

Hubungan Penggunaan KB Suntik Terhadap Siklus Menstruasi Dan Peningkatan Berat Badan Ibu Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi

¹Indah Widya Astuti Nasution, ²Dr. Muthia Mutmainnah, M.Kep, Sp. Mat.
³Ns. Meinarisa, S. Kep., M.Kep.

Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Jambi, Indonesia;
email : Indahwidya37@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu program pemerintah terkait Keluarga Berencana (KB) Nasional ialah penggunaan alat kontrasepsi suntik (*Injectables*). Dampak ditimbulkan berupa siklus menstruasi yang mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunnya daya tahan tubuh akibat peningkatan berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah adanya hubungan penggunaan KB suntik terhadap ketidakteraturan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan data dilaksanakan dengan pengisian kuesioner dan data dianalisis menggunakan distribusi frekuensi. Berdasarkan uji statistik didapatkan p-value $0,015 < 0,05$ artinya ada hubungan penggunaan KB suntik dengan siklus menstruasi ibu, dan adanya hubungan penggunaan KB suntik dengan peningkatan berat badan ibu dengan hasil p-value $0,001 < 0,005$. Adanya hubungan penggunaan KB suntik terhadap siklus menstruasi dan peningkatan berat badan ibu serta efek samping tersebut paling banyak dirasakan oleh ibu pengguna jenis KB suntik 3 bulan daripada ibu pengguna jenis KB 1 bulan di wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin.

Kata kunci: Keluarga Berencana, Alat Kontrasepsi Suntik, Siklus Menstruasi, Peningkatan Berat Badan

Abstract

One of the government's programs related to National Family Planning (KB) is the use of injectable contraceptives. The impact is in the form of menstrual cycles that interfere with daily activities and decreased endurance due to increased body weight. This study aims to determine whether there is a relationship between the use of injectable birth control and menstrual cycle irregularities and an increase in maternal weight in the Simpang IV Sipin Health Center Work Area. This research is an analytic descriptive study with a cross-sectional approach. Data collection was carried out by filling out questionnaires and data were analyzed using a frequency distribution. Based on statistical tests, it was found that the p-value was $0.015 < 0.05$, meaning that there was a relationship between the use of injectable birth control and the mother's menstrual cycle, and there was a relationship between the use of injection contraceptives and an increase in maternal weight with a p-value of $0.001 < 0.005$. There is a relationship between the use of injectable birth control on the menstrual cycle and an increase in maternal weight and the side effects are most commonly experienced by mothers

who use the 3-month injection type of family planning rather than mothers who use the 1-month type of family planning in the Simpang IV Sipin Health Center work area.

Keywords: *Family Planning, Injecting Contraceptives, Menstrual Cycles, Weight Gain*

PENDAHULUAN

Berdasarkan *World Population Prospect 2022*, Populasi penduduk secara global di masa kini mengalami peningkatan tiga kali lebih besar daripada populasi pertengahan abad kedua puluh. Diperkirakan sekitar 8,0 miliar populasi dunia pada pertengahan November 2022. Pada tahun 2059 diperkirakan populasi dunia dapat mencapai 10 miliar (Togbe *et al.*, 2022). Hasil survei menunjukkan bahwa jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2020 adalah sebesar 271.066.366 jiwa yang terdiri atas 136.142.501 jiwa penduduk laki-laki dan 134.923.865 jiwa penduduk perempuan (Kemenkes, 2021).

Menurut hasil data dari Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015 menyatakan bahwa umur harapan hidup saat lahir pada penduduk Indonesia terus mengalami peningkatan sesuai dengan angka kematian bayi mengikuti target SDGs pada tahun 2030. Dimana pada tahun 2015 umur harapan hidup saat lahir sebesar 72,51% dan kemungkinan di tahun 2045 mengalami peningkatan menjadi 75,47%. Dikarenakan laju pertumbuhan di Indonesia sangat tinggi, salah satu cara untuk menekan laju pertumbuhan tersebut dengan menjalankan program pemerintah terkait Keluarga Berencana (KB). Pembatasan jumlah penduduk di Indonesia sangat dibutuhkan agar menjaga keseimbangan penduduk (Badan Pusat Statistik, 2021).

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 87 Tahun 2014 tentang Perkembangan Pendudukan dan Pembangunan Keluarga, Keluarga Berencana (KB), dan Sistem Informasi Keluarga menyatakan bahwa program Keluarga Berencana ialah suatu upaya untuk mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal kelahiran, mengatur kehamilan, melalui promosi, perlindungan dan bantuan sesuai dengan hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas. Dalam pelaksanaannya, sasaran pelaksanaan anak, berapa tahun jarak usia antara anak, serta kapan akan berhenti mempunyai anak (Rofika *et al.*, 2021).

Adapun target cakupan layanan keluarga berencana yang telah terangkum di dalam indikasi keberhasilan program Millenium Development Goals (MDG's) oleh pemerintah Indonesia sebesar 70%. Dan sasaran utama kinerja program KB ialah menurunnya Pasangan Usia Subur (PUS) yang ingin melaksanakan KB namun pelayanan KB tidak terlayani (unmet need) menjadi sekitar 6,5% yang dimana target yang ditetapkan sebesar 8,3%, meningkatnya partisipasi laki-laki dalam melaksanakan KB menjadi sekitar 8% dari 7,5%. Data dari hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) dari tahun 2002-2017 TFR tetap sebesar 2,6 anak per wanita dan di tahun 2018 mengalami penurunan angka kelahiran total (TFR) menjadi 2,4% per perempuan (Yanti dan Lamaindi, 2021). Penggunaan kontrasepsi merupakan salah satu upaya program pemerintah dalam Keluarga Berencana (KB) untuk mengendalikan fertilitas atau menekan pertumbuhan penduduk yang paling efektif. Berbagai metode kontrasepsi dikembangkan dalam mengendalikan ledakan penduduk baik dengan cara memanfaatkan hormon seperti bentuk pil, suntikan dan implan, metode non hormonal seperti IUD (Intra Uterine Device), vasektomi, tubektomi dan kondom (Emilda *et al.*, 2022).

Salah satu metode kontrasepsi yang banyak digunakan peserta KB aktif di Indonesia adalah suntikan dan juga pil, bahkan sangat dominan (lebih dari 80%) dibanding dengan metode kontrasepsi yang lainnya; suntik (63,71%), pil (17,24%), Implan (7,4%), IUD/AKDR

(7,4%), Kondom (1,2%), MOW (Metode Operatif Wanita) (2,7%), MOP (Metode Operatif Pria) (0,5%) (Kemenkes, 2019). Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia jumlah penduduk Provinsi Jambi sebesar 3.677.894 jiwa (Kemenkes, 2021). Dan data Badan Pusat Statistik 2021 di Kota Jambi menunjukkan presentasi wanita berumur 15-49 tahun dan berstatus kawin yang sedang menggunakan alat kontrasepsi berjumlah 62,06% (Badan Pusat Statistik, 2021). Berdasarkan data laporan pengguna KB Pengendalian penduduk dan keluarga Berencana (PPKB) di Kota Jambi di tahun 2021 tercatat bahwa penggunaan alat kontrasepsi suntik aktif memiliki jumlah peserta yang lebih banyak dari pada jenis kontrasepsi yang lainnya. Alat kontrasepsi suntik berjumlah 37.771 pengguna aktif kemudian disusul dengan jenis alat kontrasepsi lainnya seperti kontrasepsi pil (16.590 pengguna aktif), kontrasepsi IUD (3.743 pengguna aktif), kontrasepsi kondom (2.362 pengguna aktif), kontrasepsi implan (2.046 pengguna aktif), kontrasepsi tubektomi (1.227 pengguna aktif), dan kontrasepsi vasektomi (101 pengguna aktif).

Tabel 1.1 Data Akseptor KB suntik aktif tertinggi di 5 Wilayah Kerja Puskesmas Kota Jambi Tahun 2021

Wilayah Kerja Puskesmas	Jumlah akseptor KB suntik aktif
Simpang IV Sipin	2.142
Talang Bakung	1.108
Aur Duri	1.072
Lingkar Selatan	907
Putri Ayu	707

Sumber : Badan Pusat Statistik Kota Jambi 2022

Data dari Badan Pusat Statistik Kecamatan Telanaipura 2022, menunjukkan bahwa jumlah akseptor KB suntik aktif per Kelurahan di Kecamatan Telanaipura pada tahun 2021 paling banyak menggunakan alat kontrasepsi suntik terletak di Wilayah kerja Puskesmas Simpang IV sipin dengan jumlah 2.142 pengguna aktif serta Bidan Praktik Swasta yang melakukan praktik di wilayah tersebut sebanyak 8 bidan aktif dengan menangani 20-40 ibu pengguna kontrasepsi. (Badan Pusat Statistik Kota Jambi, 2022).

Jenis kontrasepsi efektif yang menjadi pilihan dan merupakan salah satu dari program Keluarga Berencana (KB) Nasional ialah alat kontrasepsi suntik (*Injectables*), yang tidak membutuhkan pemakaian setiap hari atau setiap akan senggama tetapi tetap *reversible*. Adapun syarat yang harus dipenuhi oleh suatu metode kontrasepsi yang baik adalah aman, dapat diandalkan, sederhana, murah, dan dapat diterima oleh semua orang (Yuhemy *et al.*, 2021).

Alat kontrasepsi suntik dibagi menjadi dua, yaitu kontrasepsi suntik kombinasi dan juga kontrasepsi suntik progestin. Kontrasepsi suntik kombinasi sering juga disebut sebagai suntikan 1 bulan karena metode ini menggunakan hormon estrogen dan progestin yang diberikan kepada Wanita Usia Subur (WUS) 4 minggu sekali (Hayati, 2019). Kontrasepsi ini bekerja dengan mencegah pengeluaran sel telur sehingga tidak akan terjadi pembuahan sel telur oleh sperma. Penyuntikan dilakukan pada bagian lengan maupun bokong setiap 1 bulan sekali (4 minggu sekali) dan suntikan tersebut sangat efektif apabila rutin diberikan secara tepat waktu dan sesuai jadwal (Herlina *et al.*, 2021). Kontrasepsi suntik 3 bulan merupakan salah satu metode kontrasepsi hormonal yang mengandung progestin. Setelah akseptor menerima suntikan pada bagian lengan ataupun bokong, maka hormon progestin yang terkandung di dalam larutan kontrasepsi tersebut mengakibatkan pengentalan serviks sehingga

sel sperma menjadi susah aktif bergerak kearah rahim. Selain itu juga, kandungan progestin ini akan menghalangi ovulasi dan dinding rahim menjadi tidak kondusif lagi bagi sel telur yang telah dibuahi (Kusumawardani dan Machfudloh, 2021).

Pemakaian KB suntik 3 bulan dalam jangka waktu lama akan menyebabkan perubahan masa menstruasi. Dimana menstruasi pada akseptor semakin memendek bahkan sampai tidak menstruasi, perubahan lama menstruasi tersebut diakibatkan karena komponen gestagen yang terkandung di dalam *Depo Medroxyprogesterone Acetate* (DMPA). Setelah penggunaan jangka panjang jumlah darah haid semakin sedikit dan bisa terjadi amenorea (Kiri *et al.*, 2022). Timbulnya efek samping pada pengguna kontrasepsi suntik hormonal paling sering dalam 3 bulan pertama berjumlah 57% adalah gangguan pola menstruasi (perdarahan tidak teratur, bisa mengalami pemendekan atau berkepanjangan), yang membaik setelah 3 bulan atau lebih setelah setahun pemakaian pertama, 30% dari pengguna akan terus mengalami ketidak teraturan dalam menstruasi (Setyoningsih, 2020).

Dimana efek samping ini dipandang sebagai salah satu kekurangan dari penggunaan kontrasepsi suntik oleh kebanyakan wanita dan menganggap bahwa pendarahan yang teratur merupakan suatu tanda kesehatan dan penggunaan haid sebagai indikator bahwa mereka tidak hamil. Penyebab ketidakteraturan menstruasi bisa muncul dikarenakan adanya ketidakseimbangan hormon sehingga endometrium mengalami perubahan histologi. Pemberian suntik hormonal yang semakin lama atau rutin dapat mempengaruhi estrogen di dalam tubuh dan kurang kuat terhadap endometrium, sehingga endometrium kurang sempurna (Alexander dan Melyani, 2019).

Disamping dari adanya perubahan pola menstruasi yang ditimbulkan dari penggunaan kontrasepsi suntik hormonal, efek samping lain yang biasanya terjadi ialah peningkatan berat badan. Peningkatan berat badan pada umumnya tidak terlalu besar, hal ini bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama pemakaian. Sebagian besar wanita dari Pasangan Usia Subur (PUS) yang merupakan akseptor pengguna alat kontrasepsi mengalami peningkatan berat badan. Walaupun tingkat kelahiran dapat ditekan dalam mengatasi laju pertumbuhan penduduk, namun tidak dapat dihindari bahwa timbulnya dampak lain akibat penggunaan alat kontrasepsi khususnya alat kontrasepsi hormonal dalam jangka waktu tertentu yang dapat menimbulkan berbagai efek samping, salah satunya adalah perubahan berat badan (Sembiring, 2019). Hal ini diakibatkan karena hormon Progesteron yang terkandung dalam DMPA atau suntikan 3 bulan yang dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan nafsu makan bertambah sehingga seseorang akan makan lebih banyak dari biasanya. Peningkatan kuantitas makan menjadi lebih banyak dari biasanya akan menyebabkan kelebihan karbohidrat yang disimpan dalam bentuk lemak tubuh. Sehingga menyebabkan kenaikan berat badan (Febriyanti dan Ramayanti, 2020). Efek samping lain yang dapat ditimbulkan dari penggunaan kontrasepsi suntik hormonal selain gangguan pola menstruasi dan penambahan berat badan yaitu dapat menyebabkan sakit kepala, keputihan serta nyeri pada bagian payudara (Yuhemy *et al.*, 2021).

Dampak dari ketidakteraturan siklus menstruasi apabila tidak ditangani dapat menimbulkan resiko psikologis apabila dihubungkan dengan banyaknya pengeluaran darah, mengganggu aktivitas sehari-hari, adanya indikasi *inkompatibel* ovarium pada saat konsepsi atau adanya tanda-tanda kanker. Sedangkan untuk dampak peningkatan berat badan dapat menimbulkan menurunnya daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas yang berkaitan dengan kemampuan kerja fisik dan perubahan siklus ovulasi.¹⁹ Selain itu dampak yang sering timbul pada ibu yang mengalami peningkatan berat badan yaitu masalah psikologi berupa gangguan terhadap citra tubuh sehingga ibu cenderung rendah diri

dan kurang percaya diri terhadap lingkungan (*body image*). Oleh karena itu penelitian ini sangat penting untuk dilakukan.²⁰

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan peneliti di Puskesmas Simpang IV Sipin dengan melakukan wawancara terhadap 6 ibu pengguna alat kontrasepsi suntik hormonal menyatakan bahwa 5 ibu mengalami ketidakteraturan dalam siklus menstruasi, yaitu mengeluh haid yang tidak teratur, adanya flek seperti haid dan seorang ibu mengatakan siklus menstruasinya tetap teratur setelah pemakaian. Empat ibu mengatakan bahwa setelah pemakaian kontrasepsi suntik selama 1 tahun berat badannya bertambah 1-4 kg, 1 ibu mengalami penurunan dan 1 lagi stabil, tidak mengalami kenaikan maupun penurunan berat badan setelah pemakaian. Dari keenam ibu yang diwawancarai, usia ibu pengguna KB suntik hormonal berkisar 27-44 tahun dan dalam wawancara awal di dapatkan bahwa keenam ibu tidak memiliki riwayat penyakit hipertensi ataupun penyakit penyerta lainnya.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Hubungan penggunaan KB suntik terhadap siklus menstruasi dan peningkatan berat badan Ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yang merupakan salah satu jenis penelitian yang spesifikasinya adalah sistematis, terencana, dan terstruktur dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain penelitiannya. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kecamatan Telanaipura dan waktu penelitian ini dimulai pada bulan Januari 2023 sampai peneliti melakukan seminar hasil di bulan April 2023.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini ialah ibu pengguna alat kontrasepsi suntik hormonal di wilayah kerja Puskesmas Simpang IV Sipin dengan populasi di tahun 2021 berjumlah 2.142 orang, sedangkan sampel yang diperoleh adalah 106 orang.

Pengumpulan, Pengolahan, dan Analisis Data

Dalam penelitian ini, peneliti memperoleh data primer dari pengisian kuesioner yang disebutkan oleh responden, yaitu ibu pengguna alat kontrasepsi suntik di wilayah kerja puskesmas simpang IV sipin. Peneliti juga menggunakan data skunder yang diperoleh dari pihak puskesmas simpang IV sipin berupa rekam medik kunjungan pasien penggunaan KB suntik. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non probability sampling* dengan menggunakan *purposive sampling* yang merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu. Analisa data dilakukan menggunakan SPSS.

HASIL

1. Hubungan Pengguna KB Suntik Dengan Siklus Menstruasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin

Tabel 1. Hubungan Pengguna KB Suntik Dengan Siklus Menstruasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin

		Siklus Menstruasi			P-Value
		Teratur	Tidak teratur	Total	
KB Suntik	KB Suntik 1 Bulan	26	16	42	0,015
	KB Suntik 3 Bulan	9	55	64	
Total		35	71	106	

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa hubungan penggunaan KB suntik dengan siklus menstruasi dari 106 responden, dapat dilihat dari 42 responden yang menggunakan KB suntik 1 bulan terdapat 26 responden yang mengalami siklus menstruasi teratur dan 16 responden yang mengalami menstruasi tidak teratur Sedangkan 64 responden yang menggunakan KB suntik 3 bulan terdapat 9 responden yang mengalami siklus menstruasi teratur dan 55 responden yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur. Jika dilihat dari penggunaan KB suntik 1 bulan dan 3 bulan yang mengalami siklus menstruasi teratur sebanyak 35 responden, sedangkan penggunaan KB suntik 1 bulan dan 3 bulan yang mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur sebanyak 71 responden.

Berdasarkan hasil analisis dengan uji korelasi lambda diperoleh bahwa *P-Value* 0,015 (*P-value* < 0,05) berarti H1 diterima, yang artinya bahwa terdapat hubungan bermakna dari Penggunaan KB Suntik terhadap Siklus Menstruasi Ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi.

2. Hubungan Pengguna KB Suntik Dengan Peningkatan Berat Badan Ibu Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin

Tabel 2. Hubungan Pengguna KB Suntik Dengan Peningkatan Berat Badan Ibu Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin

		Peningkatan Berat Badan				Total	P-Value
		1-10%	11-20%	21-30%	31-40%		
KB Suntik	KB Suntik 1 Bulan	36	3	3	0	42	0,001
	KB Suntik 3 Bulan	47	10	5	2	64	
Total		83	13	8	2	106	

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa antara hubungan penggunaan KB suntik dengan peningkatan berat badan ibu dari 106 responden, dapat dilihat dari 42 responden yang menggunakan KB suntik 1 bulan yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 1-10% berjumlah 36 responden, peningkatan berat badan sebanyak 11-20% berjumlah 3 responden,

peningkatan berat badan sebanyak 21-30% berjumlah 5 responden dan tidak ada yang mengalami peningkatan sebanyak 31-40%. Sedangkan 64 responden yang menggunakan KB suntik 3 mengalami peningkatan berat badan sebanyak 1-10% berjumlah 47 responden, peningkatan berat badan sebanyak 11-20% berjumlah 10 responden, peningkatan berat badan sebanyak 21-30% berjumlah 5 responden dan yang mengalami peningkatan 31-40% berjumlah 2 responden. Jika dilihat dari peningkatan berat badan terhadap kedua jenis kontrasepsi suntik 1 dan 3 bulan, untuk peningkatan 1-10% berjumlah 83 responden, peningkatan 11-20% berjumlah 13 responden, peningkatan 21-30% berjumlah 8 responden dan peningkatan 31-40% berjumlah 2 responden.

Berdasarkan hasil analisis dengan uji korelasi lambda diperoleh bahwa nilai *P-value* 0,001 (*P-value* < 0,05) berarti H1 diterima, yang artinya bahwa terdapat hubungan bermakna dari Penggunaan KB Suntik terhadap Peningkatan Berat Badan Ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi.

PEMBAHASAN

Hubungan Penggunaan KB Suntik Dengan Siklus Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 106 responden di Wilayah kerja Puskesmas Simpang IV sipin, dapat dilihat dari penggunaan KB suntik 1 bulan dan 3 bulan yang mengalami siklus menstruasi teratur sebanyak 35 responden, sedangkan penggunaan KB suntik 1 bulan dan 3 bulan yang mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur sebanyak 71 responden. Setelah dilakukan pengolahan data menggunakan *analisis korelasi lambda* diperoleh bahwa *Approximate Significance* sebesar 0,015 yang artinya hasil tersebut lebih kecil dari pada 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa terdapatnya hubungan bermakna dari Penggunaan KB Suntik terhadap Siklus Menstruasi Ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi.

Teori yang dikemukakan oleh Baziat menyatakan bahwa terjadinya ketidakaturan haid pada akseptor KB suntik *depoprovera* masih belum jelas, tapi diduga adanya ketidakseimbangan estrogen dan progesteron di tingkat periver karena kedua hormon inilah yang bertanggung jawab atas perubahan pada endometrium untuk proses normal menstruasi.⁹² Sejalan dengan pernyataan agus yang menyatakan bahwa kebanyakan ibu yang sudah memakai alat kontrasepsi KB suntik 3 bulan akan mengalami perubahan siklus menstruasi baik ibu yang mengalami amenorea, polimenorea, atau oligomenorea yang biasa terjadi dimana siklus menstruasi bisa mengalami keadaan tidak terjadinya menstruasi pada seorang wanita untuk sedikitnya 3 bulan berturut-turut. Seorang wanita mengalami siklus menstruasi lebih sering (<21 hari/siklus haid lebih pendek) dan siklus hais lebih panjang/ jarang (>35 hari). Semakin lama penggunaan DMPA maka kejadian lama menstruasi akseptor KB suntik semakin memendek bahkan sampai menjadi tidak menstruasi. Perubahan lama menstruasi tersebut disebabkan komponen gestagen yang terkandung di dalam DMPA (Putradana *et al*, 2022).

Gangguan pola haid yang terjadi seperti perdarahan bercak/flek, perdarahan irregular (tidak teratur), amenorea dan perubahan frekuensi, lama dan jumlah darah yang hilang. Pada pemakaian yang lama, perubahan siklus menstruasi adalah efek samping yang paling umum. Pengguna suntikan KB dapat mengalami pendarahan atau spotting yang tidak teratur. Setelah setahun penggunaan KB suntik sekitar 50% wanita berhenti menstruasi. Menstruasi biasanya akan kembali dialami setelah suntikan di hentikan. Gangguan menstruasi atau kelainan menstruasi biasanya terjadi karena ketidakseimbangan hormon-hormon yang mengatur haid, namun dapat juga disebabkan oleh kondisi medis lainnya. Banyaknya perdarahan ditentukan oleh lebarnya pembuluh darah, banyaknya pembuluh darah yang terbuka dan tekanan

intravaskuler. Lamanya perdarahan ditentukan oleh daya penyembuhan luka atau daya regenerasi berkurang pada infeksi, mioma, polip dan kasinoma. Gangguan menstruasi pada akseptor KB suntik 3 bulan diakibatkan karena ketidakseimbangan FSH dan LH sehingga kadar estrogen dan progesterone mengalami perubahan histologi dan kontrasepsi suntik 3 bulan mengakibatkan dinding endometrium yang semakin menipis, lendir serviks menjadi kental dan sedikit barrier terhadap spermatozoa hingga menimbulkan gangguan menstruasi (Nadya dan Khotimah, 2022).

Dikarenakan alat kontrasepsi suntik ini adalah kontrasepsi hormonal yang dapat merangsang ovarium untuk membuat estrogen dan progesteron serta kedua hormon ini dapat mencegah terjadinya ovulasi sehingga dapat mempengaruhi pola haid yang normal menjadi amenorea, menoragia dan munculnya bercak (*spotting*) dan terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian. Biasanya gangguan menstruasi ini paling sering terjadi pada bulan pertama penyuntikan, setelah satu atau dua tahun penyuntikan akan terjadi amenorea pada kebanyakan wanita (Pramasari, 2019).

Alasan mengapa beberapa akseptor kontrasepsi hormonal tidak mengalami gangguan menstruasi diakibatkan bahwa setiap perempuan memiliki mekanisme pembentukan dan keseimbangan hormonalnya masing-masing. Bahwasanya hormonal yang dimiliki perempuan satu dengan yang lainnya berbeda. Pada perempuan satu dengan yang lain kandungan hormonal dalam tubuhnya berbeda, ada yang mempunyai kadar hormon tinggi dan mempunyai kadar hormon yang rendah. Pada suatu siklus menstruasi yang normal, estrogen menyebabkan degenerasi pembuluh darah kapiler endometrium, sehingga dinding kapiler menipis dan pembuluh darah endotel tidak merata. Dengan adanya pengaruh gestagen akan terbentuk kembali darah kapiler yang normal dengan sel-sel endotel yang utuh (tidak rusak) serta sel-sel yang mengandung kadar glikoprotein yang cukup, sehingga sel-sel endotel terlindungi dari kerusakan dan terjadi menstruasi normal pada umumnya (Andriyani dan Rofiqoch, 2022).

Menurut asumsi peneliti bahwa akseptor yang menggunakan jenis kontrasepsi suntik baik suntik 1 bulan maupun 3 bulan mengalami beberapa perubahan atau ketidakaturan siklus menstruasi setelah menggunakan kontrasepsi suntik. Akan tetapi, dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan lebih banyak mengalami ketidakaturan siklus menstruasi daripada akseptor yang menggunakan jenis kontrasepsi suntik 1 bulan. Efek dari penggunaan kontrasepsi suntik terhadap menstruasi sering tidak menyenangkan hal ini bisa terjadi dikarenakan kandungan dari kontrasepsi suntik terkhususnya suntik 3 bulan yaitu hormon progestin yang dimana ketika hormon progestin ini dimasukkan ke dalam tubuh, maka hormon di dalam tubuh akan mengalami ketidakseimbangan hormon sehingga endometrium mengalami perubahan histologi, maka dari itu dapat mengakibatkan ketidakaturan siklus menstruasi. Suntik 3 bulan bekerja dengan menekankan ovulasi, leher serviks bertambah kental sehingga menghambat penetrasi sperma melalui servikuteri, implantasi ovum dalam endometrium terhalangi, membuat selaput lendir rahim tipis atau tidak tumbuh yang pada akhirnya mencegah kehamilan, selaput lendir yang menipis atau tidak tumbuh membuat keluhan pendarahan berkurang atau bahkan pada beberapa kasus tertentu terkadang selaput lendir tidak terbentuk sehingga tidak terjadi perdarahan yang mana perdarahannya yaitu siklus menstruasi yang tidak teratur, perdarahan yang panjang, adanya bercak-bercak dan bahkan tidak menstruasi sama sekali selama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan. Akan tetapi sebagian wanita pengguna kontrasepsi suntik hormonal ada yang tidak mengalami ketidakaturan siklus menstruasi, dimana pada penelitan ini banyak dijumpai pada ibu pengguna kontrasepsi suntik 1 bulan. Hal ini dapat terjadi karena hormonal setiap wanita berbeda, ada yang mempunyai kadar hormon tinggi dan mempunyai kadar hormon yang rendah. Apabila di dalam tubuh wanita terdapat darah kapiler yang normal dengan sel endotel yang utuh

serta sel-sel yang mengandung kadar glikoprotein yang cukup, sel endotel tersebut dapat terlindungi dari kerusakan dan terjadi menstruasi normal sebagaimana pada umumnya.

Hubungan Penggunaan KB Suntik Dengan Peningkatan Berat Badan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 106 responden di Wilayah kerja Puskesmas Simpang IV sipin, didapatkan hasil bahwa ibu yang menggunakan KB suntik 1 bulan dan 3 bulan di wilayah ini mengalami peningkatan berat badan dengan peningkatan nilai terendah sebesar 2% dan peningkatan nilai tertinggi sebesar 34%. Setelah dilakukan pengolahan data menggunakan analisis korelasi lambda diperoleh bahwa Approximate Significance sebesar 0,001 yang artinya hasil tersebut lebih kecil dari pada 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa terdapatnya hubungan bermakna dari Penggunaan KB Suntik terhadap Peningkatan Berat Badan Ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi.

Risiko kenaikan berat badan kemungkinan disebabkan karena hormon progesteron yang mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktifitas fisik, akibatnya pemakaian kontrasepsi suntik dapat menyebabkan berat badan bertambah. Pertambahan berat badan memang tidak terlalu besar, antar kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama pemakaian (Khairina dan Batubara, 2022). Pendapat ahli lain yang dikemukakan oleh Hartanto menjelaskan bahwa hormon progesteron merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih dari pada biasanya. Namun tidak semua akseptor akan mengalami kenaikan berat badan, karena efek dari obat tersebut tidak selalu sama pada masing-masing individu dan tergantung reaksi tubuh akseptor tersebut terhadap metabolisme progesteron. (Hartanto, 2010).

Sedangkan akibat dari pemakaian hormon estrogen ialah retensi cairan yang disebabkan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium sehingga dapat meningkatkan berat badan. Suntikan 1 bulan mengandung etinilestradol dan progesteron sintetik turunan testosteron. Etinilestradol memicu pembentukan angiotensin di hati, dan oleh renin angiotensinogen diubah menjadi angiotensin I dan selanjutnya angiotensin I diubah oleh enzim lain menjadi angiotensin II dan dipeptida. Angiotensin II merupakan vasokonstriktor kuat dan pemicu sekresi aldosteron di kortes suprarenal. Aldosteron menyebabkan terjadinya retensi cairan sedangkan komponen progesteron sintetik turunan testosteron yang terdapat didalam kontrasepsi suntik 1 bulan tidak memiliki khasiat antimineralokotikoid, sehingga tidak dapat mengimbangi efek etinilestradiol hal inilah yang dapat meningkatkan berat badan. Pertumbuhan berat badan yang disebabkan oleh estrogen mengakibatkan bertambahnya lemak subkutan. Terutama pada pinggul, paha dan payudara. Ini tampak setelah beberapa bulan pemakaian. Nafsu makan bertambah dan makan banyak serta kurang olahraga mempertinggi penambahan berat badan (Marbun, 2018).

Menurut asumsi peneliti, pada penelitian ini semua ibu pengguna kontrasepsi suntik mengalami peningkatan berat badan dimana peningkatan berat badan yang paling signifikan terjadi pada akseptor pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan. Hal ini disebabkan karena kandungan yang terdapat didalam kontrasepsi suntik DMPA yaitu hormon progestin, dengan adanya hormon progestin masuk kedalam tubuh dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor akan makan lebih banyak dari pada biasanya. Peningkatan berat badan disebabkan karena hormon progesteron tersebut mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah selain itu hormon progesteron juga menyebabkan penurunan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian kontrasepsi suntik dapat menyebabkan berat badan bertambah. Hal ini juga dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat mengingat bahwa sebagian besar pekerjaan

ibu pengguna kontrasepsi suntik ialah IRT yang mana ibu tersebut kerap menghabiskan waktu dirumah dan hal tersebut sangat sulit dalam mengontrol pola makan, karena setelah ibu menyelesaikan pekerjaan rumah maka ibu akan menghabiskan waktunya dengan menonton tv disertai dengan mengkonsumsi makanan ringan, kurangnya mengkonsumsi air putih dan juga jarang berolahraga. Sebaiknya ibu yang menggunakan kontrasepsi suntik baik 1 bulan maupun 3 bulan lebih mengatur pola makan yang seimbang sesuai dengan kebutuhan, akseptor dapat melakukan olahraga secara rutin agar membantu berat badan tetap ideal. Peningkatan berat badan akan mengakibatkan adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat yang berlebih menjadi lemak yang menumpuk pada tubuh yang tidak dicerna sehingga terjadi penumpukan lemak.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan penggunaan KB suntik terhadap siklus menstruasi dan peningkatan berat badan ibu di wilayah kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi didapatkan kesimpulan:

1. Jenis KB suntik yang digunakan Ibu di wilayah kerja Puskesmas Simpang IV Sipin yang menggunakan KB suntik 1 bulan sebanyak 42 responden (39,6%) dan yang menggunakan jenis KB suntik 3 bulan sebanyak 64 responden (60,4%). Lama penggunaan kontrasepsi suntik 6-12 bulan sebanyak 57 responden (53,8%). Sedangkan penggunaan kontrasepsi suntik lebih dari 12 bulan sebanyak 49 responden (46,2%)
2. Responden yang mengalami siklus menstruasi yang teratur setelah menggunakan alat kontrasepsi suntik sebanyak 35 responden (33,0%) dan siklus menstruasi ibu yang tidak teratur setelah menggunakan alat kontrasepsi suntik sebanyak 71 responden (67,0%).
3. Responden di wilayah kerja Puskesmas Simpang IV mengalami peningkatan berat badan setelah menggunakan kontrasepsi suntik, dimana jumlah responden yang mengalami peningkatan berat badan 1-10% sebanyak 83 (78,3%), responden yang mengalami peningkatan berat badan 11-20% sebanyak 13 (12,3%), responden yang mengalami peningkatan berat badan 21-30% sebanyak 8 (7,5%) dan yang mengalami peningkatan berat badan 31-40% sebanyak 2 responden (1,9%).
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara Penggunaan KB Suntik terhadap Siklus Menstruasi Ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi dengan $p\text{-value } 0,015 < 0,05$.
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara Penggunaan KB Suntik terhadap Peningkatan Berat Badan Ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi dengan $p\text{-value } 0,001 < 0,05$.

Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka saran yang dapat diberikan sebagai berikut:

1. Bagi Tempat Penelitian
Agar petugas kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin dapat menggunakan data ini sebagai sarana edukasi pelayanan dan konseling bagi akseptor alat kontrasepsi suntik mengenai efek penggunaannya terutama terkait siklus menstruasi dan peningkatan berat badan sehingga akseptor KB dapat membuat keputusan yang tepat.
2. Bagi Keperawatan Universitas Jambi

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu pengetahuan terhadap efek samping penggunaan kontrasepsi suntik terkhususnya efek siklus menstruasi dan peningkatan berat badan. Dengan adanya bukti dari riset sebelumnya hal ini akan bermanfaat dalam meningkatkan mutu pelayanan keperawatan serta bermanfaat dan menambah referensi sumber bacaan dan informasi di perpustakaan Universitas Jambi yang berguna bagi mahasiswa untuk menambah pengetahuan dan wawasan

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai data penelitian berikutnya, dapat menambah referensi bagi lembaga penelitian lainnya, dapat menjadi masukan dan pertimbangan dalam melakukan penelitian lebih lanjut untuk menyempurnakan metode dan instrument yang lebih berkaitan dengan variabel yang diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Alexander, Melyani. Hubungan antara lama pemakaian alat kontrasepsi kb suntik 3 bulan dengan gangguan menstruasi pada akseptor kb di puskesmas siantan hilir Pada Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan*. 2019;9(2).
- Andriyani T, Rofiqoch I. Gambaran gangguan menstruasi pada pengguna kontrasepsi hormonal di pmb yuli arini dan pmb hj.nani sutiani kecamatan majenang. *NERSMID Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*. 2022;5(2):209–16.
- Badan Pusat Statistik. Proyeksi Penduduk Indonesia. Proyeksi Penduduk Indonesia. 2018. 21 p.
- Badan Pusat Statistik Kota Jambi. Kecamatan Telanaipura Dalam Angka 2022. Jambi, Indonesia: Badan Pusat Statistik Kota Jambi; 2022. 57 p.
- Emilda D, Haryani S, Yusniarita. the Relationship of the Use of Depo Medroxy Progesterone Acetate (Dmpa) Injecting Contraceptions To the Increase of Body Weight and Pressure High Blood in the Work Area Kepahiang Market Health Year 2020. *Jnph*. 2022;10(1):135–41.
- Febriani R, Ramayanti I. Analisis perubahan berat badan pada pemakaian kb suntik depo medroksi progesteron asetat (Dmpa). *Jurnal 'Aisyiyah Med*. 2020;5(1):113–21.
- Gaigbe-Togbe V, Bassarsky L, Gu D, Spoorenberg T, Zeifman L. World Population Prospects 2022
- Hayati S. Studi Komparasi penggunaan kontrasepsi dengan perubahan berat badan pada akseptor kb suntik 1 bulan dan 3 bulan Di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru. *Jurnal Medika Husada*. 2019;2(2):1–5.
- Herlina S, Qomariah S, Sartika W. Dukungan suami dan pendapatan suami terhadap penggunaan kb suntik 1 bulan di bpm murtina wita pekanbaru. *Snhrp*. 2021;4:43–9.
- Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia 2020. Jakarta, Indonesia: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia; 2021.
- Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2018 Kemenkes RI. Health Statistics. 2019. 207 p.
- Kiri H, Secanggang K, Susanti R. Hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan dan ketidakteraturan siklus haid pada akseptor kb suntik 3 bulan. 2022;15gy(1):1–7.
- Kusumawardani PA, Machfudloh H. Efek samping kb suntik kombinasi (spotting) dengan kelangsungan akseptor kb suntik kombinasi. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*. 2021;5(1):33–7.
- Nadya E, Khotimah S. Hubungan lama pemakaian kb suntik 3 bulan dengan gangguan menstruasi di wilayah kerja puskesmas koto baru jorong pinang gadang kabupaten dharmasraya tahun 2022. 2022;3:665–9.

- Pramasari NMD. 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*. 2019;3(4):178–83.
- Putradana A, Fithriana D, Astuti F, Seriani B. Hubungan penggunaan kontrasepsi 3 bulan dengan peningkatan berat badan dan perubahan siklus haid pada akseptor kb di desa pemenang kabupaten lombok utara. *Ilmu Kesehatan*. 2022;8(2).
- Rofika LD, Primayanti M, Khasanah RN. Peran serta suami dalam pemilihan metode kontrasepsi pada pasangan usia subur di Wilayah Kerja Puskesmas Siliragung Kabupaten Banyuwangi Tahun 2021. *journal Healthy*. 2021;10(1):39–46.
- Sembiring JB. Faktor - faktor yang berhubungan dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal. *Gaster*. 2019;17(1):36.
- Setyoningsih FY. Efek samping akseptor kb suntik depo medroksi progesteron asetat (dmpa) di bpm fitri hayati. *Jurnal Kebidanan Malahayati*. 2020;6(3):298–304.
- Wardani PK, Ifayanti H, Nurrofiqoh SD. Hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi hormonal dengan gangguan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan pada wanita usia subur di pmb wiwit setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah. *Jurnal Matern Aisyah*. 2019;15–24.
- Yanti LC, Lamaindi A. Pengaruh Pengaruh KB Suntik DMPA terhadap gangguan siklus menstruasi pada akseptor KB. *Jurnal Ilmu Kesehatan Sandi Husada*. 2021;10(1):314–8
- Yuhemy Z, Juni, Lara AD. Penanganan efek samping kontrasepsi suntik 3 bulan pada akseptor KB Suntik. *Jurnal Kebidanan Jurnal Med Sci Ilmu Kesehatan Kebidanan Budi Mulia Palembang*. 2021;11(2):239–52.