

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENINGKATAN
BERAT BADAN PADA AKSEPTOR KONTRASEPSI SUNTIK
DI PUSKESMAS BATAHANKECAMATAN BATAHAN
KABUPATEN MANDAILING NATAL**
***THE RELATED FACTORS TO THE WEIGHT GAIN OF INJECTABLE
CONTRACEPTIVE ACCEPTORS AT BATAHAN HEALTH CENTER
BATAHAN SUB DISTRICT OF MANDAILING NATAL DISTRICT***

Julina Br Sembiring^{1*}, Razia Begum Suroyo², Leni Asnita³

^{1,2}Dosen D4 Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

³Mahasiswi D4 Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

*julinasembiring@helvetia.ac.id

Doi : <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.328>

Received: December 2018 | Revised: January 2019 | Accepted: February 2019

ABSTRAK

Pendahuluan: Kontrasepsi suntik merupakan kontrasepsi hormonal yang efek sampingnya memicu nafsu makan dan meningkatkan berat badan, data kependudukan dan KB tahun 2017, persentase pemakaian kontrasepsi suntik 29,0%. Tujuan untuk mengetahui Hubungan umur, pola makan, aktivitas fisik, dukungan suami dan lama pemakaian dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik. **Metode:** Desain penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi yaitu seluruh ibu pengguna kontrasepsi Suntik sebanyak 761 ibu dan sampel 88 ibu. Analisis data menggunakan univariat dan bivariat. **Hasil:** Hasil penelitian menggunakan uji chi-square menunjukkan ada hubungan umur dengan nilai p value 0,000, pola makan dengan nilai p value 0,049, aktivitas fisik dengan nilai p value 0,007, dukungan suami dengan nilai p value 0,036, lama pemakaian dengan nilai p value 0,000 dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik. **Kesimpulan:** Ada hubungan antara umur, pola makan, aktivitas fisik, dukungan suami, lama pemakaian dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi untuk terus meningkatkan dan mempertahankan pelayanan kesehatan.

Kata kunci: faktor; berat badan; kontrasepsi suntik

ABSTRACT

Background: Injectable contraceptive are hormonal contraceptives which the side effects trigger appetite and increase body weight, population and family planning data in 2017, percentage of injection contraceptive use 29.0%. The purpose of this study is to know the relationship of

*age, diet, physical activity, husband's support and duration of use with weight gain in injectable contraceptive acceptors. **Method:** The design of this study is an analytical survey with a cross sectional approach. The populations of this study were all mothers who use injectable contraception as many as 761 mothers and 88 mothers. The data were analyzed using univariate and bivariate. **Result:** The results of the study using chi square test showed that there was a relationship between age and p value of 0.000, diet with p value of 0.049, physical activity with p value of 0.007, husband's support with p value of 0.036, duration of use with a p value of 0.000 with weight gain in injectable contraceptive acceptors. **Conclusion:** That there is the relationship between age, diet, physical activity, husband's support, duration of use and weight gain in injectable contraceptive acceptors at Batahan Health Center, Batahan SubDistrict, Mandailing Natal District. It is expected that this research can be an evaluation material to continue to improve and maintain health services.*

Keywords: *factors; weight gain; injectable contraceptive*

PENDAHULUAN

Indonesia dengan luas wilayah terbesar tetap menjadi negara dengan penduduk terbanyak, jauh di atas 9 negara anggota lain. Dengan angka Fertilitas atau *Total Fertility Rate* (TFR) 2,6. Indonesia masih berada di atas rata-rata TFR negara ASEAN yaitu 2,4. (Khoiriah, 2016)

Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2012 Angka Kematian Ibu mencapai 359 per 100.000 kelahiran hidup sedangkan pada tahun 2015 mencapai 305 per 100.000 kelahiran hidup. Angka Kematian Bayi di Indonesia pada tahun 2012 mencapai 32 per 1000 kelahiran hidup dan pada tahun 2015 mencapai 22,23 per 1000 kelahiran hidup. (Wijayanti, 2017)

Data BKKBN tahun 2014 di Indonesia, persentase pemakaian kontrasepsi suntik 52,62%, pil 26,63%, kondom 5,50%, IUD 6,92%, implant 6,96%, MOW 1,28%, dan MOP 0,09%. Mayoritas peserta KB baru didominasi oleh peserta KB yang menggunakan Non MKJP, yaitu sebesar 84,74% dari seluruh peserta KB baru. Sedangkan peserta KB baru yang menggunakan MKJP hanya sebesar 15,25%. (Septalia & Puspitasari, 2017)

Data kependudukan dan KB tahun 2017, status pemakaian kontrasepsi dan jenis kontrasepsi yang dipakai wanita di Indonesia tahun 2017, yang memakai alat/ cara KB sebanyak 63,6% dan yang tidak pakai alat/ cara KB sebanyak 36,4%. Persentase pemakaian kontrasepsi suntik 29,0%, Pil 12,2%, implan

4,7%, IUD 4,7%, senggama terputus 4,2%, MOW 3,7%, kondom 2,5%, pantang berkala 1,9%, MOP 0,2% dan MAL 0,1%. (Heldayani, Saputra, & Mala, 2018)

Bertambahnya jumlah PB tersebut berhasil meningkatkan jumlah peserta KB aktif dari 35,20 juta pada tahun 2014 menjadi 35,80 pada tahun 2015, dan menjadi 36,30 juta pada Desember 2016. (Bappenas, 2017)

Di Sumatera Utara jumlah pemakai alat kontrasepsi pada tahun 2016 sebesar 807.883 peserta dengan jumlah PUS 1.658.163. Dengan rincian IUD 39,177 (4,85%), MOW 50.820 (6,29%), MOP 6.987 (0,86%), Kondom 19.218 (2,38%), Implant 91.167 (11,28%), Suntikan 416.759 (51,59%) dan Pil KB 183.755 (22,75%). Dari data tersebut dapat disimpulkan pengguna MKJP lebih sedikit dibandingkan Non MKJP.

Data yang peneliti peroleh dari Kecamatan Batahan tahun 2017 dengan jumlah PUS sebanyak 2934. Dengan jumlah PUS peserta KB aktif sebanyak 1477 dengan rincian IUD sebanyak 136, MOW sebanyak 37, kondom 75, implan 230, suntik 690, dan pil 308. Jumlah PUS bukan peserta KB sebanyak 1457 dengan rincian hamil sebanyak 60, ingin anak segera sebanyak 467, ingin anak ditunda sebanyak

495, dan tidak ingin anak lagi sebanyak 435. (Dinas Kesehatan, 2016)

Data yang diperoleh dari Puskesmas Batahan pada bulan Januari hingga Juni 2018 jumlah PUS sebanyak 3.741. Jumlah PUS KB aktif sebanyak 1933 dengan pengguna KB suntik masih merupakan angka tertinggi dibandingkan dengan KB yang lain, jumlah pengguna KB suntik sebanyak 761 orang, yang kemudian di ikuti pil sebanyak 497, implan sebanyak 321, IUD sebanyak 225, kondom sebanyak 87, dan MOW sebanyak 42. Jumlah PUS bukan peserta KB sebanyak 1808.

Penambahan berat badan yang terjadi merupakan efek samping pada kontrasepsi suntik, efek samping ini merupakan penyesuaian tubuh terhadap perubahan hormon sehingga kemungkinan penambahan berat badan yang terjadi tidak berlangsung lama. (Mega & Wijayanegara, 2017)

Umur merupakan salah satu faktor seseorang untuk menjadi akseptor alat kontrasepsi, sebab umur berhubungan dengan potensi reproduksi.

Penggunaan alat kontrasepsi hormonal dalam jangka waktu tertentu dapat menimbulkan berbagai efek samping salah satunya adalah perubahan berat badan. Namun demikian,

berat badan yang bertambah umunya tidak terlalu besar, hal ini bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama. Sebagian besar wanita dari pasangan umur subur yang merupakan akseptor pengguna alat kontrasepsi mengalami peningkatan berat badan. Walaupun tingkat kelahiran dapat ditekan dalam mengatasi laju pertumbuhan penduduk, namun tidak dapat dihindari timbulnya dampak lain akibat penggunaan alat kontrasepsi khususnya penggunaan alat kontrasepsi hormonal dalam jangka waktu tertentu yang dapat menimbulkan berbagai efek samping, salah satunya adalah perubahan berat badan. (Pratiwi, Syahredi, & Erkadius, 2014)

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal”.

Tujuan penelitian untuk mengetahui Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik

di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal.

BAHAN DAN METODE

Desain penelitian adalah survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. (Lokasi penelitian yang dipilih yaitu Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal dan waktu yang diperlukan untuk penelitian ini adalah Juni – Oktober Tahun 2018.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu pengguna kontrasepsi Suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal yaitu sebanyak 761 ibu dan Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *accidental sampling*, dimana teknik pengambilan sampel ini diperoleh secara kebetulan tanpa direncanakan oleh peneliti di tempat penelitian sebanyak 88.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dengan instrumen penelitian kuesioner. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji beda *independent sample t-test* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha < 0,05$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur, Pola Makan, Aktivitas Fisik, Dukungan Suami, Lama Pemakaian, Peningkatan BB Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik Di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal”

Variabel	f	%
Umur		
<20 Tahun	9	10,2
20-35 Tahun	31	35,2
>35 Tahun	48	54,5
Pola Makan		
Kurang Baik	47	53,4
Baik	41	46,6
Aktivitas Fisik		
Berat	35	39,8
Ringan	53	60,2
Dukungan suami		
Tidak Mendukung	42	47,7
Mendukung	46	52,3
Lama Pemakaian		
Kurang Lama	29	33,0
Cukup Lama	36	40,9
Lama	23	26,1
Peningkatan BB		
Turun	25	28,4
Naik	63	71,6

Analisis Univariat. Berdasarkan tabel 1. Menunjukkan hasil penelitian umur dari 88 responden (100%) berdasarkan umur pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal yang umur <20 tahun

sebanyak 9 responden (10,2%), umur 20-35 tahun sebanyak 31 responden (35,2%) dan yang umur >35 tahun sebanyak 48 responden (54,5%).

Hasil penelitian pola makan dari 88 responden (100%) berdasarkan pola makan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal yang pola makan kurang baik sebanyak 47 responden (53,4%) dan yang pola makan baik sebanyak 41 responden (46,6%).

Hasil penelitian aktivitas fisik dari 88 responden (100%) berdasarkan aktivitas fisik pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal yang aktivitas fisik berat sebanyak 35 responden (39,8%) dan yang aktivitas ringan sebanyak 53 responden (60,2%).

Hasil penelitian dukungan suami dari 88 responden (100%) berdasarkan dukungan suami pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal yang dukungan suami tidak mendukung sebanyak 42 responden (47,7%) dan mendukung sebanyak 46 responden (52,3%).

Hasil penelitian lama pemakaian dari 88 responden (100%) berdasarkan lama pemakaian pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal yang kurang lama dalam pemakaian kontrasepsi sebanyak 29 responden (33,0%), yang cukup lama dalam pemakaian kontrasepsi sebanyak 36 responden (40,9%) dan yang lama dalam pemakaian kontrasepsi sebanyak 23 responden (26,1%).

Hasil penelitian peningkatan BB dari 88 responden (100%) berdasarkan peningkatan BB pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal yang mengalami penurunan BB sebanyak 25 responden (28,4%) dan yang mengalami peningkatan BB sebanyak 63 responden (71,6%).

Tabel 3. Hubungan Umur, pola makan, aktivitas fisik, dukungan suami, Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal

Variabel	Peningkatan BB				Total		P-Value
	Turun		Naik		f	%	
	f	%	f	%			
Umur							
<20 Tahun	6	6,8	3	3,4	9	10,2	
20-35 Tahun	15	17,1	16	18,2	31	35,3	0,000
>35 Tahun	4	4,5	44	50,0	48	54,5	
Pola Makan							
Kurang Baik	18	20,4	29	33,0	47	53,4	0,049
Baik	7	8,0	34	38,6	41	46,6	

Aktivitas Fisik							
Berat	16	18,2	19	21,6	35	39,8	0,007
Ringan	9	10,2	44	50,0	53	60,2	
Dukungan Suami							
Tidak Mendukung	7	7,9	35	39,8	42	47,7	0,036
Mendukung	18	20,5	28	31,8	46	52,3	
Lama Pemakaian							
Kurang Lama	19	21,6	10	11,4	29	33,0	0,000
Cukup Lama	6	6,8	30	34,1	36	40,9	
Lama	0	0	23	26,1	23	26,1	

Analisis Bivariat. bahwa dari 88 responden (100%) yang umur <20 tahun sebanyak 9 responden (10,2%) yang mengalami penurunan BB sebanyak 6 responden (6,8%) dan yang mengalami kenaikan BB sebanyak 3 responden (3,4%), yang umur 20-35 tahun sebanyak 31 responden (35,3%) yang mengalami penurunan BB sebanyak 15 responden (17,1%) dan yang mengalami kenaikan BB sebanyak 16 responden (18,2%), yang umur >35 tahun yang mengalami penurunan BB sebanyak 4 responden (4,5%) dan yang mengalami kenaikan BB sebanyak 44 responden (50,0%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan *p value* = 0,000 < α = 0,05, maka dapat disimpulkan ada hubungan umur dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal, dari

88 responden (100%) yang pola makan kurang baik sebanyak 47 responden (53,4%) yang mengalami penurunan BB sebanyak 18 responden (20,4%) yang mengalami kenaikan BB sebanyak 29 responden (33,0%), yang pola makan baik sebanyak 41 responden (46,6%) yang mengalami penurunan BB sebanyak 7 responden (8,0%) yang mengalami kenaikan BB sebanyak 34 responden (38,6%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan $p\ value = 0,049 < \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan ada hubungan pola makan dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal, dari 88 responden (100%) yang aktivitas fisik berat sebanyak 35 responden (39,8%) yang mengalami penurunan BB sebanyak 16 responden (18,2%) yang mengalami kenaikan BB sebanyak 19 responden (21,6%), yang aktivitas fisik ringan sebanyak 53 responden (60,2%) yang mengalami penurunan BB sebanyak 9 responden (10,2%) yang mengalami kenaikan BB sebanyak 44 responden (50%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan $p\ value = 0,007 < \alpha = 0,05$, maka dapat

disimpulkan ada hubungan aktivitas fisik dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal, dari 88 responden (100%) yang dukungan suami tidak mendukung sebanyak 42 responden (47,7%) yang mengalami penurunan BB sebanyak 7 responden (7,9%) yang mengalami kenaikan BB sebanyak 35 responden (39,8%), yang dukungan suami mendukung sebanyak 46 responden (52,3%) yang mengalami penurunan BB sebanyak 18 responden (20,5%) yang mengalami kenaikan BB sebanyak 28 responden (31,8%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan $p\ value = 0,036 < \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan ada hubungan dukungan suami dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal, dan dari 88 responden (100%) yang lama pemakaian kurang lama sebanyak 29 responden (33,0%) yang mengalami penurunan BB sebanyak 19 responden (21,6%) yang mengalami kenaikan BB sebanyak 10 responden (11,4%), yang lama pemakaian cukup lama sebanyak 36 responden (40,9%)

yang mengalami penurunan BB sebanyak 6 responden (6,8%) yang mengalami kenaikan BB sebanyak 30 responden (34,1%), yang lama pemakaian lama sebanyak 23 responden (26,1%) seluruhnya mengalami kenaikan BB sebanyak 23 responden (26,1%),

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan $p\ value = 0,000 < \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan ada hubungan lama pemakaian dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal.

Hubungan Umur Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik.

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan $p\ value = 0,000 < \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan ada hubungan umur dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wa Ode Dita Arliana dengan judul Faktor yang Berhubungan Dengan Penggunaan Metode Kontrasepsi

Hormonal Pada Akseptor KB di Kelurahan Pasarwajo Kecamatan Pasarwajo Kabupaten Buton Sulawesi Tenggara. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian obsevasional analitik dengan pendekatan *Cross Sectional Study*. Jumlah populasi sebanyak 375 orang dan jumlah sampel sebanyak 145 orang yang merupakan akseptor KB aktif. Pemilihan sampel dipilih dengan Sistematis Random Sampling. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara umur ibu sekarang ($p=0,004$), umur melahirkan pertama ($p=0,006$), pendapatan keluarga ($p=0,013$), jumlah anak hidup ($p=0,031$), biaya alat kontrasepsi ($p=0,001$), dukungan suami ($p=0,034$) dengan penggunaan metode kontrasepsi hormonal. Sedangkan umur kawin pertama ($p=0,107$), pendidikan ($p=0,179$) dan informasi dari petugas KB ($p=0,536$) tidak berhubungan dengan penggunaan metode kontrasepsi hormonal.(Province, 2013)

Selain faktor- faktor yang dapat meningkatkan berat badan adapun usaha-usaha untuk mengurangi berat badan.(Purnamasari, 2009)

Asumsi peneliti, hasil penelitian dilapangan menunjukkan ada hubungan umur dengan peningkatan berat badan. Kontrasepsi

suntik merupakan kontrasepsi yang mudah didapat dan memiliki efektifitas tinggi dalam mencegah kehamilan dan memiliki efek samping yaitu peningkatan berat badan. Pada umur < 20 tahun merupakan fase untuk menunda kehamilan atau mencegah kehamilan, pada umur ini masih terdapat responden yang mengalami penurunan berat badan, hal ini disebabkan karena umur yang masih muda dan masih bergerak dengan aktif yang terus menjaga berat badan agar ideal. Umur 20-35 tahun merupakan umur reproduksi dalam fase menjarangkan kehamilan bukan untuk mengakhiri kehamilan, sehingga diperlukan kontrasepsi yang efektif sebagian besar umur 20-35 tahun ibu mengalami kenaikan berat badan, tetapi masih juga ada wanita yang mengalami penurunan berat badan, hal ini disebabkan karena pada umur ini merupakan umur yang reproduktif dan reproduktif dalam bekerja, dengan melakukan rutinitas secara aktif dalam keseharian mampu menjaga berat badan sesuai dengan keinginan apalagi dibarengi dengan makan sesuai dengan anjuran kesehatan bukan sesuai selera, jika mengkonsumsi makanan sesuai dengan selera maka berat badan cenderung mengalami kenaikan. Dan alat kontrasepsi suntik merupakan alat kontrasepsi yang dapat

digunakan oleh perempuan yang berumur >35 tahun. Semakin bertambah umur seseorang maka seseorang akan cenderung kehilangan otot, terutama jika kurang aktif. Kehilangan otot akan mengurangi tingkat pembakaran kalori, apalagi jika tidak dilakukan diet seimbang hal tersebut akan mengakibatkan kenaikan berat badan.

Hubungan Pola Makan dengan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan $p\ value = 0,049 < \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan ada hubungan pola makan dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hana Liando dengan judul Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat Badan Ibu Pengguna Alat Kontrasepsi Suntik DMPA (*Depo Medroksi Progesteron Asetat*) di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan. Metode penelitian survei analitik dengan design *cross sectional* dan uji statistik yang digunakan yaitu uji chi-

square. Sampel yaitu akseptor yang aktif menggunakan kontrasepsi suntik DMPA yakni 33 ibu. Hasil penelitian terdapat hubungan antara jangka waktu penggunaan dan aktivitas fisik dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA. Tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA. (Liando, Kundre, & Bataha, 2015)

Pemakaian kontrasepsi suntik baik kontrasepsi suntik bulanan maupun tribulanan mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor KB suntik adalah adanya hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hipotalamus lateral. Dengan adanya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh hormon progesteron di rubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit, perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak.

Asumsi peneliti, hasil penelitian dilapangan menunjukkan ada hubungan pola makan dengan peningkatan berat badan.

Penggunaan kontrasepsi suntik merupakan faktor yang memengaruhi dengan peningkatan berat badan penggunanya. Kontrasepsi suntik dapat merangsang pengendalian nafsu makan yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Penggunaan kontrasepsi suntik juga dapat mengupayakan pencegahan terhadap risiko peningkatan berat badan dengan cara mengatur pola makan.

Hubungan Aktivitas Fisik dengan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan $p\ value = 0,007 < \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan ada hubungan aktivitas fisik dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hana Liando dengan judul Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat Badan Ibu Pengguna Alat Kontrasepsi Suntik DMPA (*Depo Medroksi Progesteron Asetat*) di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan. Metode penelitian survei analitik dengan desainn *cross sectional* dan uji statistik yang digunakan yaitu uji *chi-*

square. Sampel yaitu akseptor yang aktif menggunakan kontrasepsi suntik DMPA yakni 33 ibu. Hasil penelitian terdapat hubungan antara jangka waktu penggunaan dan aktivitas fisik dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA. Tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA. (Liando et al., 2015)

Aktivitas fisik atau olahraga merupakan bagian penting untuk menghindari penyakit diabetes mellitus. Aktivitas fisik akan membantu tubuh kita membakar lemak dan glukosa menjadi energi.

Asumsi peneliti, berdasarkan hasil penelitian dilapangan menunjukkan ada hubungan aktivitas fisik dengan peningkatan berat badan. Aktivitas fisik dapat membantu mencegah kelebihan berat badan atau membantu menjaga berat badan. Banyak anggapan dimasyarakat bahwasemakin banyak atau berat aktifitas fisik yang dilakukan akan membuat berat badan menjadi ideal. Aktifitas fisik yang berlebihan membuat tubuh menjadi sangat lelah, sehingga akan lebih cepat lapar karena asupan energi sudah habis terkuras, kondisi seperti ini justru membuat porsi makan yang lebih banyak.

Hubungan Dukungan Suami dengan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan $p\ value = 0,036 < \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan ada hubungan dukungan suami dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wa Ode Dita Arliana dengan judul Faktor yang Berhubungan Dengan Penggunaan Metode Kontrasepsi Hormonal Pada Akseptor KB di Kelurahan Pasarwajo Kecamatan Pasarwajo Kabupaten Buton Sulawesi Tenggara. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara umur ibu sekarang ($p=0,004$), umur melahirkan pertama ($p=0,006$), pendapatan keluarga ($p=0,013$), jumlah anak hidup ($p=0,031$), biaya alat kontrasepsi ($p=0,001$), dukungan suami ($p=0,034$) dengan penggunaan metode kontrasepsi hormonal. Sedangkan umur kawin pertama ($p=0,107$), pendidikan ($p=0,179$) dan informasi dari petugas KB ($p=0,536$) tidak berhubungan dengan penggunaan metode kontrasepsi hormonal.(Province, 2013)

Dukungan suami adalah bantuan moril yang diberikan suami kepada istrinya. Dukungan suami dapat memberikan rasa nyaman serta percaya diri dalam mengambil keputusan tersebut dalam pemilihan alat kontrasepsi. Dukungan akan membuat individu tersebut merasa yakin dan menyadari bahwa ia tidak seorang diri bertanggung jawab terhadap masalah kesehatan reproduksi.

Asumsi peneliti, hasil penelitian dilapangan menunjukkan ada hubungan dukungan suami dengan peningkatan berat badan. Dukungan suami merupakan hal yang sangat penting bagi istri. Kontrasepsi bertujuan untuk mencegah kehamilan dan meningkatkan keharmonisan keluarga yang efek sampingnya yaitu peningkatan berat badan. Dukungan suami terhadap istri dalam pemakaian kontrasepsi suntik seharusnya tidak semata-mata untuk menjarangkan kehamilan tanpa memperhatikan perubahan yang terjadi pada istri. Pada penelitian dilapangan masih ditemukan suami yang tidak mendukung tetapi terjadi penurunan berat badan, hal ini disebabkan kesadaran akan efek samping dari kontrasepsi suntik yaitu peningkatan berat badan sehingga responden menjaga pola makannya dan mengurangi porsi makan yang dikonsumsinya dari porsi banyak

menjadi sedikit dan tetap menjaga aktivitas fisik yang dilakukannya, tetapi sebagian besar masih mengalami kenaikan berat badan hal ini disebabkan karena dukungan suami memberikan ketenangan bagi istri, termasuk mengingatkan jadwal penggunaan kontrasepsi suntik, dukungan suami memantapkan pemakaian kontrasepsi istrinya.

Hubungan Lama Pemakaian dengan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan $p\ value = 0,000 < \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan ada hubungan lama pemakaian dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hana Liando dengan judul Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat Badan Ibu Pengguna Alat Kontrasepsi Suntik DMPA (*Depo Medroksi Progesteron Asetat*) di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan. Hasil penelitian terdapat hubungan antara jangka waktu penggunaan dan aktivitas fisik dengan peningkatan berat badan ibu

pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA. Tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA. (Liando et al., 2015)

Menurut asumsi peneliti, berdasarkan hasil penelitian dilapangan menunjukkan ada hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan. Kontrasepsi suntik merupakan kontrasepsi yang sering dipakai oleh masyarakat karena mudah dijumpai dan jangka waktu untuk melakukan suntik ulangpun cukup panjang dengan harga relatif murah tetapi mampu mencegah terjadinya kehamilan secara efektif. Hasil penelitian dilapangan dalam jangka waktu pemakaian kurang lama masih ditemukan responden yang mengalami penurunan berat badan hal ini disebabkan responden masih mampu menjaga pola makan dan mempertahankan berat badan dengan aktifitas yang rutin, tetapi masih ditemukan responden yang mengalami kenaikan berat badan. Dan banyaknya pengguna kontrasepsi dalam jangka waktu yang cukup lama mengalami kenaikan berat badan, dalam jangka pemakaian kontrasepsi suntik yang cukup lama akan menyebabkan hormon progesteron terus bertambah di dalam tubuh yang membuat nafsu makan terus meningkat sehingga kenaikan berat badan terus

bertambah, tetapi masih ditemukan responden yang mengalami penurunan berat badan hal ini dapat disebabkan pola makan responden yang kurang baik dan aktifitas yang dilakukan tidak rutin ataupun aktivitas ringan. Semakin lama pemakaian akan membuat seseorang merasa nyaman dengan penggunaannya sehingga peningkatan berat badan yang terjadi bukanlah masalah yang begitu besar yang dihadapi oleh masyarakat yang dapat dilihat semakin lama pemakaian semakin banyak peningkatan berat badan yang terjadi

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian ini ada hubungan antara umur, pola makan, aktivitas fisik, dukungan suami, lama pemakaian dengan peningkatan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal. Diharapkan Kepada Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal untuk terus meningkatkan dan mempertahankan pelayanan kesehatan misalnya dengan memberikan penyuluhan yang berkaitan dengan efek samping yang terjadi agar tidak menjadikan kekhawatiran terhadap para pengguna akseptor KB suntik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih peneliti ucapkan kepada pimpinan Puskesmas Batahan Kecamatan

Batahan Kabupaten Mandailing Natal yang telah memberikan izin melakukan penelitian sehingga penelitian ini berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, D., & Ilyas, H. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Alat Kontrasepsi Suntik. *Jurnal Keperawatan*, 11(2), 233–243. JOUR.
- Bappenas. (2017). Evaluasi Paruh Waktu RPJMN 2015-2019. Jakarta.
- Dinas Kesehatan. (2016). Profil Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal.
- Heldayani, E., Saputra, D., & Mala, V. Y. (2018). Pemanfaatan Sistem Informasi Geografi Untuk Integrasi Capaian Dan Target Pada Program Perkembangan Kependudukan Dan Pembangunan Keluarga (KKBPK) di Provinsi Sumatera Selatan. *Demography Journal of Sriwijaya*, 5(2), 1–14. JOUR.
- Khoiriah, A. (2016). Hubungan Penambahan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Hormonal di BPM Zuniawati Palembang. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 271–276. JOUR.
- Liando, H., Kundre, R., & Bataha, Y. (2015). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Peningkatan Berat Badan Ibu Pengguna Alat Kontrasepsi Suntik DMPA (Depo Medroksi Progesteron Esetat) di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan. *JURNAL KEPERAWATAN*, 3(2). JOUR.
- Mega, & Wijayanegara, H. (2017). Mega. Jakarta Timur: CV. Trans Info Medika.
- Pratiwi, D., Syahredi, S., & Erkadius, E. (2014). Hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di Puskesmas Lapai Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(3). JOUR.
- Province, V. P. D. B. R. (2013). Faktor Yang Berhubungan Dengan Penggunaan Metode Kontrasepsi Hormonal Pada Akseptor Kb Di Kelurahan Pasarwajo Kecamatan Pasarwajo Kabupaten Buton Sulawesi Tenggara related factor to the use of hormonal contraceptive. Jour.

- Purnamasari, D. (2009). Hubungan lama Pemakaian Kb Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (Dmpa) Dengan Perubahan Berat Badan di BPS (Bidan Praktek Swasta)“Yossi Trihana” Jogonalan Klaten. DISS, UNIVERSITAS SEBELAS MARET.
- Septalia, R., & puspitasari, n. (2017). Faktor yang memengaruhi pemilihan metode kontrasepsi. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5(2), 91–98. JOUR.
- Sulistiyawati, A. (2013). Pelayanan Keluarga Berencana. *Jakarta: Salemba Medika*, 55–58. JOUR.
- Wijayanti, E. (2017). Asuhan Kebidanan Pada Ny “I” Pada Masa Hamil, Bersalin, Nifas, Neonatus Dan Keluarga Berencana Di UPT Puskesmas Bangsal Kabupaten Mojokerto. *KTI D3 KEBIDANAN*. JOUR.
- Astuti, D., & Ilyas, H. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Alat Kontrasepsi SUNTIK. *Jurnal Keperawatan*, 11(2), 233–243. JOUR.
- Bappenas. (2017). Evaluasi Paruh Waktu RPJMN 2015-2019. Jakarta.
- Dinas Kesehatan. (2016). Profil Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal.
- Heldayani, E., Saputra, D., & Mala, V. Y. (2018). PEMAANFAAAtan Sistem Informasi Geografi Untuk Integrasi Capaian Dan Target Pada Program Perkembangan Kependudukan Dan Pembangunan Keluarga (KKBPK) DI Provinsi Sumatera Selatan. *Demography Journal of Sriwijaya*, 5(2), 1–14. JOUR.
- Khoiriah, A. (2016). Hubungan Penambahan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Hormonal di BPM Zuniawati Palembang. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 271–276. JOUR.
- Liando, H., Kundre, R., & Bataha, Y. (2015). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Peningkatan Berat Badan Ibu Pengguna Alat Kontrasepsi Suntik DMPA (Depo Medroksi Progesteron Esetat) di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan. *JURNAL KEPERAWATAN*, 3(2). JOUR.
- Mega, & Wijayanegara, H. (2017). Mega. Jakarta Timur: CV. Trans Info Medika.
- Pratiwi, D., Syahredi, S., & Erkadius, E. (2014). Hubungan antara Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik Dmpa Dengan Peningkatan Berat Badan Di Puskesmas Lapai Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(3). JOUR.

- Purnamasari, D. (2009). Hubungan Lama Pemakaian Kb Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (Dmpa) Dengan Perubahan Berat Badan Di Bps (Bidan Praktek Swasta)“Yossi Trihana” Jogonalan Klaten. Diss, Universitas Sebelas Maret.
- Septalia, R., & Puspitasari, N. (2017). Faktor yang memengaruhi pemilihan metode kontrasepsi. *Jurnal biometrika dan kependudukan*, 5(2), 91–98. JOUR.
- Sulistyawati, A. (2013). Pelayanan Keluarga Berencana. *Jakarta: Salemba Medika*, 55–58. JOUR.