

**HUBUNGAN ANTARA SIKLUS MENSTRUASI DAN
PENINGKATAN BERAT BADAN DENGAN
PENGGUNAAN KB SUNTIK DMPA DI
TPMB FITRI DEWI**

Antika Maulida Rahayu^{1*}, Ayu Kurnia Anggraeni²
^{1, 2} Universitas Faletehan

*Email Korespondensi: rahayumaulida040@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Kontrasepsi hormonal *Depo Medroxy Progesterone Acetat* (DMPA) sangat efektif digunakan karena kegagalan penggunaannya lebih kecil. Kontrasepsi ini memiliki efektivitas yang baik tetapi memiliki beberapa efek samping. Efek samping tersebut adalah gangguan haid berupa amenorea, bercak pendarahan, perubahan siklus menstruasi dan perubahan berat badan. **Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan antara siklus menstruasi dan peningkatan berat badan dengan penggunaan KB suntik DMPA di TPMB Fitri Dewi Bogor Tahun 2023. **Metode :** menggunakan survei analitik. Penelitian dilakukan di TPMB Fitri Dewi Bogor pada 09 Agustus-September 2023. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 Akseptor KB Suntik DMPA. Variabel penelitian yaitu siklus menstruasi dan peningkatan berat badan dengan teknik *accidental sampling*. Uji analisis chi square. **Hasil :** Berdasarkan hasil penelitian penggunaan suntik KB >12 bulan sebanyak 21 orang dan penggunaan suntik KB ≤12 bulan sebanyak 9 orang. Akseptor KB suntik yang memiliki siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 17 orang dan siklus menstruasi yang teratur sebanyak 13 orang. Berat badan akseptor KB suntik mengalami

kenaikan sebanyak 22 orang dan sebanyak 8 orang tidak mengalami kenaikan berat badan. **Kesimpulan :** Hasil uji statistik menunjukkan bahwa lama penggunaan KB Suntik dengan siklus menstruasi p value $0,000 < 0,05$ dan lama penggunaan KB Suntik dengan peningkatan berat badan p value $0,003 < 0,05$, maka artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti ada hubungan lama penggunaan KB Suntik dengan siklus menstruasi dan ada hubungan lama penggunaan KB Suntik dengan peningkatan berat badan.

Kata Kunci : Kontrasepsi, DMPA, Siklus menstruasi, Peningkatan berat badan

ABSTRACT

Background : Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) hormonal contraceptives are very effective because there is less failure. This contraceptive is effective, but it has some side effects. Menstrual disturbances in the form of amenorrhea, spotting bleeding, changes in the menstrual cycle, and weight changes are among the side effects. **Research Objectives :** To determine the relationship between menstrual cycle and weight gain with the use of DMPA injectable hormonal contraceptive at TPMB Fitri Dewi Bogor in 2023” **Research Method :** This research was analytic survey research. This study was carried out at TPMB Fitri Dewi Bogor from August 9 to September 20, 2023. Sample size of this study was 30 DMPA injectable hormonal contraceptive acceptors. The research variables are the menstrual cycle and weight gain using the Accidental Sampling technique. Chi square analysis test. **Findings :** Based on the findings of the study, the use of injectable hormonal contraceptive >12 months was 21 people and the use of injectable hormonal contraceptive ≤ 12 months was 9 people. Injectable hormonal contraceptive acceptors who have irregular menstrual cycles were 17 people and regular menstrual cycles were 13 people. The weight of injectable hormonal contraceptive acceptors increased by 22 people and as many as 8 people did not experience weight gain. **Conclusion :** The results of statistical tests can be concluded that the length of use of injectable contraceptives with a menstrual cycle p value is $0.000 < 0.05$ and the duration of use of injectable contraceptives with an increase in body weight p value is $0.003 < 0.05$, which means that H_0 is rejected and H_a is accepted, meaning there is a long-term relationship The use of contraceptive injections with the menstrual cycle and there is a long-term relationship between the use of contraceptive injections and increased body weight.

Keywords : Contraception, DMPA, Menstrual cycle, Weight gain

PENDAHULUAN

KB menurut *World Health Organization* (WHO) adalah tindakan yang membantu individu atau pasangan suami-istri untuk menghindari kelahiran tidak diinginkan, mendapatkan kelahiran yang diinginkan, mengatur interval diantara kelahiran, mengontrol waktu kelahiran dalam hubungan dengan umur suami dan istri, serta menentukan jumlah anak dalam keluarga (Setyani, 2019).

Menurut hasil BKKBN pendataan keluarga tahun 2021 menunjukkan bahwa angka prevalensi Pasangan Usia Subur (PUS) peserta KB di Indonesia pada tahun 2021 sebesar 57,4%. Berdasarkan distribusi provinsi, angka prevalensi pemakaian KB tertinggi adalah Kalimantan Selatan (67,9%), kepulauan Bangka Belitung (67,5%), Bengkulu (65,5%), Sedangkan terendah adalah Papua (15,4%), Papua Barat (29,4%) dan Maluku (33,9%). Sedangkan Provinsi DKI Jakarta tidak terdata dalam data diatas dikarenakan data yang bersumber dari CARIK JAKARTA belum terintegrasikan ke dalam data hasil pendataan keluarga tahun 2021.(BKKBN, 2022).

Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021 menunjukkan bahwa sebagian besar peserta KB aktif memilih suntikan dan pil sebagai alat kontrasepsi bahkan sangat dominan lebih dari 80% dibandingkan metode lainnya : Suntikan (59,9%), Pil (15,8%), Implant (10,0%), IUD/AKDR (8,0%), Kondom (1,8%), MOW (Metode Operatif Wanita) (4,2%), MOP (Metode Operatif Pria) (0,2%), MAL (Metode Amenore Laktasi) (BKKBN, 2022).

Pola pemilihan jenis metode kontrasepsi modern pada tahun 2021 menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor memilih menggunakan suntik sebesar (59,9%), diikuti pil sebesar (15,8%). Pola ini terjadi setiap tahun, dimana peserta KB lebih banyak memilih metode kontrasepsi jangka pendek dibandingkan Metode kontrasepsi jangka panjang. Pemerintah wajib menjamin ketersediaan sarana informasi dan sarana pelayanan kesehatan reproduksi yang aman, bermutu, dan terjangkau masyarakat, termasuk keluarga berencana. (Profil Kesehatan Indonesia, 2021)

Menurut data dari Open Data Jawa Barat data jumlah PUS tahun 2021 sebanyak 9.076.478 PUS, sedangkan jumlah peserta KB aktif sebanyak 7.140.697 orang. Menurut Data Pusat Statistik Tahun 2021 persentase wanita berumur 15 – 49 tahun dan berstatus kawin yang sedang menggunakan/memakai alat KB adalah dari tahun 2016 - 2021 berkisar 57,56%. Di Kabupaten Bogor KB tertinggi masih di minati dengan KB suntik sebanyak 412.569 orang, pil sebanyak 2.777 orang, IUD sebanyak 247 orang, implan sebanyak 5419 orang, MOP/MOW sebanyak 248 orang dan kondom 133 orang (Badan Pusat Statistik, 2021).

KB suntik adalah suatu kontrasepsi hormonal dengan cara penggunaannya disuntikan secara intramuskular (IM). Ada 2 macam jenis KB suntik, yakni golongan Progestin, misalnya

Depo Provera 150 mg (disuntikan setiap 3 bulan), Depo Noristerat 200 mg (disuntikan setiap 2 bulan), dan golongan progestin dengan campuran esterogen propionat misalnya Cyclofem (disuntikan setiap 1 bulan). Jenis KB suntik tersebut memiliki berbagai efek samping antara lain dibulan pertama pemakaian terjadi mual, sakit kepala, perdarahan berupa bercak diantara masa haid dan nyeri payudara. (Musyayadah,dkk, 2021). Metode kontrasepsi berkaitan erat dengan siklus menstruasi. Siklus menstruasi rata-rata berlangsung selama dalam 24-35 hari sekali, lamanya 3–7 hari dengan jumlah darah haid $\pm$ 16 cc atau tidak lebih dari 20–60 ml, dan frekuensi ganti pembalut 2–6 kali perhari (Villa Sari, 2021). Rata-rata jumlah darah yang keluar pada pemakaian kontrasepsi hormonal biasanya lebih banyak dan bisa berdampak anemia berat (BKKBN, 2020).

Berbagai faktor mempengaruhi siklus menstruasi selain kontrasepsi hormonal adalah umur, status gizi, aktifitas fisik, dan stres (Pratiwi, 2019). Disamping dari adanya perubahan pola menstruasi yang timbul dari penggunaan kontrasepsi suntik hormonal, efek samping lain yang biasanya terjadi ialah siklus menstruasi dan 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). Kenaikan berat badan akibat penggunaan kontrasepsi suntik disebabkan refensi cairan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium dan efek metabolik hormonal meningkatkan nafsu makan (Winkjosastro, 2017).

Efek samping penggunaan kontrasepsi suntik yang utama adalah perubahan berat badan. Perubahan berat badan Akseptor KB suntik disebabkan hormon progesteron yang merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. Nafsu makan yang berlebih menyebabkan tubuh kelebihan zat gizi. Kelebihan zat gizi oleh hormon progesteron dirubah menjadi lemak dan tersimpan dibawah kulit. Perubahan berat badan akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Mansjoer, 2018).

Hal tersebut sesuai dengan Penelitian Ersu, dkk (2018) yang berjudul Hubungan penggunaan Kontrasepsi Suntik dengan perubahan Berat Badan di Puskesmas Labibia di Kota Kediri Tahun 2018 menunjukan hasil bahwa Ada Hubungan antara Penggunaan Kontrasepsi Suntik dengan Perubahan Berat Badan.

Hasil Studi pendahuluan tersebut sejalan dengan penelitian Mery Vivian, dkk (2020) yang menunjukan ada Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal dengan Siklus Menstruasi dengan analisa data menggunakan Uji *ChiSquare* yang hasil uji diperoleh *p value*=

0,003 dan $p\text{ value} = 0,01$. Saran untuk responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal yang mengandung hormon estrogen dan progesteron sebaiknya membiasakan mengatur pola makan yang seimbang sesuai dengan kebutuhan. Pada studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada Akseptor KB di TPMB F Bogor pada bulan Agustus 2023 diketahui bahwa dari 10 Akseptor Kb yang mengalami Siklus Menstruasi dan Peningkatan Berat Badan sebanyak 8 dari 10 Akseptor tersebut. Sedangkan 2 Akseptor lainnya tidak mengalami Siklus Menstruasi dan Peningkatan Berat Badan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan banyak Akseptor Suntik KB mengalami Siklus Menstruasi dan Peningkatan Berat Badan. Dari uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Antara Siklus Menstruasi dan Peningkatan Berat Badan dengan Penggunaan KB Suntik DMPA di TPMB Fitri Dewi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian survei analitik dengan menggunakan desain pendekatan teknik *accidental sampling* merupakan jenis penelitian yang menekankan bahwa waktu pengamatan variabel bebas dan variabel terikat hanya satu kali pada waktu yang bersamaan. Penelitian ini dilaksanakan di TPMB Fitri Dewi Depok pada tanggal 09 Agustus-13 September 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Akseptor KB Suntik DMPA di TPMB Fitri Dewi Depok. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 Akseptor KB Suntik DMPA. Variabel penelitian yaitu siklus menstruasi dan peningkatan berat badan dengan teknik *accidental sampling*. Untuk mengetahui hubungan antara variabel dilakukan uji *Chi-square*. Untuk mengetahui keeratan hubungannya digunakan uji *Contingency (C)*.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

Tabel 4. 1 Gambaran Penggunaan KB Suntik DMPA di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023

Penggunaan KB Suntik DMPA	N	%
>12 Bulan	21	70
≤12 Bulan	9	30
Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 30 responden yang diteliti, sebagian besar lama pemakaian suntik KB DMPA >12 bulan sebanyak 21 orang (70%) dan sebagian kecil lama pemakaian suntik KB DMPA ≤12 bulan sebanyak 9 orang (30%).

Tabel 4. 2 Gambaran Siklus Menstruasi di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023

Siklus Menstruasi	N	%
Tidak Teratur	17	56,7
Teratur	13	43,3
Total	30	100,0

Berdasarkan Tabel 4.2 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden yang diteliti, lebih banyak akseptor KB suntik yang memiliki siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 17 orang (56,7%) dibandingkan dengan siklus menstruasi yang teratur sebanyak 13 orang (43,3%).

Tabel 4. 3 Gambaran Peningkatan Berat Badan di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023

Berat Badan	N	%
Naik	22	73,3
Tidak Naik	8	26,7
Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 30 responden yang diteliti, sebagian besar berat badan akseptor KB suntik DMPA mengalami kenaikan sebanyak 22 orang (73,3%) dan sebanyak 8 orang (26,7%) tidak mengalami kenaikan berat badan selama menggunakan KB suntik DMPA.

Analisis Bivariat

Tabel 4. 4 Hubungan Penggunaan KB Suntik DMPA dengan Siklus Menstruasi di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023

Penggunaan Suntik KB DMPA	Siklus Menstruasi						p- value
	Tidak		Teratur		Total		
	Teratur						
	<u>n</u>	<u>%</u>	<u>n</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	
>12 Bulan	17	11,9	4	9,1	21	100	0,00
≤12 Bulan	0	5,1	9	3,9	9	100	

Berdasarkan tabel 4.4 di atas menunjukkan bahwa akseptor KB yang memiliki siklus menstruasi tidak teratur dengan penggunaan suntik KB DMPA >12 bulan sebanyak 17 orang (11,9%) dan penggunaan suntik KB DMPA ≤12 bulan sebanyak 0 orang (5,1%), sedangkan akseptor KB yang memiliki siklus menstruasi teratur dengan penggunaan suntik KB DMPA >12 bulan sebanyak 4 orang (9,1%) dan penggunaan suntik KB DMPA ≤12 bulan sebanyak 9 orang (3,9%). Hasil analisis menggunakan uji *chi square* diperoleh nilai p value sebesar 0,00 lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan penggunaan suntik KB DMPA dengan siklus menstruasi di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023.

Tabel 4. 5 Hubungan Penggunaan KB Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023

Penggunaan Suntik KB	<u>Berat Badan</u>						p- value
	Naik	Tidak Naik		Total			
		n	%	N	%	N	
>12 Bulan	19	15,4	2	5,6	21	100	0,003
≤12 Bulan	3	6,6	6	2,4	9	100	

Berdasarkan tabel 4.5 di atas menunjukkan bahwa akseptor KB yang mengalami kenaikan berat badan dengan penggunaan suntik KB DMPA >12 bulan sebanyak 19 orang (15,4%) dan penggunaan suntik KB DMPA ≤12 bulan sebanyak 3 orang (6,6%), sedangkan akseptor KB yang tidak mengalami kenaikan berat badan dengan penggunaan suntik KB DMPA >12 bulan sebanyak 2 orang (5,6%) dan penggunaan suntik KB DMPA ≤12 bulan sebanyak 6 orang (2,4%). Hasil analisis menggunakan *uji chi square* diperoleh nilai p value sebesar 0,003 lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan penggunaan suntik KB dengan berat badan di PTMB Fitri Dewi Kabupaten Tahun 2023.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui dari 30 responden yang diteliti, sebagian besar penggunaan suntik KB DMPA >12 bulan sebanyak 21 orang (70%) dan sebagian kecil lama pemakaian suntik KB DMPA ≤12 bulan sebanyak 9 orang (30 %). Kelebihan kontrasepsi suntik antara lain sangat efektif, pencegahan kehamilan jangka panjang, tidak berpengaruh pada hubungan suami istri, tidak mengandung estrogen sehingga tidak berdampak serius terhadap penyakit jantung dan gangguan pembekuan darah, tidak memiliki pengaruh terhadap ASI, sedikit efek samping, serta klien tidak perlu menyimpan obat suntik. Kekurangan kontrasepsi suntik antara lain sering ditemukan gangguan haid seperti, siklus haid yang memendek atau memanjang, perdarahan yang banyak atau sedikit, perdarahan tidak teratur atau bercak (spooting) dan tidak haid sama sekali (amenore), klien sangat tergantung pada sarana pelayanan kesehatan (harus kembali suntik), tidak dihentikan sewaktu-waktu sebelum suntikan sebelumnya, permasalahan berat badan merupakan efek samping sebelumnya, tidak terjamin perlindungan terhadap penularan infeksi menular seksual, virus hepatitis B, atau infeksi Virus HIV, terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian, terlambatnya kembali kesuburan bukan karena terjadinya kerusakan atau kelainan organ genitalia, melainkan karena habisnya pelepasan obat suntikan dari tempat suntikan, serta pada pengguna jangka panjang dapat menimbulkan kekeringan vagina, menurunkan libido, gangguan emosi (jarang), sakit kepala, nervositas, jerawat. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Munayarokh (2014) dengan judul hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA dengan gangguan menstruasi di BPM Mariyah Nurlaili Rambe Anak Mungkid yaitu didapatkan dari 70 responden, lama pemakaian > 1 tahun sebanyak 56 reponden (80 %) dan ≤ 1 tahun sebanyak 14 responden (20 %).

Penggunaan KB suntik dalam jangka panjang akan memberikan efek samping. Beberapa efek samping yang dapat dirasakan oleh akseptor KB suntik antara lain gangguan haid, berat badan bertambah, sering mengalami sakit kepala, serta akan berefek pada sistem kardiovaskuler. Namun, tidak semua akseptor KB suntik akan merasakan efek samping tersebut. Akseptor yang menggunakan KB suntik selama >12 bulan lebih banyak karena responden sudah merasa nyaman memakai alat kontrasepsi KB suntik dan akseptor tidak merasa terganggu dengan efek samping yang dialami. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden yang diteliti, lebih banyak akseptor KB suntik yang memiliki siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 17 orang (56,7%) dibandingkan dengan siklus menstruasi yang teratur sebanyak 13 orang (43,3%).

Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode selanjutnya, sedangkan panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Kusmiron (2019) mengatakan penelitian mengenai faktor risiko dari variabilitas siklus haid antara lain berat badan, aktivitas fisik, stress, diet, kondisi kerja, gangguan endrokin, gangguan perdarahan, serta usia. Siklus menstruasi dikatakan teratur apabila berlangsung selama 21 - 35 hari dan dikatakan tidak teratur apabila berlangsung <21 hari atau >35 hari. Banyak penyebab kenapa siklus menstruasi menjadi panjang atau pendek. Hal ini disebabkan. Fungsi hormon terganggu (menstruasi terkait erat dengan sistem hormon yang diatur di otak, tepatnya di kelenjar hipofisa. Sistem hormonal ini akan mengirim sinyal ke indung telur untuk memproduksi sel telur, bila sistem pengaturan ini terganggu, otomatis siklus menstruasi pun akan terganggu), kelainan sistemik, stress, dan kelenjar Gondok (Atikah, 2009).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur Hidayatun dengan Judul “Hubungan Lama Penggunaan KB Suntik Progestin Dengan Kejadian Gangguan Siklus Menstruasi Pada Akseptor KB Suntik Progestin di BPM Widyawati Bantul Tahun 2017” menyatakan bahwa dari 130 responden menunjukkan sebagian besar responden yang mengalami gangguan menstruasi Amenorea sebanyak 77 orang (59,2%), yang mengalami polimenorea sebanyak 3 orang (2,3%) dan yang mengalami Oligomenorea sebanyak 50 orang (38,5%) (Nur Hidayatun, 2017).

Menurut peneliti, pada pemakaian >12 bulan atau ≤12 bulan, siklus menstruasi bisa menjadi teratur ataupun tidak teratur. Setiap wanita memiliki mekanisme pembentukan dan keseimbangan hormonal masing-masing. Sistem hormonal yang dimiliki wanita berbeda-beda. Ada yang mempunyai kadar hormon tinggi dan mempunyai kadar

hormone rendah. Oleh karena itu, KB suntik dapat menyebabkan kelebihan hormonal dan dapat pula menyebabkan kekurangan hormonal.

Berdasarkan hasil penelitian dari 30 responden yang diteliti, sebagian besar berat badan akseptor KB suntik mengalami kenaikan sebanyak 22 orang (73,3%) dan sebanyak 8 orang (26,7%) tidak mengalami kenaikan berat badan selama menggunakan KB suntik. Menurut teori, berat badan adalah pengukuran antropometri yang paling sering digunakan meskipun sering terjadi kesalahan dalam pengukuran. Berat badan mencerminkan jumlah protein, lemak, air, dan massa mineral tulang. Pada orang dewasa terdapat peningkatan jumlah lemak sehubungan dengan umur dan terjadi penurunan protein otot (Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat, 2018).

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 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 hormon progesteron dirubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Hartanto, 2019).

Hasil analisis menggunakan uji *chi square* diperoleh ada hubungan penggunaan suntik KB dengan siklus menstruasi di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023, hal ini dapat dilihat dari nilai probabilitas *value* yang diperoleh sebesar 0,000 kurang dari 0,05. Kemudian dari hasil distribusi silang diketahui bahwa akseptor KB yang memiliki siklus menstruasi tidak teratur dengan penggunaan suntik KB >12 bulan sebanyak 17 orang (56,7%) dan lama pemakaian suntik KB ≤12 bulan sebanyak 13 orang (43,3%), sedangkan akseptor KB yang memiliki siklus menstruasi teratur dengan penggunaan suntik KB >12 bulan sebanyak 21 orang (70,0%) dan penggunaan suntik KB ≤12 bulan sebanyak 9 orang (30,0%).

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).

Sejalan dengan penelitian Jannati (2015) tentang hubungan lama pemakaian alat kontrasepsi suntikan dengan gangguan siklus menstruasi pada akseptor KB di Puskesmas Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar Tahun 2015 dengan metodologi penelitian ini bersifat analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*, dengan populasi yang berjumlah 121 orang. Sampel diambil menggunakan rumus lameshow mendapatkan sebanyak 92 sampel. Hasil Penelitian Terdapat hubungan antara lama pemakaian alat kontrasepsi suntikan dengan gangguan siklus menstruasi di Puskesmas Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar Tahun 2015 nilai $P\ value = 0,001$ ($p < 0.05$).

Hasil analisis menggunakan uji *chi square* diperoleh ada hubungan penggunaan suntik KB dengan berat badan di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023, hal ini dapat dilihat dari nilai probabilitas *value* yang diperoleh sebesar 0,003 kurang dari 0,05. Kemudian dari hasil distribusi silang diketahui bahwa akseptor KB yang mengalami kenaikan berat badan dengan penggunaan suntik KB >12 bulan sebanyak 21 orang (70,0%) dan penggunaan suntik KB ≤ 12 bulan sebanyak 9 orang (30,0%), sedangkan akseptor KB yang tidak mengalami kenaikan berat badan dengan penggunaan suntik KB >12 bulan sebanyak 21 orang (70,0%) dan penggunaan suntik KB ≤ 12 bulan sebanyak 9 orang (30,0%). 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 biasaya. 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, 2019). Sedangkan akibat dari pemakaian hormon estrogen ialah retensi cairan yang disebabkan oleh kurangnya pengeluaran air dan natrium sehingga dapat meningkatkan berat badan. Penggunaan KB suntik dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kegemukan sehingga mengalami gangguan sistemik metabolik karena sistem metabolisme dalam tubuhnya tidak bekerja dengan baik (Marbun, 2018).

Sejalan dengan penelitian Darmawati tahun 2012 yang berjudul hubungan lama penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi hormonal di Desa Batoh Tahun 2012. Tujuan penelitian ini untuk

mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan. Penelitian ini merupakan deskriptif kolerasional dengan desain cross sectional. Teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling dengan jumlah sampel 54 responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan penimbangan berat badan. Hasil analisa data dengan menggunakan *uji Chi Square* didapatkan bahwa ada hubungan antara penggunaan kontrasepsi suntikan dengan kenaikan berat badan ($p\text{-value} = 0,000$) dan ada hubungan antara penggunaan kontrasepsi pil/implant dengan kenaikan berat badan ($p\text{-value} = 0,006$).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan “ Hubungan Siklus Menstruasi dan Peningkatan Berat Badan dengan Penggunaan KB Suntik DMPA di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023” penelitian menyimpulkan distribusi frekuensi penggunaan KB Suntik DMPA di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023 berdasarkan 30 responden akseptor KB DMPA, menunjukkan bahwa dari 30 responden yang diteliti, sebagian besar penggunaan suntik KB DMPA >12 bulan sebanyak 21 orang (70%) dan sebagian kecil penggunaan suntik KB DMPA ≤ 12 bulan sebanyak 9 orang (30%). Adapun Distribusi frekuensi Siklus Menstruasi Pada Akseptor KB DMPA di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023, menunjukkan bahwa dari 30 responden yang diteliti, lebih banyak akseptor KB Suntik DMPA yang memiliki siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 17 orang (56,7%) dibandingkan dengan siklus menstruasi yang teratur sebanyak 13 orang (43,3%). Ada hubungan lama penggunaan KB Suntik DMPA dengan siklus menstruasi di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023. Ada hubungan lama penggunaan KB Suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di PTMB Fitri Dewi Tahun 2023. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi kepada tenaga kesehatan atau instansi kesehatan lainnya sebagai salah satu bekal dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan khususnya tentang penggunaan kb suntik dmpa dengan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan. Dan bagi peneliti selanjutnya diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan variabel yang berbeda dengan variabel penelitian yang lebih kompleks dan terstruktur agar lebih mudah mengetahui dan memahami lama penggunaan KB Suntik DMPA, serta dapat memberikan cara pencegahan dan menanganinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Munayarokh, Triwibowo, M., & Rizkilillah, Z. D. M. 2014. Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik DMPA dengan Gangguan Menstruasi di BPM Mariyah Nurlaili Rambe Anak Mungkid Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan*, 3(6), 50– 56.
- Kusmiran, E. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta Selatan : Salemba Media.
- Nur Hidayatun. 2017. Hubungan Lama Penggunaan Suntik Progestin dengan Kejadian gangguan siklus Menstruasi Pada Akseptor KB Suntik Progestin di BPM Widyawanti Bantul. Universitas Aisyah Yogyakarta.
- Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat, 2010. *Gizi dan kesehatan masyarakat*. Universitas Indonesia.
- Hartanto, 2009. *Keluarga berencana dan kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Darmawati & Zahari F. 2012. Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Hormonal Di Desa Batoh Tahun 2012. *Jurnal Ilmu Keperawatan*.
- Nadya E, Khotimah S. 2022. 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. 2019. Hubungan Depo Medroksi Progesterone Acetat (DMPA) dengan ketidakaturan siklus haid pada pengguna akseptor kb suntik 3 bulan di bpm nurhasanah kota bandar lampung. *Jurnal Kebidanan*. 2019;3(4):178–83.
- Jannati. 2015. Hubungan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntikan Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Akseptor KB Di Puskesmas Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar.