



Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Berat Badan pada Ibu Pengguna KB Suntik 3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Tamanan Bondowoso

Elfira Damayanti ¹, Awatiful Azza ², Yasminta Salsabila ³

¹ Universitas Muhammadiyah Jember, elfiradamayanti64@gmail.com

² Universitas Muhammadiyah Jember, awatiful.azza@unmuhjember.ac.id

³ Universitas Muhammadiyah Jember, shafifakh@gmail.com

Abstrak: Penggunaan kontrasepsi suntik merupakan jenis metode kontrasepsi jangka pendek yang paling banyak digunakan oleh wanita subur. Penggunaan KB suntik juga memiliki dampak bagi tubuh yaitu gangguan pola menstruasi yang memanjang atau memendek, gangguan emosi dan juga berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara riwayat keturunan dan lama penggunaan KB suntik 3 bulan. Desain penelitian cross sectional. Populasi penelitian yaitu ibu akseptor KB suntik 3 bulan di wilayah kerja Puskesmas Tamanan Bondowoso sebesar 1009. Perhitungan sampel menggunakan rumus slovin dan didapat 286 sampel. Metode sampling menggunakan simple random sampling. Variabel independent pada penelitian ini yaitu riwayat keturunan dan lama penggunaan KB suntik 3 bulan, variabel dependen yaitu berat badan. Pengumpulan data variabel independent menggunakan kuisioner, dan variabel dependen menggunakan study dokumen dan penimbangan berat badan. Analisis data yang digunakan yaitu spearman rho dengan ketentuan $\alpha \leq 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara riwayat keturunan dengan berat badan ($p=0,029$; $r=0,129$) dan ada hubungan lama penggunaan KB suntik 3 bulan dengan berat badan ($p=0,000$; $r=0,283$). Arah hubungan positif, kekuatan hubungan riwayat keturunan sangat lemah dan lama penggunaan lemah. Penelitian ini menyimpulkan tidak ada beda ibu memiliki riwayat keturunan normal dengan ibu yang memiliki riwayat keturunan gemuk terhadap kenaikan berat badan. Penggunaan KB suntik 3 bulan dalam jangka waktu yang lama akan beresiko mengalami kenaikan berat badan.

DOI: <https://doi.org/10.47134/phms.v1i2.37>

*Correspondensi: Elfira Damayanti, Awatiful Azza, Yasminta Salsabila

Email :elfiradamayanti64@gmail.com,

awatiful.azza@unmuhjember.ac.id,

shafifakh@gmail.com

Received: 04-12-2023

Accepted: 12-01-2024

Published: 27-02-2024



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

results of the study showed that there was a relationship between hereditary history and body weight ($p=0.029$; $r=0.129$) and there was a relationship between the duration of using injectable birth control for 3 months and body weight ($p=0.000$; $r=0.283$). The

Keywords: Berat Badan, KB Suntik 3 Bulan, Riwayat Keturunan, Lama Penggunaan

Abstract: The use of injectable contraception is the type of short-term contraceptive method most commonly used by fertile women. The use of injectable birth control also has impacts on the body, namely disturbances in prolonged or mediocre menstrual patterns, emotional disturbances and also body weight. This study aims to determine the relationship between hereditary history and the duration of using injectable contraceptives for 3 months. Cross sectional research design. The research population was 1009 mothers receiving 3-month contraceptive injections in the Tamanan Bondowoso Community Health Center working area. The sample calculation used the Slovin formula and obtained 286 samples. The sampling method uses simple random sampling. The independent variables in this study are hereditary history and duration of use of injectable birth control for 3 months, the dependent variable is body weight. Data collection for the independent variable used a questionnaire, and the dependent variable used document study and body weight weighing. The data analysis used is Spearman rho with the condition $\alpha \leq 0.05$. The

direction of the relationship is positive, the strength of the relationship between hereditary history is very weak and the duration of use is weak. This research concludes that there is no difference between mothers who have a normal hereditary history and mothers who have a history of obese offspring in terms of weight gain. Using 3-month contraceptive injections for a long period of time will be at risk of weight gain

Keywords: Body Weight, 3 Month Injectable Birth Control, Hereditary History, Length of Use

Pendahuluan

KB suntik 3 bulan merupakan suntikan progestin yang diberikan melalui suntikan intramuskular setiap tiga bulan. Kontrasepsi ini adalah jenis metode ini memiliki efektivitas yang tinggi (Rochmawati & Manurung, 2019a, 2019b). Kontrasepsi ini mengandung komposisi 150 mg Depo Medroxy Progestinone Acetate yang merupakan suspensi cair dan mengandung kristal mikro depo medroksiprogesteron yang merupakan progestin (Priyanti & Syalfina, 2019). Salah satu efek samping dari kontrasepsi jenis suntik ini adalah perubahan atau peningkatan berat badan. Hal ini terjadi karena hormon progesteron. Hormon progesteron membantu mengubah karbohidrat dan gula menjadi lemak yang menyebabkan bertambahnya lemak dibawah kulit (Setiyani, 2020). Selain itu hormon progesteron juga dapat menyebabkan peningkatan nafsu makan serta mengurangi aktivitas fisik, yang nantinya akan meningkatkan kejadian peningkatan berat badan pada akseptor (Setiyani, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh (Kurniasari & Susilawati Fenniokha, 2020) menemukan bahwa ibu yang menggunakan Kontrasepsi suntik 3 bulan mengalami kenaikan berat badan rata-rata 3,70 kg. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Fadhilah et al., 2020) menemukan bahwa 50% responden mengeluh tentang perubahan berat badan mereka.

Perawat sebagai edukator memiliki peran penting dalam memberikan informasi akan penggunaan KB jenis hormonal yang mengandung progestin, termasuk kekurangan dan efek samping penggunaan KB jenis hormonal yang mengandung progestin.

Penelitian yang dilakukan oleh (Aziz et al., 2020) menemukan bahwa ada hubungan antara umur, jenis kontrasepsi yang digunakan, riwayat penyakit keluarga dengan kenaikan berat badan ibu yang menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan. Berdasarkan uraian tersebut, jelas ibu yang menggunakan KB suntik 3 bulan mengalami kenaikan berat badan. Ada penelitian yang hanya fokus terhadap pengaruh hormon progesteron pada kenaikan berat badan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mempelajari lebih lanjut tentang faktor riwayat keturunan dan lama penggunaan KB suntik 3 bulan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan riwayat keturunan dan lama penggunaan KB suntik 3 bulan dengan berat badan ibu di wilayah kerja Puskesmas Tamanan Bondowoso.

Metode

Desain penelitian ini yaitu korelasional menggunakan pendekatan cross-sectional. Populasi yaitu 1009 ibu yang menggunakan KB suntik 3 bulan di wilayah kerja Puskesmas Tamanan Bondowoso. Sampel yang digunakan dihitung dengan rumus slovin dan didapatkan 286

sampel. Sampling menggunakan simple random sampling. Pengumpulan data dikumpulkan dari tanggal 25 Mei hingga 13 Juni 2023. Variabel independent pada penelitian ini yaitu riwayat keturunan dan lama penggunaan KB suntik 3 bulan, variabel dependen adalah berat badan. Pengumpulan data variabel independent menggunakan lembar kuisioner berupa pertanyaan riwayat keturunan keluarga dan tanggal penggunaan KB suntik 3 bulan, variabel dependen pengumpulan dengan study dokumen dan penimbangan berat badan dan juga pertanyaan tentang berat badan sebelum dan sesudah menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan. Analisis data yang dilakukan menggunakan uji spearman rho yang mana uji tersebut digunakan untuk mengukur hubungan antara dua variabel dengan taraf signifikan (α) = 5% (0,05), jika (p) kurang dari atau sama dengan nilai α (0,05) berarti hubungan tersebut signifikan. Koefisien korelasi menunjukkan arah hubungan negative yang menunjukkan hubungan berkebalikan yang berarti semakin meningkat suatu variabel lainnya semakin menurun. Tanda positif (+) berarti menunjukkan hubungan yang searah yang berarti semakin meningkat variabel maka variabel lain juga meningkat. Tanda negative (-) menunjukkan hubungan berkebalikan, artinya semakin meningkat suatu variabel maka variabel lainnya menurun.

Penelitian ini telah mendapat keterangan layak etik dari komisi etik penelitian kesehatan (KEPK) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember dengan Nomor. 0205/KEPK/FIKES/XII/2023. Penerapan prinsip etik dalam penelitian ini antara lain: menghormati harkat martabat manusia (respect for persons), berbuat baik (beneficence) dan tidak merugikan (non-maleficence), dan keadilan (justice) yaitu memperlakukan setiap orang (sebagai pribadi otonom) sama dengan moral yang benar dan layak dalam memperoleh haknya.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1 Data demografi

No	Variabel	Frekuensi (orang)	Presentase (%)
1	Usia		
	Mean	31,56	
	Median	31.00	
	Minimum	16	
	Maximum	49	
2	Riwayat Pendidikan		
	Tidak sekolah	5	1,7
	SD	67	23,4
	SMP	94	32,9
	SMA	96	33,6
	Perguruan tinggi	24	8,4
3	Pekerjaan		
	PNS	10	3,5
	Petani	80	28,0
	Tidak bekerja	104	36,4
	Wiraswasta	92	32,2

4	Riwayat Keturunan		
	Kurus	57	19,9
	Normal	191	66,8
	Gemuk	38	13,3
5	Pendapatan Per Bulan		
	>Rp. 2.154.504	81	28,3
	<Rp. 2.154.504	205	71,7
6	Riwayat Penyakit Keluarga		
	Diabetes	8	2,8
	Jantung	2	7
	Hipertensi	7	2,4
	Asma	2	7
	Vertigo	2	7
	Paru-paru	2	7
	Lambung	2	7
7	Durasi Tidur		
	>8 jam	152	53,1
	<8 jam	134	46,9
	Total	286	100%

Tabel 1 menunjukkan bahwa responden rata rata berusia 31,59 tahun. Pendidikan responden terbanyak yaitu SMA dan SMP. Pekerjaan responden terbanyak yaitu tidak bekerja. Riwayat keturunan responden terbanyak memiliki berat badan normal. Pendapatan perbulan responden terbanyak dengan nominal <Rp. 2.154.504. Riwayat penyakit keluarga responden terbanyak yaitu diabetes. Durasi tidur responden paling banyak >8 jam.

Tabel 2 Crosstabulasi factor-faktor yang berhubungan dengan kenaikan berat badan

Variabel	Kenaikan berat badan			Total
	Turun	Tetap	Naik	
Riwayat keturunan				
Kurus	0	8	49	57
Normal	4	14	173	191
Gemuk	0	0	38	38
Lama penggunaan				
< 2 tahun	1	15	52	68
2-3 tahun	2	3	44	49
>3 tahun	1	4	164	169
Total				286

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki riwayat keturunan normal. Lama penggunaan KB suntik 3 bulan >3 tahun paling banyak mengalami kenaikan berat badan.

Tabel 3 Analisis factor-faktor yang berhubungan dengan kenaikan berat badan

Variabel Independen	Variabel	r	p
Riwayat keturunan	Berat badan	0,129	0,029
Lama penggunaan KB suntik 3 bulan	Berat badan	0,283	0,000

Tabel 3 menjelaskan bahwa ada korelasi yang signifikan antara riwayat keturunan dengan berat badan ibu pengguna KB suntik 3 bulan, dengan nilai korelasi positif dan memiliki kekuatan hubungan sangat lemah yang artinya ibu yang memiliki berat badan normal bisa mengalami kenaikan berat badan, begitupun dengan ibu yang memiliki riwayat keturunan gemuk lebih rentan terkena kenaikan berat badan berlebih. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Lubis et al., 2020) menemukan terdapat ada hubungan yang signifikan antara kenaikan berat badan dengan faktor keturunan. Penelitian lain yang dilakukan di Semarang didapatkan ada hubungan antara riwayat keturunan dengan berat badan pada usia dewasa dan responden yang mempunyai riwayat keturunan lebih berisiko 1,5 kali lebih besar mengalami kegemukan dibandingkan dengan responden yang tidak mempunyai riwayat keturunan (Puspitasari, 2018).

Penggunaan kontrasepsi suntik bisa mengakibatkan peningkatan berat badan karena hormon progestin merangsang peningkatan nafsu makan di hipotalamus dan meningkatkan proses penyerapan karbohidrat menjadi lemak (Yusran et al., 2022). Selain karena hormon progesteron, faktor genetik pun bisa mempengaruhi berat badan seseorang. Seperti hereditas, apabila orang tua mengalami kelebihan berat badan atau obesitas (Mayanti, 2018).

Hal tersebut juga selaras dengan penelitian yang dilakukan di Finlandia dan Inggris didapatkan bahwa gen mempengaruhi berat badan melalui perilaku makan yang berhubungan dengan nafsu makan (Kontinen, 2020). Faktor genetik memiliki peran besar dalam peningkatan berat badan. Apabila ayah atau ibu memiliki riwayat gemuk, kemungkinan 40-50% anak berpotensi mengalami kegemukan juga. Keluarga mewariskan pola makan, dan gaya hidup yang sama. Jadi, jika keluarga memiliki riwayat obesitas dan terbiasa makan makanan berkalori, kemungkinan besar keturunannya akan mewarisi gaya hidup dan pola makan yang sama, yang pada akhirnya menyebabkan kenaikan berat badan (Nurul Auliah et al., 2020).

Faktor lama penggunaan KB suntik 3 bulan juga terdapat korelasi yang signifikan dengan berat badan ibu, dengan nilai korelasi positif dan kekuatan korelasi yang lemah. Hal ini menunjukkan bahwa ibu yang menggunakan KB suntik 3 bulan >3 tahun dapat mengalami kenaikan berat badan. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Ahmaniyah & Fitriah, 2021) bahwa ada hubungan yang bermakna antara lamanya penggunaan KB suntik 3 bulan mempengaruhi tingkat kejadian kenaikan berat badan. Hal ini menunjukkan bahwa lamanya ibu menggunakan KB suntik 3 bulan berperan besar terhadap perubahan berat badan ibu. Peningkatan berat badan pada ibu pengguna KB suntik 3 bulan disebabkan oleh hormon KB suntik 3 bulan tersebut yaitu hormon progesteron yang merangsang sistem pengendali nafsu makan di hipotalamus (Berliani et al., 2022).

Penggunaan hormon progesteiron juga meimpeirmuidah proseis peiruibahan karbohidrat dan guila meinjadi leimak yang meingakibatkan beirtambahnya leimak dibawah kulit. Fuingsi dari leimak yaitui seibagai suimbeir eineirgi dan peingguinaan leimak oleih tuibuih sama peintingnya seipeirti peingguinaan karbohidrat uintuik eineirgi. Apabila teirlalui beirleibih dalam meingonsuimsi karbohidrat, trigliseirida puin akan seimakin beirtambah yang meingakibatkan leimak teirseibuit teirsimpan beirsama deingan leimak lain yang didapat dari hasil meitabolisme seibeiluimnya yang akhirnya teirjadi peinuimpuihan leimak. Hal teirseibuit dapat meimicui teirjadinya kenaikan beirat badan Jadi apabila kita teirlalui banyak meingonsuimsi karbohidrat juiga dapat meiningkatkan peinuimpuihan leimak yang meimicui teirjadinya kenaikan beirat badan (Sireigar & Makmuir, 2020).

Hal ini juga sesuai dengan penelitian (Rahayu & Wijanarko, 2017) yang meinyatakan bahwa akseptor meingalami kenaikan beirat badan seiteilah 2 tahun peimakaian kontrasepsi suntik 3 bulan. Beirdasarkan peineilitian yang dilakuikan di Uiniveirsity Of Teixas Meidical Branch, peireimpuihan yang meingguinakan kontrasepsi DMPA, rata-rata meingalami kenaikan beirat badan seibanyak 11 pon atau 5,5 kg, dan meingalami peinambahan leimak tuibuih seibanyak 3,4% dalam waktu tiga tahun (Yuisuif eit al., 2018).

Daftar Pustaka

Terdapat hubungan positif yang signifikan antara riwayat keturunan dan lama penggunaan KB suntik 3 bulan dengan berat badan ibu. Tidak ada beda ibu memiliki riwayat keturunan normal dengan ibu yang memiliki riwayat keturunan gemuk terhadap kenaikan berat badan. Penggunaan KB suntik 3 bulan dalam jangka waktu yang lama akan beresiko mengalami kenaikan berat badan. Hasil peineilitian ini dapat dan mampui meimbeirikan informasi akan manfaat, keikuirangan dan keileibihan dari jeinis kontrasepsi keipada masyarakat agar dapat meimilih kontrasepsi yang meimiliki eifeik samping seiminimal muingkin. Disarankan uintuik peineiliti seilanjuitnya dapat meilakuikan peineilitian lebih lanjut deingan meilibatkan faktor-faktor lainnya deingan meingguinakan peindeikatan dan analisis lainnya.

Daftar Pustaka

- Ahmaniyah, A., & Fitriah, F. (2021). Hubungan Antara Lama Menjadi Akseptor KB Suntik 3 Bulan dengan Kejadian Peningkatan Berat Badan. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 82–88. <https://doi.org/https://doi.org/10.35874/jib.v11i2.901>
- Aziz, H., Dinengsih, S., & Choirunnisa, R. (2020). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kenaikan Berat Badan Akseptor KB di Klinik Medisca Cimanggis Depok Jawa Barat Tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Kebidanan*, IX(2). <https://smrh.e-journal.id/Jkk/article/view/113>
- Berliani, N. I., Ardiyanti, A., & Harjanti, A. I. (2022). Hubungan Lama Penggunaan Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Kelurahan Karanganyar. 91–99. <https://doi.org/https://doi.org/10.47794/jkhws>

- Fadhilah, D. A., Rinaldy, A., Sjaaf, F., & Hasni, D. (2020). Prevalensi Efek Samping Kontrasepsi Depo Medroksi Progesteron Asetat Injeksi pada Wanita Usia Subur di Puskesmas Suliki Sumatera Barat. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 16, 103–110. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK/article/view/5649>
- Konttinen, H. (2020). Emotional eating and obesity in adults: The role of depression, sleep and genes. *Proceedings of the Nutrition Society*, 79(3), 283–289. <https://doi.org/https://doi.org/10.1017/S0029665120000166>
- Kurniasari, D., & Susilawati Fenniokha, N. G. (2020). Pengaruh Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Terhadap Kenaikan Kenaikan Berat Badan Ibu Di Puskesmas Gedong Air Kota Bandar Lampung Tahun 2020. *Jurnal Medika Malahayati*, 4, 14. <https://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/medika/article/view/3330>
- Lubis, M. Y., Hermawan, D., Febriani, U., & Farich, A. (2020). Hubungan Antara Faktor Keturunan, Jenis Kelamin Dan Tingkat Sosial Ekonomi Orang Tua Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Di Universitas Malahayati Tahun 2020. *Human Care Journal*, 5(4), 891. <https://doi.org/https://doi.org/10.32883/hcj.v5i4.744>
- Mayanti, S. (2018). Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Perubahan Berat Badan dan Perubahan Libido di Ruang Poli KIA Puskesmas Puwatu. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 1(4), 1–9.
- Nurul Auliah, A., Latifah Nur'aeni, A., Nur Hidayati, E., & Ridwan Yusup, I. (2020). Hubungan Pola Hidup Dan Berat Badan Mahasiswa Pendidikan Biologi Semester 7a. *BIO EDUCATIO: (The Journal of Science and Biology Education)*, 5(1), 24–29. <https://doi.org/https://doi.org/10.31949/be.v5i1.1909>
- Priyanti, S., & Syalfina, A. D. (2019). Side Effects and Determinant of the Use of 3-Month Contraceptive Injection. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 20–27. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/kemas.v14i1.9209>
- Puspitasari, N. (2018). Kejadian Obesitas Sentral pada Usia Dewasa. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 2(2), 249–259. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/higeia.v2i2.21112>
- Rahayu, T. B., & Wijanarko, N. (2017). Efek Samping Akseptor KB DMPA Setelah 2 Tahun Pemakaian. 08(01), 32–38.
- Rochmawati, A., & Manurung, N. (2019a). The Relationship Between 3 Months Of Injecting KB Use With 3 Months Of Injecting KB Acceptors' Weight Gain At Mahdalena Pane Clinic. *Science Midwifery*, 8(1), 2012–2016. <https://midwifery.iocspublisher.org>
- Rochmawati, A., & Manurung, N. (2019b). The Relationship Between 3 Months Of Injecting KB Use With 3 Months Of Injecting KB Acceptors' Weight Gain At Mahdalena Pane Clinic. *Science Midwifery*, 8(1), 2012–2016. <https://midwifery.iocspublisher.org>
- Setiyani, M. S. (2020). Pengaruh Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Terhadap Kenaikan Berat Badan Ibu di Puskesmas Gedong Air Kota Bandar Lampung Tahun 2020. *Jurnal Medika Malahayati*, 4, 1–9. <https://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/medika/article/view/3330>