



HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI HORMONAL DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN PADA IBU-IBU DI DESA MOTOLING

Lea Andy Shintya¹, Syalom Paat²

^{1,2} Fakultas Keperawatan Universitas Klabat, Manado, Indonesia

Email: lea@unklab.ac.id

Abstract

The use of hormonal contraception aims to prevent pregnancy during sex. One of the side effects of hormonal contraception is that it causes weight gain, because in hormonal contraception there is the Depo Medroxy progesterone Axetate (DMPA) hormone which causes an increase in appetite. The purpose of this study was to determine the relationship between the use of hormonal contraception and weight gain in mothers in the village of Motoling. The research method is an analytical survey using a cross-sectional approach. Sampling was carried out using a total sampling technique with a sample of 80 respondents. The results of the study describe the use of hormonal contraception by mothers in Motoling village, injections amounted to 40 respondents (50.0%), pills 22 respondents (27.5%), and implants 18 respondents (22.5%). mothers in the village of Motoling 43 respondents (53.7%) experienced weight gain of 2-4 kg, 28 respondents (35.0%) experienced weight gain > 5 kg, and 9 respondents (11.3%) experienced weight loss body. There is a significant relationship between the use of hormonal contraception and weight gain in mothers in Motoling village with a p-value of $0.033 < 0.05$. It can be concluded that the use of hormonal contraception has a relationship with the weight gain of mothers in Motoling Village. Recommendations for further researchers are expected to be able to do further research with a larger number of respondents, specific variables for injection contraception for 1 month and 3 months.

Keywords: body weight, hormonal contraception

Abstrak

Penggunaan kontrasepsi hormonal bertujuan untuk mencegah kehamilan saat berhubungan seks. Efek samping dari kontrasepsi hormonal salah satunya yaitu menyebabkan kenaikan berat, karena didalam kontrasepsi hormonal terdapat hormon Depo Medroxy progesteron Axetate (DMPA) yang menyebabkan meningkatnya nafsu makan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan pada ibu-ibu di Desa Motoling. Metode penelitian yaitu survey analitik menggunakan pendekatan crosssectional. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik total sampling dengan jumlah sampe 80 responden. Hasil penelitian gambaran penggunaan kontrasepsi hormonal ibu-ibu di Desa Motoling, suntik berjumlah 40 responden (50,0%), pil 22 responden (27,5%), dan implan 18 responden (22,5%). Gambaran kenaikan berat badan pada ibu-ibu di Desa Motoling 43 responden (53,7%) mengalami kenaikan berat badan 2 - 4 kg, 28 responden (35,0 %) mengalami kenaikan berat badan > 5kg, dan 9 responden (11,3%) mengalami penurunan berat badan. Terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan pada ibu-ibu di Desa Motoling dengan p-value $0,033 < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa penggunaan kontrasepsi hormonal mempunyai hubungan terhadap kenaikan berat badan dari ibu-ibu di Desa Motoling. Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat meneliti lebih lanjut dengan jumlah responden yang lebih banyak, variabel khusus kontrasepsi suntik 1 bulan dan 3 bulan.

Kata kunci: Berat badan, Kontrasepsi hormonal



PENDAHULUAN

Berat badan adalah suatu pengukuran pertumbuhan fisik yang sisi tubuh beratnya ditimbang dalam keadaan berpakaian minimal tanpa perlengkapan apapun, yang diukur dengan satuan kilogram (Darinaung, 2019). Lebih lanjut, lagi bahwa seseorang dapat memperkirakan tingkat kesehatan mereka dengan mengetahui berat badan, juga untuk mengetahui terjadinya penurunan berat badan atau peningkatan berat badan (Setiati, 2014).

Waryana (2010) dampak buruk bagi kesehatan bila terjadi peningkatan berat badan berlebihan seperti penyakit jantung, tekanan darah tinggi, penyakit pernafasan atau mendengkur saat tidur, mengalami penyumbatan jalan nafas (obstructive sleep apnea), kesehatan kulit juga dapat terganggu dimana dapat terjadi striae atau garis-garis putih terutama didaerah perut (white/purpel stripes). Peningkatan berat badan yang berlebihan dapat menimbulkan berbagai macam penyakit yang serius seperti stroke, gangguan ortopedik, jantung, ginjal, dan risiko kematian (Fathan, 2011).

Menurut Organisasi kesehatan dunia (WHO) (2019), ada 39 persen orang dewasa berusia 18 tahun ke atas (39 persen pria dan 40 persen wanita) mengalami kelebihan berat badan. Hasil Kemenkes (2013) menunjukkan bahwa dewasa di Indonesia mengalami kegemukan sebesar 21.7% (termasuk obesitas), dan perempuan memiliki prevalensi yang lebih tinggi (26.9%) dibandingkan laki-laki (16.3%). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesda) (2018), prevalensi berat badan berlebihan atau obesitas di Provinsi Sulawesi Utara berjumlah (21,9%) pada wanita sebesar 29% dan laki-laki (14,3%).

Sukarsih (2012) peningkatan berat badan dapat disebabkan karena beberapa faktor antara lain kelebihan makan, kekurangan aktifitas fisik, faktor psikologis dan genetik, pola konsumsi makanan, dan hormon. Selain itu, menurut Darmawati dan Fitri (2012), salah satu penyebab lain dari peningkatan berat

badan adalah penggunaan alat kontrasepsi hormonal dalam jangka waktu tertentu.

Wanita yang menggunakan kontrasepsi hormonal, rata-rata mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,3kg, Pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama, (Badan penelitian pengembangan dan statistik, 2016).

Alat kontrasepsi hormonal adalah metode atau perangkat yang digunakan untuk mencegah kehamilan saat berhubungan seks (Andari, 2019). Kontrasepsi hormonal menggunakan hormon progesteron dan estrogen untuk mencegah sperma laki-laki mencapai dan membuahi sel telur wanita atau mencegah telur yang sudah dibuahi untuk berimplantasi (melekat) dan berkembang didalam rahim terjadinya ovulasi contohnya Pil KB, suntik KB, Implan (Ratna, 2016).

Hormon progesteron dalam kontrasepsi hormonal mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah (Narulita 2019). Hormon Depo Medroxyprogesteron Acetate (DMPA) yang merangsang pusat pengendalian nafsu makan di Hipotalamus, sehingga menyebabkan aseptor makan lebih banyak dari biasanya (Sukarsih, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Mukaromah (2016) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan. Penelitian lain juga oleh Farida (2017), diperoleh terdapat hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormon dengan kenaikan berat badan ibu.

Berdasarkan wawancara awal di Desa Motoling kepada ibu-ibu pengguna kontrasepsi hormonal, terdapat peningkatan berat badan setelah penggunaan suntik, pil, dan implan rata-rata mengalami kenaikan berat badan 3 kg sampai 5,5 kg. Berdasarkan wawancara tersebut peneliti tertarik untuk meneliti tentang Hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan pada Ibu-ibu di Desa Motoling.



METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi dua, variabel bebas yaitu penggunaan kontrasepsi KB dan variable terikat yaitu peningkatan berat badan. Untuk menjawab pernyataan apakah ada hubungan antara penggunaan kontrasespi KB dan kenaikan berat badan ibu-ibu di Desa Motoling menggunakan rumus *Kruskal Wallis*.

Populasi dari penelitian ini adalah ibu-ibu pengguna kontrasespi hormonal yang tinggal di Desa Motoling. Pada penelitian inisampel yang diambil berjumlah 80orang dengan menggunakan teknik *total sampling*. Kriteria partisipan yang digunakan peneliti yaitu Ibu-ibu yang sedang menggunakan kontrasepsi hormonal di desa Motoling, dapat berkomunikasi dengan baik, yang mau berpartisipasi dengan menandatangani *informed concent* (persetujuan responden). Sedangkan kriteria eklusinya yaitu Ibu-ibu yang tidak menggunakan kontrasepsi hormonal dan tidak bersedia dalam penelitian ini.

Kuesioner yang digunakan diadopsi dari penelitian Wahyudin (2017), yang terdiri dari bagian pertama identitas responden, bagian kedua pertanyaan penggunaan kontrasepsi hormonal berupa pilihan kontrasepsi (1= pil, 2= suntik, 3= implan atau susuk. Pada bagian ketiga berat badan, pernyataan kenaikan berat badan, berat sebelum menggunakan kontrasepsi hormonal dan berat badan sekarang ini setelah memakai kontrasepsi hormonal berapa kenaikannya <1 kg, 2-4 kg, ≥ 5kg.

Pengambilan data dilakukan pada bulan April 2021, pengolahan data dilakukan pada bulan Mei 2021. Peneliti melakukan pengumpulan data dengan cara membagikan kuesioner kepada ibu pengguna kontrasepsi hormonal dari rumah ke rumah yang ada di Desa Motolong.

Setelah data semua terkumpul, peneliti melanjutkan dengan melakukan pengolahan data menggunakan SPSS.

HASIL

Berdasarkan tabel 1 didapatkan jumlah masing-masing penggunaan kontrasepsi hormonal di desa Motoling yaitu suntik berjumlah 40 responden (50,0%), pil 22 responden (27,5%), dan implan 18 responden (22,5). Penggunaan kontrasepsi hormonal paling banyak digunakan di Desa Motoling yaitu kontrasepsi suntik yang berjumlah 40 responden (50,0%) dari 80 sampel.

Tabel 1.
Gambaran Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Ibu-ibu Desa Motoling

Kontrasepsi hormonal	Jumlah	Presentase (%)
Pil	22	27,5%
Suntik	40	50,0%
Implant	18	22,5%

Tabel 2 terdapat 43 responden (53,7%) mengalami kenaikan berat badan 2-4kg, 28 responden (35,0) mengalami kenaikan berat badan >5kg, dan 9 responden (11,3) mengalami penurunan berat badan. Dengan demikian kenaikan berat badan 2-4 kg lebih banyak (53,7%) di dibandingkan kenaikan berat badan > 5 kg dan yang mengalami penurunan berat badan.

Tabel 2.
Gambaran kenaikan berat badan pada ibu-ibu di Desa Motoling

Berat badan	Jumlah	Presentase (%)
2-4kg	43	53,7 %
>5kg	28	35,0 %
Menurun	9	11,3 %



Tabel 3 Menunjukkan hasil uji statistik hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan ibu-ibu di desa Motoling dengan menggunakan rumus *Kruskal Wallis*. Tabel menunjukkan bahwa terdapat nilai signifikan $p= 0,033 > 0,05$ berarti hasil ada hubungan yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan ibu-ibu di Desa Motoling.

Tabel 3.
Hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan

Correlations		
	Correlation Coefficient	
Kruskal Wallis	Sig. (2-tailed)	.033

PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan ibu-ibu di Desa Motoling dengan nilai p yang menunjukkan angka 0,033 yang mana lebih kecil dari nilai acuan 0,05. Beberapa penelitian mendukung hasil penelitian ini,

diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Hasan (2013) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan. Lebih lanjut penelitian yang dilakukan oleh Dermawati dan Zahari (2012) tentang hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi hormonal di Desa Batoh di dapatkan (p-value = 0,000) ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan.

Penggunaan kontrasepsi hormonal merupakan satu penyebab kenaikan berat badan berlebihan dikarenakan hormon progesteron dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya (Sulistiyawati, 2013). Penggunaan alat kontrasepsi hormonal dapat menimbulkan berbagai efek samping di antaranya adalah kenaikan berat badan, hal ini disebabkan oleh hormon progesteron yang merubah karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak di bawah kulit bertambah (Satrariah, 2013). Ada hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan dibuktikan dengan data yang menunjukkan pada variabel kenaikan berat badan, sebanyak 53,7 % responden naik berat badan 2-4kg dan 35,0 % responden naik berat badan > 5 kg atau 88 % responden mengalami kenaikan berat badan. Umbul (2012) mengatakan salah satu efek samping kontrasepsi adalah pertambahan berat badan. Wanita yang menggunakan kontrasepsi hormonal, rata-rata mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,3kilogram, Pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1kg sampai 5kg dalam tahun pertama , (Badan penelitian pengembangan dan statistik kabupaten Nias, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Rika (2012) didapati bahwa responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal mempunyai kecenderungan yaitu berat badan meningkat dibandingkan dengan responden yang tidak menggunakan kontrasepsi hormonal. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Zahera (2016), dalam penelitiannya responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal suntik mengalami kenaikan berat badan sekitar 3-4 kilogram.



SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan nilai $p=0,033 > 0,05$. Lebih lanjut, hasil menunjukkan bahwa dari 80 responden yang diteliti mayoritas dari responden memakai kontrasepsi suntik yaitu sebanyak 50,0% dan kenaikan berat badan $>2-4$ kg yaitu sebanyak 53,7 %. Berdasarkan hasil tersebut, peneliti merekomendasikan bagi ibu-ibu di Desa Motoling untuk mencari tahu lebih banyak tentang kelebihan dan kekurangan dari kontrasepsi yang sementara digunakan ataupun yang akan digunakan. Selain itu juga peneliti merekomendasikan kepada petugas kesehatan di desa Motoling memberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan tentang pemilihan alat kontrasepsi serta efek samping dari alat kontrasepsi tersebut. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya untuk meneliti penggunaan kontrasepsi suntik 1-3 bulan dan secara spesifik meneliti jenis kontrasepsi hormonal yang paling berpengaruh terhadap kenaikan berat badan.

REFERENCE

S

- Ade P, & A. (2018). Hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ibu di klinik Linez kota Gunungsitoli. *Jurnal Bidang Komunitas*, vol 11.No 3, 2614-7874.
- Agustina, R. (2014). Perbedaan berat badan sebelum dan sesudah menggunakan kontrasepsi hormonal di puskesmas Ronga-ronga kecamatan Gajah putih kabupaten bener meriah. Banda Aceh:
- Andari, A. E. (2019). Modul Kader BKKBN. Yogyakarta
- Badan Penelitian Pengembangan Dan Statistik Kabupaten Nias. (2016). Penggunaan kontrasepsi suntik dan kenaikan berat badan.
- Darinaung, F. L. (2019). Hubungan antara kecanduan internet kecanduan internet dengan obesitas pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal KESMAS*, 8.
- Darmawati, Zahari Fitri . (2012). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Hormonal Di Desa Batoh Tahun. *Jurnal Ilmu Keperawatan* .
- Farida. (2017). Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik dan Pill Terhadap Peningkatan berat badan Pada Ibu Pasangan Usia Subur. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan* , 6 (2).
- Hasan M., M. (2013). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dengan Obesitas Pada Wanita Usia Subur (WUS) di Puskesmas Wawonasa Kecamatan Singkil. *Jurnal e-Biomedik* , 1 (2).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2013) Data kesehatan wanita usia subur.
- Mukaromah, A. (2016). Hubungan Lama Pemakaian KB Suntik DMPA Dengan Perubahan Berat Badan. *Stikes Jurnal*.
- Narulita, E. (2019). Kontrasepsi hormonal :



- Jenis, fisiologi, dan pengaruhnya bagi rahim. (M. Prof. Dr. Joko Waluyo, Penyunt.) Jawa Timur: Universitas Jember. Waryana. (2010). Gizi produksi. Yogyakarta: Pustaka Rihana.
- Puspita, E., Oktaviarini, E., & Santik, Y. D. P. (2017). Peran keluarga dan petugas kesehatan dalam kepatuhan pengobatan penderita hipertensi di Puskesmas Gunungpati kota Semarang. *Jurnal kesehatan masyarakat Indonesia*, 12(2), 25-32. Diakses dari: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkmi/article/view/3172>
- Setiyaningsih, R. (2019). Pengaruh Motivasi, Dukungan Keluarga Dan Peran Kader Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi. *IJMS- Indonesian Journal on Medical Science*, 6(1). Diakses dari: <http://ejournal.ijmsbm.org/index.php/ijms/article/view/173>
- Rukmini, R., & Oktarina, O. (2020). Inovasi Program Pelayanan Kesehatan Tradisional pada Lansia di Puskesmas Made Kota Surabaya. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 23(2), 135-144. DOI: <https://doi.org/10.22435/hsr.v23i2.3101>
- Karmila, K., Kartika, K., & Arnita, A. (2018). Faktor Yang Mempengaruhi Keikutsertaan Senam Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Titue. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 70-76. DOI: <http://dx.doi.org/10.31602/ann.v5i2.1653>
- Ratna D, E. (2016). Berat badan akseptor kb hormonal dengan akseptor kb non hormonal. *Jurnal Abdimas Sainika*, 2.
- Rika H. (2015). Hubungan Berat Badan Ibu dengan Pemakaian KB Hormonal
- Riskesdas. (2018). Profil kesehatan wanita usia subur.
- Sastrariah. (2013). Faktor-faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan pada ibu pengguna kb suntik di wilayah kerja Puskesmas Pamboang Kabupaten Majene. *Journal of Health, Education and Literacy*.
- Setiati, S. S. (2014). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam* (2 ed.). Jakarta: Interna Publishing.
- Sulistiyawati, A. (2013). *Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sukarsi, W. N. (2012). Pengaruh kontrasepsi hormonal terhadap berat badan dan lapisan lemak pada asepor kontrasepsi Suntik DMPA Di Polindes. *Jurnal Kesehatan*, 5, 93-102.
- Narulita, E. (2019). Kontrasepsi hormonal : Jenis, fisiologi, dan pengaruhnya bagi rahim. (M. Prof. Dr. Joko Waluyo, Penyunt.) Jawa Timur: Universitas Jember. Waryana. (2010). Gizi produksi. Yogyakarta: Pustaka Rihana.
- Umbul, E. S. (2012). Hubungan antara jenis dan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan septor. *The Indonesian Journal of Public Health*, 8.
- Zahera, I. (2016). Kenaikan berat badan dengan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal. *Jurnal Endurance*.
- Waryana. (2010). *Gizi produksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihana.



World Health Organization. (2016).
Obesitas pada usia subur.

Zahera, I. (2016). Kenaikan berat badan
dengan lama pemakaian alat
kontrasepsi hormonal. *Jurnal
Endurance*