

PERBEDAAN INDEKS MASSA TUBUH PADA AKSEPTOR KB SUNTIK 1 DAN 3 BULAN

¹Anne Rufaridah, ²Kurnia Putri, ²Ayuro Cumayunaro, ²Sidaria
STIKES Ranah Minang, Sumatera Barat, Indonesia
Rufaridah@yahoo.co.id

Submitted :13-04-2017, Reviewed:29-05-2017, Accepted:07-06-2017

DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v2i3.1975>

ABSTRACT

Injection method is the most widely used contraceptive because the usage are safe, simple, effective and practice as long as the high these acceptor it is certainly followed by complain of side effects such weight changes, the purpose study uses an analitic with cross sectional approach. The population where 188 people where the acceptor injection contraceptives the sample amounted to 33 clients in each acceptor of 1 and 3 month the data collection are demographic data and questionnaire sheet and it was analyzed by paired t-test and independent t-test. The result of this study showed that most of then were totally weight gains wich the difference mean value between pretest and posttest the acceptor KB of 1 month is 3,71 kg/m² the while a mean value of the acceptor 3 months is 5,10 kg/m² those means there were a change of impact on weight gains among the acceptor KB of 1 and 3 months. While the value of independent t-test showed $p=0,021$ ($p>0,05$). Baced on these results it can be concluded that there were significantly difference wight changes between and acceptor injectable contraceptives 1 and 3 month expecte.

Keywords : Acceptor KB, Body massa index (BMI) and KB Injection,

ABSTRAK

Kontrasepsi suntik metode kontrasepsi paling diminati, keluhan akseptor terhadap efek samping penggunaan kontrasepsi suntik yaitu berupa perubahan berat badan. Tujuan penelitian ini untuk melihat pengaruh dan perbedaan kontrasepsi suntik 1 bulan dan 3 bulan terhadap kenaikan indeks massa tubuh (IMT) pada akseptor KB. Metode penelitian *survey analitik* pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah akseptor kontrasepsi suntik 188 orang. Sampel 33 akseptor suntik 1 bulan dan 33 responden suntik 3 bulan. Pengumpulan data dengan lembar observasi kemudian dianalisa dengan uji *paired t-test* dan *independent-test*. Hasil penelitian perbedaan mean antara pretest dan posttest KB suntik 1 bulan adalah 3,71 Kg/m², perbedaan mean KB suntik 3 bulan antara pretest dan posttest adalah 5,10 Kg/m² artinya terdapat pengaruh perubahan berat badan kelompok akseptor yang menggunakan kontrasepsi suntik 1 bulan dan 3 bulan. Sedangkan uji *independent-test* memperlihatkan bahwa nilai $p=0,021$ ($p>0,05$). Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan perubahan berat badan antara akseptor yang menggunakan kontrasepsi suntik 1 bulan dan 3 bulan.

Kata Kunci : Akseptor KB, Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan KB Suntik

PENDAHULUAN

Secara nasional, penggunaan kontrasepsi mengalami peningkatan setiap tahunnya. Angka prevalensi penggunaan kontrasepsi Indonesia cenderung meningkat antara tahun 2009-2012 yaitu dari 50% menjadi 62% (SDKI, 2012).

Sementara itu data RISKESDAS 2010-2013 menunjukkan peningkatan dari 55,8%-59,7% dan sebagian besar diketahui menggunakan cara modern (59,3%), dimana 51,9% penggunaan KB hormonal (RISKESDAS, 2013).

Berdasarkan data dari BKKBN menunjukkan bahwa pada tahun 2013 sebanyak 8.500.247 PUS (Pasangan Usia Subur) peserta KB baru, sementara itu 48,56% PUS menggunakan kontrasepsi suntikan. Sedangkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota (DKK) Puskesmas Kota Padang pada tahun 2015 jumlah PUS tercatat sebanyak 172,055 pasangan dan hampir separuhnya (53,2%) yang menggunakan KB suntik (DKK Padang 2015). Sementara itu data dari Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang (2015) yang memakai KB sebanyak 6244 akseptor KB dan yang menggunakan KB suntik di Kelurahan Lubuk Buaya sebanyak 188 orang akseptor KB sementara itu yang menggunakan KB suntik 1 bulan sebanyak 52 akseptor KB dan KB suntik 3 bulan sebanyak 136 akseptor KB. Cakupan KB aktif di wilayah kerja puskesmas lubuk buaya tahun 2015 sudah mencapai yaitu 75%. Sementara puskesmas memiliki target 80% untuk pencapaian KB suntik.

Kontrasepsi suntik adalah kontrasepsi yang di berikan secara injeksi IM (*Intramuskular*). Hal ini karena wanita tidak perlu untuk mengingat meminum pil setiap harinya (Everett, 2008). Kontrasepsi suntik dibagi menjadi 2 yaitu suntikan 1 bulan dan 3 bulan, jenis suntikan 1 bulan yaitu suntikan yang diberikan injeksi IM (*Intramuskular*) sebulan sekali (*cyclofem*) 50 mg, Kandunganya *estrogen* dan *progesterone* (*medroksiprogesteron asetat* 50 mg + *estradiol cypionate* 10 mg). Cara kerja KB suntik 1 bulan yaitu dengan menekan ovulasi, lendir serviks menjadi kental dan sedikit, sehingga sulit ditembus spermatozoa, membuat endometrium menjadi kurang baik untuk implantasi, dan menghambat transport ovum dalam tuba falopi (Hartanto 2003). Sedangkan jenis kontrasepsi suntikan 3 bulan yaitu *DMPA* (*Depo medroxy progesterone acetate*) atau *Depo Provera* yang diberikan tiap 3 bulan dengan dosis 150 mg yang disuntikan secara IM, *Depo Noristerat* diberikan setiap 3 bulan dengan dosis 200 mg *Nore-tindron* *Enantat*. suntik 3 bulan hanya mengandung

progesterone saja (*medroksiprogesteron asetat* 150 mg). cara kerjanya yaitu dengan cara menghalangi terjadinya ovulasi dengan jalan menekan pembentukan releasing faktor dan hipotalamus, leher serviks bertambah kental, sehingga menghambat penetrasi sperma melalui serviks uteri, dan dengan cara menghambat implantasi ovum dalam endometrium

Kontrasepsi suntik menimbulkan berbagai efek samping, salah satu efeknya yakni perubahan berat badan, karena kelebihan berat badan akseptor KB mengalami rasa percaya diri yang rendah (Hartanto, 2004). Perubahan berat badan akseptor KB suntik terjadi karena adanya *hormone progesterone* yang kuat sehingga merangsang hormone nafsu makan yang ada di *hipotalamus*. Dengan meningkatnya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh *hormone progesterone* dirubah menjadi lemak dan disimpan dibawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Mansjoer, 2003). Untuk mengukur lemak langsung yaitu dengan Indeks Massa Tubuh (IMT). Indeks massa tubuh atau *Body Mass Index* (BMI) adalah jumlah berat badan ideal yang dihitung dari berat dan tinggi badan seseorang. IMT merupakan indikator yang cukup handal untuk kegemukan tubuh bagi kebanyakan orang. Kenaikan berat badan yang menggunakan KB suntik 1 bulan rata-rata 2-3 kg pada tahun pertama pemakaian dan terus bertambah tahun-tahun berikutnya (Varney 2011). Sedangkan kenaikan berat badan KB suntik 3 bulan mengalami penambahan berat badan bervariasi kurang dari 1-5 kg dalam tahun pertama pemakaian (Hartanto, 2002). Setelah dilakukan dianalisa menggunakan uji korelasi *T-test* dengan $\alpha = 0,05$. Hasil analisa dari 40 responden diperoleh hampir setengah dari responden memiliki IMT 25-29,9 (Berat Badan Lebih) sejumlah 13 responden (32,5%), IMT 35-39,9 (Obesitas I) sejumlah 1 responden (2,50%). Dari uji *T-*

TEST didapatkan nilai kemaknaan t hitung = 9.262 sedangkan t table = 1.685. jadi nilai t hitung > t tabel berarti ada pengaruh penggunaan KB Suntik 3 bulan terhadap peningkatan nilai Indeks Massa Tubuh (IMT) pada akseptor KB.

Penelitian yang dilakukan oleh Amelia, (2014) yaitu tentang Hubungan pemakaian KB suntik 1 bulan *cyclofem* setelah 3 bulan dengan perubahan berat badan, dari 40 responden terdapat kenaikan berat badan sebanyak 19 orang (47,5%) 16 orang yang tidak mengalami perubahan berat badan (tetap) sebanyak 16 orang (40%). Dari uji statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon, didapatkan nilai *significancy* 0,002 ($p < 0,05$). Hal ini berarti terdapat perubahan berat badan yang bermakna antara berat badan awal pada bulan pertama dan berat badan sesudah melakukan KB suntik *Cyclofem* atau KB suntik 1 bulan selama 3 bulan berkala.

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari Akseptor KB melalui wawancara di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya dari 15 akseptor KB yang di wawancara 7 akseptor KB yang menggunakan KB 1 bulan, 3 akseptor KB mengatakan bahwa tidak terjadi peningkatan berat badannya dan 4 akseptor KB mengalami peningkatan. Dan 8 dari akseptor KB 3 bulan mengatakan terjadi peningkatan berat badan 1-4 kg dan akseptor mengatakan bahwa kenaikan berat badan merupakan salah satu efek samping yang paling banyak dikeluhkan para akseptor KB pengguna kontrasepsi suntik, selain itu juga Puskesmas Lubuk Buaya merupakan puskesmas tertinggi kedua pengguna kontrasepsi suntik yang ada di Kota Padang.

Tujuan Penelitian

Mengetahui pengaruh antara kontrasepsi suntik 1 bulan dan 3 suntik bulan dengan kenaikan indeks masa tubuh (IMT) akseptor KB di Kelurahan Lubuk Buaya Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang. Diketahuinya pengaruh KB suntik 1 bulan terhadap kenaikan indeks

massa tubuh (IMT) pada akseptor KB di Kelurahan Lubuk Buaya Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang. Diketahuinya pengaruh KB suntik 3 bulan terhadap kenaikan indeks massa tubuh (IMT) pada akseptor KB di Kelurahan Lubuk Buaya Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang. Diketahuinya perbedaan kenaikan indeks massa tubuh (IMT) terhadap pemakaian kontrasepsi suntik 1 bulan dan 3 bulan pada akseptor KB di Kelurahan Lubuk Buaya Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *Survey Analitik* dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen dilakukan dalam waktu yang bersamaan Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Lubuk Buaya Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang dengan Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* sebanyak 66 responden.

Analisa data yang digunakan yaitu analisa univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan analisa bivariat menggunakan uji *paired t-test* untuk melihat pengaruh kontrasepsi suntik 1 bulan dan 3 bulan terhadap indeks massa tubuh (IMT) dan untuk melihat perbedaan kenaikan IMT KB suntik 1 bulan dan 3 bulan. Instrument yang digunakan adalah timbangan dan meteran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Nilai Rata-Rata Indeks Massa Tubuh (IMT) Pretest Dan Postest KB Suntik 1 Bulan Pada Akseptor KB

KB Suntik 1 Bulan	Mean	Std. Deviasi	Min	Max
Pretest	21,64	2,68	16,02	28,65
Postest	25,36	4,76	20,10	24,56

Pada tabel 5.3 diatas dapat dilihat bahwa Rata-Rata IMT Pretest akseptor KB

suntik 1 bulan yaitu 21,64 Kg/m² dengan nilai IMT terendah 16,02 Kg/m² dan nilai IMT tertinggi adalah 28,65 Kg/m². Sementara itu rata-rata IMT Posttest akseptor KB suntik 1 bulan yaitu 25,36 Kg/m² dengan nilai IMT terendah 20,10 Kg/m² dan nilai IMT tertinggi 24,56 Kg/m².

Tabel 2. Nilai Rata-Rata Indeks Massa Tubuh (IMT) Pretest Dan Posttest KB Suntik 3 Bulan Pada Akseptor KB

KB Suntik 3 Bulan	Mean	Std. Deviasi	Min	Max
Pretest	21,31	1,47	16,82	24,21
Posttest	26,41	3,13	19,10	31,64

Pada tabel 5.4 diatas dapat dilihat bahwa Rata-rata IMT pretest akseptor KB suntik 3 bulan yaitu 21,31 Kg/m² dengan nilai IMT terendah 16,82 Kg/m² dan nilai IMT tertinggi adalah 24,21 Kg/m². Sementara itu rata-rata IMT posttest akseptor KB suntik 3 bulan yaitu 26,41 Kg/m² dengan nilai IMT terendah 19,10 Kg/m² dan nilai tertinggi adalah 31,64 Kg/m².

ANALISA BIVARIAT

Sebelum dilakukan analisa bivariat, dilakukan uji normalitas dengan menggunakan uji *Shapiro-wilk* karena jumlah responden kurang dari 50 orang. Dari uji parametric *paired t-test* terdapat data berdistribusi normal. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui perbedaan sebelum dan setelah pemakaian kontrasepsi suntik 1 bulan dan 3 bulan terhadap kenaikan indeks massa tubuh. Adapun perbedaannya dapat dilihat tabel berikut:

Tabel 3. Perbedaan Kontrasepsi Suntik 1 Bulan Terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Akseptor KB

KB Suntik 1 Bulan	Mean	Std. Deviasi	N	Sig.(2-tailed)
Pretest				
Dan Posttest	3,71	4,09	33	0,000

Pada hasil penelitian didapatkan rata-rata IMT pretest akseptor KB suntik 1 bulan yaitu 21,64 Kg/m² dan nilai posttest IMT yaitu 25,36 Kg/m², sementara itu perbedaan mean pretest dan posttest untuk KB suntik 1 bulan adalah 3,71 Kg/m². Berdasarkan analisa statistik dengan menggunakan uji *paired t-test* didapatkan P=0,000. Artinya terdapat pengaruh yang bermakna pemakaian kontrasepsi suntik 1 bulan terhadap kenaikan Indeks Massa Tubuh (IMT) di Kelurahan Lubuk Buaya Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2016.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Maesaroh (2009) dengan judul Hubungan Penggunaan Kontrasepsi suntik 1 bulan Terhadap Peningkatan Berat Badan mengatakan dari 30 responden bahwa rata-rata peningkatan berat badan pengguna kontrasepsi suntik 1 bulan sebesar 0,5 kg sebanyak 8 orang (26,6%) dengan lama pengguna 1-3 tahun dan yang tidak mengalami peningkatan berat badan dengan lama pengguna 1-3 tahun sebanyak 16 orang (53,3%).

Berdasarkan hasil penelitian ini berat badan akseptor KB suntik 1 bulan sebelum memakai KB suntik 1 bulan dari 33 akseptor KB tersebut didapatkan hasil yaitu sebagian besar berat badan akseptor KB sebelum menggunakan KB suntik 1 bulan berada pada kategori normal sebesar 29 akseptor (87,87%), berat badan termasuk kategori kurus sebanyak 1 akseptor (3,03%) dan berat badan lebih 3 akseptor (9,09%). Sedangkan berat badan setelah memakai KB suntik 1 bulan berat badan yang termasuk kategori normal

sebanyak 11 akseptor (33,33%), sementara itu yang termasuk kategori kelebihan berat badan sebanyak 18 akseptor (54,54%) dan berat badan yang termasuk kategori obesitas sebanyak 4 akseptor (12,12%).

Krisnadi (2009) mengemukakan bahwa salah satu efek samping yang terjadi pada penggunaan kontrasepsi suntik 1 bulan adalah peningkatan berat badan. Sedangkan menurut Saifuddin (2003) mengatakan umumnya pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 2 kg dalam beberapa bulan pertama penggunaan. Penambahan berat badan terjadi karena pengaruh hormonal yaitu *progesteron dan estrogen*, *progesteron* ini dapat meningkatkan nafsu makan dan mempermudah perubahan karbohidrat menjadi lemak, sehingga sering kali efek sampingnya adalah penumpukan lemak yang menyebabkan berat badan bertambah, salah satu sifat lemak adalah sulit bereaksi atau berkaitan dengan air, sehingga organ yang mengandung banyak lemak cenderung mempunyai kandungan air yang sedikit atau kering dan ketika secara berlebihan, sedangkan *estrogen* juga mempengaruhi metabolisme lipid dan penurunan konsentrasi mereka mengarah ke peningkatan cadangan lemak tubuh, lebih khusus lagi di daerah perut, sehingga mengakibatkan kenaikan berat badan. Defisiensi estrogen menyebabkan disfungsi metabolik yang dapat meningkatkan risiko obesitas. Tingkat estrogen menurun dalam posting wanita menopause dengan usia yang sama dan merupakan salah satu alasan untuk kenaikan berat badan pada orang paruh baya (Hartanto, 2004).

Terutama pada wanita, seseorang mungkin melihat timbunan lemak disekitar perut, pantat yang lebih rendah, paha, dan kadang-kadang dibagian belakang lengan. Beberapa faktor yang mungkin berkontribusi terhadap peningkatan kadar *estrogen*, yang akhirnya menyebabkan kenaikan berat badan. Diperkuat oleh sumber lain menyatakan penambahan berat badan bisa disebabkan oleh retensi cairan,

bertambahnya lemak pada tubuh dan meningkatnya selera makan (Hartanto, 2004).

Berdasarkan asumsi peneliti dengan rata-rata kenaikan IMT pada akseptor KB suntik 1 bulan yaitu 3,71 Kg/m², bagi akseptor KB yang memiliki kecemasan terhadap berat badan yang meningkat setelah menggunakan kontrasepsi, sebelum menggunakan kontrasepsi suntik 1 bulan sebaiknya mengukur IMT terlebih dahulu, kalau didapatkan IMT dalam batas atas normal (IMT normal 18,5 – 24 Kg/m²) maka akseptor KB sebaiknya memakai kontrasepsi yang lain yang sesuai, karena menggunakan kontrasepsi suntik 1 bulan akan meningkatkan IMT pada kategori kelebihan berat badan (IMT kelebihan 25-29 Kg/m²), sebaiknya jika IMT pada kategori kurus (IMT kurus <18 Kg/m²), maka sebaiknya boleh memilih kontrasepsi suntik 1 bulan sebagai salah satu alternatif dalam memilih kontrasepsi. Pada penelitian ini didapatkan pengguna kontrasepsi suntik 1 bulan yang memakai dalam jangka waktu 1-3 tahun yaitu sebanyak 27 akseptor (81,8%) dengan rata-rata peningkatan berat badan 3,99 Kg dan 3 (9,9%) akseptor KB yang memakai selama 4-6 tahun dengan rata-rata peningkatan berat badan 5,34 Kg dan 3 (9,9%) akseptor yang memakai KB suntik 1 bulan selama 7-10 tahun mengalami rata-rata peningkatan berat badan sebanyak 3,4 Kg. Jadi dapat disimpulkan dengan pemakaian jangka waktu yang panjang akan menyebabkan peningkatan berat badan.

Tabel 4. Pengaruh Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Akseptor KB

KB Suntik 3 Bulan	Mea n	Std. Deviasi	n	Sig. (2-tailed)
Pretest	5,10	2,41	33	0,000
Posttest				

Pada hasil penelitian ini dapat IMT KB suntik 3 bulan dengan nilai mean

pretest 21,31 Kg/m² dan posttest 26,41 Kg/m², sementara itu dapat dilihat bahwa perbedaan mean pretest dan posttest 5,10 Kg/m². Berdasarkan analisa statistik dengan menggunakan uji *paired t-test* didapatkan P=0,000. Artinya terdapat pengaruh yang bermakna kontrasepsi suntik 3 bulan terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) Di Kelurahan Lubuk Buaya Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2016.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cahyani dan Kurniawati (2013) di Purwodadi, menunjukkan bahwa dari 48 responden 55,2 % yang mengalami kenaikan berat badan setelah memakai KB suntik 3 bulan minimal selama 1 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian ini berat badan akseptor KB suntik 3 bulan sebelum menggunakan KB suntik 3 bulan dari 33 akseptor tersebut didapatkan hasil yaitu 32 akseptor (96,96%) berada pada kategori normal dan 1 akseptor (3,03%) berada pada kategori kelebihan berat badan. Sedangkan berat badan setelah menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan yang termasuk kategori berat badan normal yaitu sebanyak 7 akseptor (21,21%), sementara itu yang mengalami kelebihan berat badan sebanyak 21 akseptor (63,63%) dan berat badan yang termasuk kedalam kategori obesitas sebanyak 5 akseptor (15,15%).

Pengaruh penggunaan KB suntik 3 bulan terhadap kenaikan berat badan juga dipengaruhi oleh lama pemakaian. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Hartanto (2004) bahwasanya dari pemakaian kontrasepsi suntik jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kenaikan berat badan karena adanya kandungan *hormon progesteron* yang dapat meningkatkan nafsu makan bertambah apabila pemakaian dosis yang tinggi atau berlebihan karena dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan makan lebih banyak dari biasanya. *Progesterone* dapat meningkatkan berat badan karena tidak ada

hormone penyeimbang anantara *progesteron dan esterogen*, maka semakin lama pemakaian akan semakin meningkatkan berat badan. Dari hasil penelitian ini didapatkan 24 akseptor (72,7%) yang memakai KB suntik 3 bulan selama 1-3 tahun dengan rata-rata peningkatan berat badan 5,07 Kg, sementara itu (15,2%) yang memakai KB suntik selama 4-6 tahun dengan rata-rata peningkatan berat badan 6,74 Kg sebanyak 5 akseptor dan 4 akseptor (12,1%) 7-10 tahun dengan rata-rata peningkatan berat badan 3,59 Kg. Jadi dapat disimpulkan dengan pemakaian KB suntik 3 bulan dalam waktu jangka panjang dapat menyebabkan peningkatan berat badan.

Penelitian ini didukung oleh Nurjannah (2006) bahwa resiko peningkatan berat badan secara statistik ada perbedaan pada 12 bulan pertama penggunaan. Terdapat 5 orang (15,2%) yang memakai KB suntik 3 bulan mengalami kenaikan berat badan diantaranya dengan lama pemakaian KB suntik 3 bulan selama 4-6 tahun (cukup lama) dan lama pemakaian 7-19 tahun (lama) sebanyak 4 orang (12,1%). Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa semakin lama akseptor memakai KB suntik 3 bulan maka semakin banyak juga yang mengalami kenaikan berat badan.

Berdasarkan asumsi peneliti dengan nilai rata-rata kenaikan IMT pada akseptor KB suntik 3 bulan yaitu 5,10 Kg/m², maka akseptor KB yang memiliki kecemasan berat badannya meningkat sebelum menggunakan KB suntik 3 bulan sebaiknya mengukur IMT terlebih dahulu, kalau didapatkan IMT termasuk dalam kategori batas atas normal sebaiknya akseptor KB memakai kontrasepsi lain yang sesuai, karena menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan akan meningkatkan IMT pada kategori kelebihan berat badan, Tetapi pada akseptor KB yang memiliki kategori kurus (<18 Kg/m²) bagi yang ingin berat badannya bertambah sebaiknya menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan

untuk penambahan berat badan akseptor KB.

Tabel 5. Perbedaan Rata- Rata Kenaikan IMT Kontrasepsi Suntik 1 Bulan Dan 3 Bulan

	F	Sig.	t	Sig. (2-tailed)	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Selisih KB Suntik 1 Bulan Dan 3 Bulan	.009	.924	-2.368	.021	-2,38910	-,20241
			-2.368	.021	-2,38922	-,20230

Pada hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa perbedaan mean kenaikan Indeks Massa Tubuh (IMT) akseptor KB suntik 1 bulan adalah 3,71Kg/m² dan perbedaan mean kenaikan IMT akseptor KB suntik 3 bulan adalah 5,10Kg/m². Hasil uji statistic dengan menggunakan uji *independen-test* didapatkan nilai p value 0,021 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan antara IMT KB suntik 1 bulan dan KB suntik 3 bulan pada akseptor KB di Kelurahan Lubuk Buaya Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang pada tahun 2016.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rachma dan Widyanengsih 2014 di Magelang, bahwa penggunaan KB suntik 3 bulan mengalami penambahan berat badan 73,9% dan KB suntik 1 bulan mengalami penambahan berat badan 34,8 %.

Penelitian ini didukung oleh teori Hartanto (2010), umumnya penambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama. Penyebab penambahan berat badan tidak jelas. Juga bisa disebabkan karena bertambahnya lemak tubuh, dan bukan karena retensi cairan tubuh. Menurut Mulyani (2013) mengatakan KB suntik 1 bulan dapat terjadi perubahan berat badan kemungkinan disebabkan oleh hormon progesteron

mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah pada tahun pertama pemakaian.

Menurut Mansjoer (2003) Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan 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 *hormone progesterone* dirubah menjadi lemak dan disimpan dibawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak. Sehingga sering kali efek sampingnya adalah penumpukan lemak yang menyebabkan berat badan bertambah, salah satu sifat lemak adalah sulit bereaksi atau berikatan dengan air, sehingga organ yang mengandung banyak lemak cenderung mempunyai kandungan air yang sedikit atau kering. Sumber lain menyatakan penambahan berat badan bisa disebabkan oleh retensi cairan, bertambahnya lemak pada tubuh dan meningkatnya selera makan (Hartanto, 2004). Sedangkan menurut Glasier (2005), bahwa pertambahan berat badan ringan sering terjadi kemudian menjadi stabil setelah pemakaian dilanjutkan tetapi sejumlah kecil wanita terus mengalami pertambahan berat badan moderat selama mereka memakai kontrasepsi tersebut. Mekanisme utama tampaknya adalah peningkatan nafsu makan disertai peningkatan penimbunan simpanan lemak.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh *University Of Texas Medical Branch (UTMB)* wanita yang menggunakan kontrasepsi *Medroxyprogesterone Acetate (DMPA)* atau dikenal dengan KB suntik 3 bulan, rata-rata mengalami peningkatan berat badan hingga 5,5 kg dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4 %

dalam waktu 3 tahun pemakaian. Kontrasepsi dengan metode ini beresiko meningkatkan lemak abdominal. Pengguna KB suntik 3 bulan jenis DMPA memiliki resiko 2 kali lipat dibandingkan penggunaan jenis lainnya untuk mengalami obesitas selama 3 tahun pemakaian. Langkah yang dapat diambil untuk mencegah penambahan berat badan yang berdampak pada peningkatan IMT pada akseptor KB suntik 3 bulan adalah pembatasan makanan, diet yang seimbang dan rajin berolahraga (Saifudin, 2002).

Berdasarkan asumsi peneliti terdapat perbedaan antara KB suntik 1 bulan dan KB suntik 3 bulan, dimana KB suntik 3 bulan rata-rata kenaikan IMT 5,10 Kg/m² lebih besar dibandingkan KB suntik 1 bulan dengan rata-rata kenaikan IMT 3,71 Kg/m², hal ini disebabkan karena pada suntik 3 bulan mengandung progesteron saja (*Medroksiprogesteron Asetat 150 mg*) dan mengandung dosis yang lebih tinggi yaitu 150 mg dibandingkan KB suntik 1 bulan yang mengandung *estrogen* dan *progesteron* dengan dosis 50 mg, sehingga KB suntik 3 bulan akan meningkatkan IMT lebih besar. Akibat pemakaian suntikan dapat menyebabkan peningkatan berat badan. Diharapkan kepada akseptor KB yang menggunakan alat kontrasepsi suntik yang telah mengetahui efek samping dari pemakaian kontrasepsi suntik tersebut sebaiknya berkonsultasi lebih lanjut pada petugas kesehatan untuk memilih kontrasepsi lain yang lebih aman seperti AKDR yang tidak mengandung progesteron dan estrogen.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan rata-rata IMT pretest akseptor KB suntik 1 bulan yaitu 21,64 Kg/m² dan nilai rata-rata IMT posttest 25,36 Kg/m². Sementara itu nilai perbedaan mean antara pretest dan posttest adalah 3,71 Kg/m². Rata-rata IMT pretest akseptor KB suntik 3 bulan yaitu 21,31 Kg/m² dan nilai rata-rata posttest yaitu 26,41 Kg/m². Sementara itu nilai perbedaan mean antara

pretest dan posttest adalah 5,10 Kg/m². Ada pengaruh antara penggunaan jenis kontrasepsi suntik dengan kejadian peningkatan berat badan pada wanita pasangan usia subur. Artinya penggunaan jenis kontrasepsi suntik merupakan faktor penentu terjadinya peningkatan berat badan. Hasil uji statistic dengan menggunakan uji *Independent-test*, sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan antara KB suntik 1 bulan dan KB suntik 3 bulan pada akseptor KB di Kelurahan Lubuk Buaya Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang pada tahun 2016.

DAFTAR PUSTAKA

- A.Rachma & Widatiningsih. (2016), Perbedaan Penambahan Berat Badan Pada Akseptor Suntik 3 bulan dan 1 bulan di Magelang. Ejournal.poltekkes-smg.ac.id
- Berenson, A. B. & Mahbubur R. (2009). *Perubahan berat badan, lemak total, lemak tubuh persen, dan rasio lemak pusat-to-peripheral terkait dengan penggunaan kontrasepsi suntik dan oral. Departemen Obstetri dan Ginekologi dan Pusat Penelitian Interdisipliner di Kesehatan Perempuan, University of Texas Medical Branch, Galveston, Texas*, 200(3), hal 329.e1–329.e8.
- BPS. (2010). Statistik Indonesia “*Statistical Pocketbook of Indonesia*”. Jakarta : Badan Pusat Statistik Azwar, S. *Sikap Manusia teori dan pengukurannya*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar Offset.
- BKKBN N. (2011). *Laporan Hasil Pelayanan Peserta KB Baru Menurut Metode Kontrasepsi Oktober 2011*.
- [Online].<http://dashboard.bkkbn.go.id/BKKBNReports/Gabungan/Laporan%20Bulanan/Tabel8A.aspx>. [Diakses 20 November 2011].

- BKKBN. (2014). *Pedoman Penggunaan Data Alokasi Khusus (DAK) Bidang Keluarga Berencana*. Jakarta
- Cahyani & Kurniawati. (2013), Perbedaan Berat Badan Sebelum dan Selama Pemakaian KB Suntik 3 Bulan Dengan Lama Pemakaian Lebih Satu Tahun di BPM. *Jurnal Dinamika abdi husada.ac.id*
- Everet, S. (2008). *Buku Saku Kontrasepsi Dan Kesehatan Seksual Reproduksi*. Jakarta : EGC
- Fitriani. (2011). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Kontrasepsi Suntik Di Wilayah Kerja Puskesmas Manisa Kabupaten Sidenreng Rappang*. Skripsi Sarjana. Fakultas Ilmu kesehatan
- Biran A. (2011). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. PT BINA PUSTAKA SARWONO PRAWIROHARDJO; Jakarta, 2013
- Glassier, A. & Gebbie, A. (2004). *Keluarga Berencana & Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC
- Hartanto, H. (2004). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Hartanto, H. (2010). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Cet.7. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Hidayat, A A. (2015). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Miskah H. (2012). *Perbedaan Perubahan Berat Badan Pada Ibu Yang Menggunakan Kontrasepsi Suntik 3 bulan dan bulan di klinik bersalin Mariani Medan*.
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/39336/6/Abstract.pdf>
- Mulyani, N.S.SST & Rinawati, M. (2013). *Keluarga Berencana dan Alat Kontrasepsi*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Nursila, G. (2014). *Hubungan Aktivitas Fisik Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Osteopania*
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. (Edisi Revisi).
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Rasna, S. (2009). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Penggunaan Alat Kontrasepsi di Puskesmas Sudiang Tahun 2008*.
- Saifudin, dkk. (2003). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Saifudin A, (2007). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta
- Sarwono. (2007). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Suratun, dkk. (2008). *Pelayanan Keluarga Berencana dan Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta : Trans Info Media
- Supariasa, (2004). *Penelitian Status Gizi*. Jakarta : EGC
- Trisnawarman, E. (2008). *Sistem Penunjang Keputusan Pemilihan Metode atau Alat Kontrasepsi Jurnal*. Jakarta : Universitas tarumanegara
- Varney. (2007). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan edisi 4*. Jakarta: EGC
- Wiknjosastro, H, dkk. (2007). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Wane Sarah, J and W Brown. (2010).
Penentu Berat Badan di Remaja Putri: Sebuah Tinjauan Sastra. Jurnal Kesehatan Perempuan, 19 (7), hal. 1327-1340.