, lebih banyak mengkonsumsi protein dan serat serta adanya perubahan perilaku.

Hubungan Lama Pemakaian KB Suntik 3 Bulan (Progestin) dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB

Secara statistik penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan bermakna antara lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB di desa Sialambue Kabupaten Padang Lawas dengan nilai $p = 0,013$. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada kecenderungan semakin lama responden memakai kontrasepsi suntik (> 2 tahun) maka semakin meningkat berat badan responden. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa pemakaian kontrasepsi hormonal lebih dari 1 tahun cenderung terjadi peningkatan berat badan pemakainya. (Pramasari, 2017)

Hartanto (2015) 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. Dia juga menambahkan bahwa umumnya efek samping kenaikan berat badan pada penggunaan DMPA tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1-5 kg dalam 1 tahun pertama, rata-rata tiap tahun naik antara 2,3-2,9 kg.

Pemakaian kontrasepsi suntik baik kontrasepsi suntik bulanan maupun tri bulanan mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor KB 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 progesterone dirubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak. Wanita yang menggunakan kontrasepsi *Depot Medroxy Progesterone Acetate* (DMPA) atau dikenal dengan KB suntik tiga bulan, rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 11 pon atau 5,5 kilogram, dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu tiga tahun pemakaian, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh University of Texas Medical Branch (UTMB) (Mansjoer, 2011).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian, maka dapat diambil kesimpulan :

1. Mayoritas umur responden adalah 20-35 tahun, mayoritas responden berpendidikan menengah (SMA), dan mayoritas responden adalah ibu yang tidak bekerja.
2. Mayoritas responden menggunakan KB suntik 3 bulan (progestin) dalam jangka waktu yang lama (> 2 tahun) dan mayoritas responden mengalami peningkatan berat badan.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan (progestin) dengan peningkatan berat badan akseptor KB dengan nilai $p = 0,013$.
- 4.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan dan pembahasan di atas, maka dapat diberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Perkembangan Ilmu Kebidanan
Hasil penelitian mampu memberikan kontribusi terhadap perkembangan ilmu kebidanan, khususnya dalam hal kesehatan ibu.
2. Responden
Bagi ibu yang ingin menjadi akseptor KB agar lebih bijak dalam menentukan jenis kontrasepsi yang akan digunakan. Perhatikan manfaat, kelebihan dan efek samping kontrasepsi yang akan digunakan.
3. Peneliti Selanjutnya
Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan melibatkan faktor-faktor lain yang berkaitan dengan pemakaian kontrasepsi suntik.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik (BPS). (2021). BPS: 270,20 juta Penduduk Indonesia Hasil SP 2020. 12 Mei 2021. <<https://www.bps.go.id/news/2021/01/21/405/bps--270-20-juta-penduduk-indonesia-hasil-sp2020.html>>
- Darmawati dan Farina. (2017). Pemilihan Alat Kontrasepsi pada Wanita Pekerja di Wilayah Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*. Vol. 2, No. 3. Pp. 1-7
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2016). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2015*. Medan: Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara
- Hanifah, dkk. (2014). Pengaruh Pendidikan, Pekerjaan, Usia Kawin Pertama, Penggunaan Alat Kontrasepsi Terhadap Jumlah Anak. *Jurnal Penelitian Geografi*. Vol.2, No. 8. Pp. 1-7
- Hapsari, dkk. (2012). Hubungan Jenis Keluarga Berencana (KB) Suntik dengan Gangguan Menstruasi pada Akseptor KB Suntik di Bidan Praktek Swasta (BPS) Suhartini Karanganyar Kebumen. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*. Vol. 8, No.1. Pp. 17-24
- Hartanto, H. (2015). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Hidayat, A. A. A. (2017). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data : Contoh Aplikasi Studi Kasus*. Jakarta : Salemba Medika
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman Manajemen Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Mansjoer, A. (2011). *Kapita Selekta Kedokteran Edisi Ketiga Jilid 1*. Jakarta : Media Aesculapius
- Mochtar, R. (2015). *Sinopsis Obstetri*. Jakarta: EGC
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Pramasari, N. D. (2017). Hubungan Depo Medroksi Progesterone Acetat (DMPA) dengan Ketidakteraturan Siklus Haid pada Pengguna Akseptor KB Suntik 3 Bulan di BPM Nurhasanah Kota Bandar Lampung. *Jurnal Kebidanan Malahayati*. Vol. 3, No. 4. Pp. 178-183
- Rahayu, T. B. dan Wijanarko, N. (2017). Efek Samping Akseptor KB Suntik Depo Medroksi Progesteron Acetat (DMPA) setelah 2 Tahun Pemakaian. *Jurnal Kesehatan "Samodra Ilmu"*. Vol. 8. No. 1. Pp. 32-38
- Roza, E. dan Atzmardina, Z. (2019). Hubungan Penggunaan

- Kontrasepsi Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor di Puskesmas Tapus Sumatera Barat Tahun 2017. *Tarumanagara Medical Journal*. Vol. 2, No. 2. Pp 37-41
- Saifuddin, A.B. (2014). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyawati, A. D. (2011). *Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika
- Wawan, A. dan Dewi, M. (2011). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Wiknjosastro, H. (2012). *Ilmu Bedah Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Yetti, A. (2012). *Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta : Yohima Press.