

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kontrasepsi adalah metode untuk mencegah suatu kehamilan. KB suntik 3 bulan adalah kontrasepsi yang diberikan setiap 3 bulan dengan cara suntik intramuskular. Kontrasepsi suntik merupakan salah satu kontrasepsi yang populer di Indonesia dan telah menjadi bagian gerakan Keluarga Berencana Nasional. Tingginya minat pemakai kontrasepsi suntik karena terbukti aman, sederhana, efektif, tidak menimbulkan gangguan dan dapat dipakai pada saat pasca persalinan. Jenis kontrasepsi suntik 3 bulan atau DMPA (Depo Medroxy Progesterone Asetat) yang paling banyak diminati ibu-ibu. Namun demikian, DMPA memiliki beberapa efek samping seperti gangguan pola menstruasi atau amenorhea dan muncul bercak (*spotting*), terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian penggunaan, dan perubahan berat badan (Sulistyawati, 2012). Perubahan berat badan yang sering dikeluhkan yaitu peningkatan berat badan. Dalam penelitian Pratiwi (2014), sebagian besar pengguna DMPA mengalami peningkatan berat badan sebesar 5% dalam 6 bulan pertama (Barclay L, 2009). Penelitian Barenson dan Rahman pada tahun 2009 menyimpulkan bahwa selama 36 bulan, pengguna DMPA mengalami peningkatan berat badan sebanyak 5,1 kg. Hal itu disebabkan karena DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya (Hartanto, 2010). Namun demikian, Hasan, et al (2013) mengemukakan dalam penelitiannya bahwa

tidak terdapat hubungan antara kontrasepsi hormonal dengan obesitas. Hal itu mungkin karena dipengaruhi oleh tingkat pendidikan yang cukup tinggi dan pekerjaan dalam hal ini sebagai rumah tangga yang beraktivitas cukup tinggi. Dalam Speroff (2005) penelitian tentang DMPA memiliki hasil yang campuran, beberapa tidak menemukan peningkatan berat badan, dan penelitian lain menemukan peningkatan tetapi kecil (misal, sekitar 4kg lebih dalam 5 tahun, dan 11 kg lebih dalam 10 tahun). DMPA tidak memiliki efek pada asupan makanan, pengeluaran energi, atau berat badan. Seperti kontrasepsi oral, berat badan mungkin tidak dikarenakan hormon tetapi mencerminkan gaya hidup dan penuaan.

Berdasarkan data yang di peroleh peserta KB secara nasional sampai bulan Agustus 2013 sebanyak 5.547.543 peserta dan mayoritas menggunakan kontrasepsi suntik yaitu 49,55% (2.748.777) peserta. Di Jawa Timur KB suntik merupakan kontrasepsi yang paling populer dan penggunaanya mencapai 48,0% (2.750.247) peserta (BKKBN, 2013). Pencapaian peserta KB aktif semua metode kontrasepsi di Kabupaten Kediri pada tahun 2013 di dapatkan data sebagai berikut, peserta KB MOW/MOP 4,34%, IUD/Spiral 8,02%, Suntik 56,40%, Implant 5,20%, Pil 24,07%, Kondom 0,37%, dan traditional methode 1,60% (BPS Prov. Jatim, 2013). Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa metode kontrasepsi suntik merupakan salah satu metode kontrasepsi yang memberikan andil cukup besar dalam program KB. Terutama di kabupaten Kediri tepatnya di BPM Ny. Wiwik Sugiarti yang terletak di Kecamatan Pare pengguna kontrasepsi suntik sebesar 180 peserta.

Menurut Ny. Wiwik Sugiarti akseptor paling banyak yaitu pengguna KB suntik 3 bulan dibandingkan dengan kontrasepsi lainnya.

Semua jenis kontrasepsi memiliki kelebihan dan kekurangan. Kekurangan dari kontrasepsi DMPA ini yang paling menonjol yaitu perubahan berat badan. Sebuah penelitian melaporkan peningkatan berat badan lebih dari 2,3 kilogram pada tahun pertama pemakaian dan selanjutnya meningkat hingga mencapai 7,5 kg selama enam tahun (Varney, 2007). Hal ini disebabkan karena DMPA mengandung hormon progesteron yang mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah. Progesteron juga menyebabkan penurunan aktivitas fisik (Sulistyawati A, 2012). Hal ini sebabkan karena makanan yang di makan oleh akseptor dengan cepat dirubah oleh progesteron menjadi lemak, sementara aktivitas tubuh menurun sehingga tidak terjadi proses pembakaran.

Sebelum akseptor menerima suntikan pertama sebaiknya tenaga kesehatan yang bersangkutan seperti dokter, bidan dan perawat menjelaskan dahulu cara kerja kontrasepsi, apa saja efek samping, indikasi dan kontra indikasi serta diadakan KIE (Konseling, Informasi dan Edukasi) setiap akseptor kembali untuk melakukan suntik berikutnya. Sebaiknya akseptor kontrasepsi suntik terlebih yang mengalami perubahan berat badan baik peningkatan ataupun penurunan berat badan dianjurkan untuk melakukan diet. Peningkatan berat badan dapat dilakukan dengan diet rendah kalori dan olah raga yang proporsional untuk menjaga berat badannya tetapi sebaliknya, jika berat badan mengalami penurunan maka dianjurkan untuk melakukan diet tinggi protein dan kalori, serta olah raga secara teratur. Menurunkan berat

badan dapat dilakukan dengan cara menghitung masukan kalori per hari, keseimbangan energi, melakukan aktivitas dan perubahan gaya hidup. Aktivitas disini misalnya, latihan kebugaran aerobik. Hal ini juga harus diimbangi dengan mengubah gaya hidup seperti mengurangi konsumsi makanan berlemak dan tinggi protein serta tidak menggunakan mesin jika mampu melakukan aktivitas tanpa mesin. Contohnya, membersihkan kotoran/debu memakai sapu. Menambah berat badan dapat dilakukan dengan cara menambah 750 kalori pada saat olah raga dan 250 kalori tambahan pada saat tidak melakukan olah raga. Kalori tambahan sebagian besar dari makanan lemak rendah, protein tinggi (daging tanpa lemak, produk susu rendah lemak, dan kacang). Dari uraian tersebut diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui “Hubungan lama pemakaian KB suntik 3 bulan (DMPA) dengan perubahan berat badan pada akseptor di BPM Ny. Wiwik Sugiarti Pare Kediri”.

1.2 Rumusan Masalah

“Apakah ada hubungan lama pemakaian KB suntik 3 bulan (DMPA) dengan perubahan berat badan pada akseptor di BPM Ny. Wiwik Sugiarti Pare Kediri”?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan lama pemakaian KB suntik 3 bulan (DMPA) dengan perubahan berat badan akseptor di BPM Ny. Wiwik Sugiarti Pare Kediri.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan (DMPA) di BPM Ny. Wiwik Sugiarti Pare Kediri.
2. Mengidentifikasi perubahan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan (DMPA) di BPM Ny. Wiwik Sugiarti Pare Kediri.
3. Menganalisis hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan pada akseptor di BPM Ny. Wiwik Sugiarti Pare Kediri.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dalam penggunaan kontrasepsi bagi institusi terkait seperti dokter, bidan dan perawat sebelum memberikan suntikan pertama pada akseptor supaya menjelaskan efek samping, indikasi dan kontraindikasi dan cara mengatasi.

2. Bagi Masyarakat

- a. Sebagai dasar motivasi dan informasi kepada masyarakat dalam pemilihan dan penggunaan alat kontrasepsi suntik yang tepat bagi kondisi yang sesuai pada setiap individunya.
- b. Agar masyarakat dapat memahami indikasi ataupun kontraindikasi alat kontrasepsi suntik 3 bulan sehingga masyarakat dapat memilih, dan menghadapi setiap efek samping yang terjadi dengan tenang dan tanpa khawatir.