

HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK DENGAN TEKANAN DARAH DAN BERAT BADAN PADA WANITA USIA SUBUR

by Fathiya Luthfil Yumni

Submission date: 04-Aug-2023 08:53AM (UTC+0700)

Submission ID: 2141057539

File name: 19709-47277-1-SM.pdf (697.74K)

Word count: 5154

Character count: 30991



HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK DENGAN TEKANAN DARAH DAN BERAT BADAN PADA WANITA USIA SUBUR

Fathiya Luthfil Yumni¹, Supatmi^{2*}, Sefni Tanti Ferawati³

^{1,2,3}Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

INFORMASI

Korespondensi:
fathiya@i2dot.net



Keywords: Injectable Contraception, Blood Pressure, Weight

ABSTRACT

Objective: The purpose of this study was to analyze the relationship between injecting contraceptive use and blood pressure and body weight in women of childbearing age.

Methods: The design of this research is analytic correlation research using the Cross-sectional method. With a population of 47 injecting family planning acceptors and a sample of 42 respondents using a simple random sampling technique. With the independent variables of injection contraceptive use and the dependent variables of blood pressure and body weight. Instruments used in this study were questionnaires and observation sheets, using the chi-square test.

Results: The results of the Chi-Square test between the type of injecting birth control and blood pressure obtained a calculated Chi-Square test value of 6,881 with a significant value of ($p = 0.032$) there was a significant relationship between the type of injecting birth control and blood pressure. The results of the Chi-Square test between the type of injecting birth control and body weight obtained a calculated Chi-Square test value of 10,521 with a significant value of ($p = 0.015$), there was a significant relationship between the type of injecting birth control and body weight.

Conclusion: The choice of injectable birth control needs to be reconsidered regarding the side effects of use if it is used long term for a later date.

PENDAHULUAN

Kontrasepsi suntik termasuk salah satu jenis kontrasepsi hormonal yang memiliki kelebihan dan kekurangan serta efek samping. Salah satu efek samping kontrasepsi suntik tersering adalah naiknya tekanan darah dan berat badan (Widyaningsih & Isfaizah, 2020). Perubahan tekanan darah dan berat badan pada akseptor KB suntik menjadi suatu masalah bagi kesehatan karena kandungan hormone tetis dalam KB suntik tersebut. Jika digunakan dalam jangka waktu lama akan memberikan efek samping yang kurang baik bagi kesehatan, kenaikan tekanan darah memiliki presentase yang tidak terlalu besar namun perlu adanya perhatian khusus agar tidak memberi efek yang fatal dan peningkatan berat badan yang tidak sampai terjadi obesitas (berlebih) (Sartika et al., 2021).

Data World Health Organization (WHO) jika dibandingkan Negara ASEAN, penggunaan alat kontrasepsi di Indonesia 61% sudah melebihi rata-rata ASEAN (58,1%), Namun masih rendah dibandingkan Vietnam (78%), Kamboja (79%) dan Thailand (80%). Dengan jumlah wanita usia subur Indonesia 15 juta orang (Sartika et al., 2021). Pemilihan metode kontrasepsi KB yang dominasi adalah non MKJP/non metode kontrasepsi jangka panjang yaitu metode suntik 56,86% dan metode pil 17,21% (Dinkes Jawa Timur, 2021, p. 42). Menurut Dinkes Kabupaten Lamongan (2021) jumlah pasangan usia subur (PUS) tahun 2020 sebanyak 202.195 orang. Dengan akseptor Kontrasepsi suntik aktif di wilayah Kecamatan Laren Kabupaten Lamongan sejumlah 2965 orang dari jumlah 5815 orang (Pusat Statistik, 2022).

Beberapa keluhan akseptor KB suntik di puskesmas Lamongan, yaitu: peningkatan berat badan 60 orang (1,05%), spotting 15 orang (0,26%), dan perubahan tekanan darah 20 orang (0,35%) (Susila, 2021). Rasio prevalensi akseptor KB suntik dengan hasil sebesar 2,93% memiliki arti KB suntik merupakan faktor resiko peningkatan tekanan darah dibanding kontrasepsi IUD (intra uterine device) non hormonal (Cahyo, 2019). Dalam penelitian Fatmasari (2018), hipertensi sebagian besar terjadi pada akseptor KB hormonal dalam jangka waktu >5 tahun (62,8%) dan <5 tahun (35,1%), terjadi karena peningkatan volume plasma darah disebabkan oleh aktivitas renin-angiotensin aldosteron (Widyaningsih & Isfaizah, 2020). Menurut penelitian Bereson dan

Rahman (2009), selama 36 bulan akseptor KB suntik mengalami peningkatan berat badan 5,1 kg, lemak tubuh 3 kg dan presentase lemak tubuh 3,4%. Rata-rata akseptor KB suntik mengalami peningkatan dalam 1 tahun >0-1 kg (47%) berat badan sebelumnya dan sesudah penggunaan 54,4 kg – 58,1 kg (Yuliasuti et al., 2020). Berdasarkan hasil survey lapangan pada tanggal 11 Mei 2022, terdapat kurang lebih 47 akseptor KB yang telah melakukan KB suntik di Praktik Bidan Mandiri (PBM) Yulia, Amd.Keb Desa Bulubrangi, Kecamatan Laren, Lamongan.

Kontrasepsi suntik dibedakan menjadi dua macam yaitu, suntik kombinasi dan suntik progesteron. Keuntungan dari KB suntik sangat efektif, pencegahan jangka waktu panjang, tidak berpengaruh hubungan suami istri dan aman. Namun KB suntik juga memiliki efek samping yaitu gangguan hormonal, gangguan haid, permasalahan berat badan, penurunan libido, sakit kepala, hipertensi, stroke, penumpukan kolesterol akibat timbulnya lemak (Rakhmawati, 2020). Kontrasepsi suntik progesteron terjadi akibat perubahan lipid serum pada jangka panjang, terjadi penurunan kadar High Density Lipoprotein-Kolesterol (HDL-Kolesterol) yang meningkatkan tekanan darah (Handayani & Yulaikah, 2017). Kandungan kontrasepsi suntik kombinasi menyebabkan peningkatan tekanan darah yang dihubungkan dengan hipertrofi jantung dan peningkatan pada respon presor angiotensin II melibatkan jalur RAS (renin angiotensin system) (Cahyo, 2019).

Stimulating Hormone (perangsang folikel) dan progesteron sintetik menghambat sekresi Luteinizing Hormone (hormon luteinisasi), jika terjadi ketidakseimbangan pada hormon maka memacu gangguan pembuluh darah. Estrogen meningkatkan retensi elektrolit pada ginjal, mengakibatkan peningkatan reabsorpsi natrium dan air sehingga dapat menyebabkan hipervolemia, curah jantung meningkat dan tekanan darah meningkat (Elsera et al., 2020). Penggunaan progesteron jangka panjang bisa menyebabkan berat badan naik karena perubahan anabolik dan stimulasi nafsu makan, hipotalamus sistem yang terkontrol dapat mempengaruhi penyerapan makanan dan merangsang nafsu makan naik (Yuliasuti et al., 2020). Kenaikan berat badan disebabkan hormon progesteron yang mempermudah karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak di bawah kulit

bertambah, selain itu menyebabkan nafsu makan bertambah serta aktivitas fisik menurun (Raidanti & Wahidin, 2021, p.27).

Tekanan darah terus meningkat secara bertahap dan tidak akan menetap. Resiko kenaikan tekanan darah berpengaruh dengan bertambahnya umur, lama pemakaian dan kenaikan berat badan (Widyaningsih & Isfaizah, 2020). KB suntik memiliki dampak bagi kesehatan, terjadinya peningkatan tekanan darah hingga hipertensi dan peningkatan berat badan secara terus menerus (Handayani & Yulaikah, 2017). Hipertensi atau kenaikan tekanan darah dapat dikurangi dengan tindakan maupun terapi farmakologi dan nonfarmakologi, salah satunya edukasi diet rendah garam serta observasi setiap kunjungan (Elsera et al., 2020). Upaya dalam mengatasi berat badan dengan observasi, melakukan penimbangan setiap kunjungan. Untuk memperkecil resiko peningkatan berat badan dengan edukasi diet rendah kalori, mengurangi konsumsi lemak dan perbanyak konsumsi protein serta serat (Susila, 2021).

23 Berdasarkan faktor resiko peningkatan tekanan darah dan kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik serta adanya pengaruh penggunaan suntik progesteron maupun suntik kombinasi, maka perlu adanya observasi agar tidak menjadi komplikasi. Dari latar belakang, peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul : “Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik dengan Tekanan Darah dan Berat Badan pada Wanita Usia Subur”.

METODE

Penelitian ini menggunakan Analitik Corelation dengan menggunakan pendekatan Cross Sectional yaitu ingin mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi suntik dengan tekanan darah dan berat badan pada wanita usia subur. Penelitian ini dilakukan dengan satu kali pengambilan data yang kemudian data tersebut dikumpulkan dalam cacatan lembar observasi dan akan dinilai secara bersamaan tanpa memberikan intervensi lanjutan. Tujuan penelitian ini adalah menganalisa hubungan penggunaan kontrasepsi suntik dengan tekanan darah dan berat badan pada wanita usia subur. Populasi sebanyak 47 responden. Sampling yang digunakan pada penelitian 28 adalah Simple Random Sampling dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 42 responden yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi sebagai berikut : 1) wanita usia subur yang menggunakan

17 KB Suntik 17 bulan maupun 3 bulan ; 2) menggunakan kontrasepsi suntik lebih dari 1 tahun ; 3) bersedia menjadi responden ; 4) kooperatif.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner dan observasi/pengukuran tekanan darah dan berat badan. Kuesioner dalam penelitian ini adalah kuisoner menggunakan KB suntik, kuesioner pengukuran tekanan darah dan kuesioner pengukuran berat badan. Kuesioner penggunaan KB suntik terdiri dari pertanyaan jenis pemilihan KB suntik Progesteron atau KB suntik kombinasi, serta berapa lama penggunaan KB suntik, keluhan dan adanya jenis keluhan, waktu kunjung. Perhitungan skor terdiri dari 2 kategori antara lain : 1=satu bulan ; 2=tiga bulan. Kuesioner pengukuran tekanan darah berdasarkan nilai sistol dan nilai diastol. Perhitungan skor terdiri dari 3 kategori antara lain : 1= normal <120/<80 mmHg ; 2= prehipertensi 120-139/80-89 mmHg ; 3= hipertensi>140 / > 100 mmHg. Kuesioner pengukuran berat badan berdasarkan dengan satuan Kg. Perhitungan skor terdiri dari 4 kategori antara lain : 1= kurang <18,5 ; 2= Normal 18,5-22,9 ; 3 = resiko obesitas 23-24,9 ; 4 = Obesitas 25- ≥ 30.

HASIL

1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022.

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan umur

No	Umur	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Remaja akhir (17-25 tahun)	2	4.8%
2	Dewasa awal (26-35 tahun)	25	59.5%
3	Dewasa akhir (36-45 tahun)	10	23.8%
4	Lansia awal (> 45 tahun)	5	11.9%
Total		42	100%

Sumber : Data Primer 2022 (diolah)

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil usia responden terbanyak pada umur 26-35 tahun

sebanyak 25 responden (59.5%), sedangkan yang paling sedikit pada umur ≤ 25 tahun sebanyak 2 responden (4.8%).

2. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pendidikan di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022.

Table 2 Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	SMP	2	4.8%
2	SMA	33	78.6%
3	D3	5	2.4%
4	S1	6	14.3%
Total		42	100%

Sumber : Data Primer 2022(diolah)

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil pendidikan responden terbanyak pada SMA sebanyak 33 responden (78.6%), sedangkan paling sedikit jenjang D3 sebanyak 1 responden (2.4%).

3. Karakteristik responden berdasarkan agama

Berdasarkan Berdasarkan dari hasil survey dan observasi yang telah dilakukan, diperoleh mayoritas agama responden seluruhnya beragama Islam sebanyak 42 responden (100%).

4. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022.

Table 3 Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

No	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Ibu rumah tangga	30	71.4%
2	Guru	4	9.5%
3	Pedagang	5	11.9%
4	Petani	8	7.1%
Total		42	100%

Sumber : Data Primer 2022(diolah)

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil pekerjaan responden terbanyak ialah ibu rumah tangga sebanyak 30 responden (71.4%) , sedangkan yang paling sedikit ialah petani sebanyak 3 responden (7.1%).

5. Karakteristik responden berdasarkan riwayat hipertensi

responden berdasarkan riwayat hipertensi di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022.

Table 4 Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

No	Riwayat hipertensi	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Ada	11	26.2%
2	Tidak ada	31	73.8%
Total		42	100%

Sumber : Data Primer 2022(diolah)

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil riwayat hipertensi banyak tidak memiliki riwayat hipertensi sebanyak 31 responden (73.8%), sedangkan yang memiliki adanya riwayat hipertensi sebanyak 11 responden (26.2%).

6. Karakteristik responden berdasarkan riwayat berat badan sebelum menjadi akseptor KB Suntik

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan riwayat berat badan sebelum menjadi akseptor KB suntik di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli- 3 agustus 2022.

Table 5 Karakteristik responden berdasarkan riwayat berat badan sebelum menjadi akseptor KB Suntik

No	Riwayat Berat Badan sebelum	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Ada	9	21.4%
2	Tidak ada	33	78.6%
Total		42	100%

Sumber : Data Primer 2022(diolah)

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil riwayat berat badan sebelum menjadi akseptor KB suntik

terbanyak tidak memiliki riwayat berat badan sebelum sebanyak 33 responden (78,6%), sedangkan yang memiliki adanya riwayat berat badan sebelum menjadi akseptor sebanyak 9 responden (21.4%).

7. Identifikasi responden berdasarkan jenis KB suntik

Berdasarkan Karakteristik responden berdasarkan jenis KB suntik di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022.

No	Jenis KB	Frekuensi (f)	Presentase (%)
	Suntik		
1	1 bulan	24	57.1%
2	3 bulan	18	42.9%
	Total	42	100%

Sumber : Data Primer 2022(diolah)

Berdasarkan tabel diatas karakteristik jenis KB suntik terbanyak diperoleh 24 responden (57.1%) memilih KB suntik 1 bulan dan 18 responden (42.9%) memilih KB Suntik 3 bulan.

8. Identifikasi responden berdasarkan kunjungan akseptor KB suntik

Karakteristik responden berdasarkan kunjungan Akseptor KB suntik di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022.

No	Kunjungan akseptor KB suntik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Rutin	28	66.7%
2	Tidak rutin	14	33.3%
	Total	42	100%

Sumber : Data Primer 2022(diolah)

Berdasarkan tabel diatas karakteristik rutin penggunaan KB suntik diperoleh sebanyak 28 responden (66.7%) rutin menggunakan KB suntik dan 14 responden (33.3%) tidak rutin menggunakan KB suntik.

9. Identifikasi responden berdasarkan lama pemakaian KB suntik

Karakteristik responden berdasarkan lama pemakaian KB suntik di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022.

No	Lama pemakaian KB suntik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	1-3 tahun	25	59.5%
2	3-5 tahun	8	19%
3	>5 tahun	9	21.4%
	Total	42	100%

Sumber : Data Primer 2022(diolah)

Berdasarkan tabel diatas karakteristik lama pemakaian KB suntik di peroleh sebanyak 25 responden (59.5%) telah menggunakan KB suntik selama 1-3 tahun, 8 responden (19%) telah menggunakan KB suntik selama 3-5 tahun dan 9 responden(21.4%) telah menggunakan KB suntik selama > 5 tahun.

10. Identifikasi responden berdasarkan keluhan

Karakteristik responden berdasarkan keluhan di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022.

No	Keluhan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Ada	23	54.8%
2	Tidak	19	45.2%
	Total	42	100%

Sumber : Data Primer 2022(diolah)

Berdasarkan tabel diatas karakteristik berdasarkan keluhan di peroleh sebanyak 23 responden (54.8%) memiliki keluhan dan 19 responden (45.2%) tidak memiliki keluhan.

11. Identifikasi responden berdasarkan jenis keluhan akseptor KB suntik

Karakteristik responden berdasarkan jenis keluhan akseptor KB suntik di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022.

No	Jenis keluhan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Tidak ada keluhan	19	45.2%

2	Berat Badan naik	12	28.6%
3	Tekanan Darah naik	6	14.3%
4	Pusing	5	7.1%
5	Haid tidak teratur	2	4.8%
Total		42	100%

Sumber : Data Primer 2022(diolah)

Berdasarkan tabel diatas karakteristik jenis keluhan KB suntik diperoleh sebanyak 19 reponden (45.2%) tidak memiliki keluhan, 12 responden (28.6%) keluhan Berat badan naik, 6 responden (14.3%) Tekanan darah naik, 3 responden (7.%) pusing dan 2 responden (4.8%) mengeluh haid tidak teratur.

12. Identifikasi responden berdasarkan tekanan darah

Karakteristik responden berdasarkan tekanan darah akseptor KB suntik di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022.

No	Tekanan darah	Frekuensi (f)	Prese ntase (%)
1	Normal	25	59.5%
2	Prehipertensi	11	19%
3	Hipertensi	6	21.4%
Total		42	100%

Sumber : Data Primer 2022 (diolah)

Berdasarkan tabel diatas karakteristik tekanan darah akseptor KB suntik diperoleh 25 responden (59.5%) memiliki tekanan darah normal, 11 responden (19%) memiliki tekanan darah prehipertensi dan 6 responden (21.4%) memiliki tekanan darah hipertensi.

13. Identifikasi responden berdasarkan berat badan

Karakteristik responden berdasarkan Berat Badan akseptor KB suntik di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022.

No	Berat badan /IMT	Frekuensi (f)	Present ase (%)
1	Kurang	5	11.9%
2	Normal	11	26.1%
3	Beresiko Obesitas	13	31%
4	Obsesitas	13	31%
Total		42	100%

Sumber : Data Primer 2022 (diolah)

Berdasarkan tabel diatas karakteristik Berat badan akseptor KB suntik diperoleh 5 responden (11.9%) memiliki berat badankurang, 11 responden (26.1%) memiliki berat badan normal, 13 responden (31%) memiliki beratbadan yan g beresiko obesitas dan 13 responden (31%) memiliki berat badan obesitas.

14. Hubungan jenis kontrasepsi suntik dengan tekanan darah

Hubungan jenis kontrasepsi suntik dengan tekanan darah pada askeptor KB suntik di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022.

No	Jenis KB Suntik	Tekanan Darah						Total	
		Normal		prehipertensi		Hipertensi		N	%
1	1 Bulan	18	42.9%	5	11.9%	1	2.4%	24	57.1%
2	3 Bulan	7	16.7%	6	14.3%	5	11.9%	18	42.9%
Total		25	59.5%	11	26.2%	6	14.3%	42	100%

Uji Chi-Square
 Nilai Chi-Square = 6,881
 Signifikansi (sig) = 0,032

Sumber : Data Primer 2022 (diolah)

Berdasarkan tabel 4.13 didapatkan hasil uji Chi-Square antara jenis Kb suntik dengan Tekanan darah diperoleh nilai uji Chi-Square hitung sebesar 6.881 dengan nilai signifikan sebesar 0,032. Hasil tersebut menunjukkan nilai signifikansi kurang dari 0,05 (sig < 0,05) sehingga dinyatakan bahwa terdapat hubungansignifikan antara jenis KB suntik dengan tekanan darah.

15. Hubungan kontrasepsi suntik dengan Berat Badan

Hubungan jenis kontrasepsi suntik dengan berat badan pada askeptor KB suntik di Praktik Bidan Mandiri Bidan Yulfia, Amd.Keb pada tanggal 29 juli-3 agustus 2022

No	Jenis KB Suntik	Berat badan / Indeks Masa Tubuh (IMT)								Total	
		Kurang		Normal		Beresiko obes		Obesitas		N	%
		N	%	N	%	N	%	N	%		
1	1 Bulan	4	9.5%	10	23.8%	6	14.3%	4	9.5%	24	57.1%
2	3 Bulan	1	2.4%	1	2.4%	7	16.7%	9	21.4%	18	42.9%
Total		5	11.9%	11	26.2%	13	31%	13	31%	42	100%

Uji Chi-Square
 Nilai Chi-Square = 10,521
 Signifikansi (sig) = 0,015

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil uji Chi-Square antara jenis Kb suntik dengan berat badan diperoleh nilai uji Chi-Square hitung sebesar 10.521 dengan nilai signifikan sebesar 0,015. Hasil tersebut menunjukkan nilai signifikansikurang dari 0,05 (sig < 0,05) sehingga dinyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara jenis KB suntik dengan berat badan.

PEMBAHASAN

Identifikasi Penggunaan Kontrasepsi Suntik Pada Wanita Usia Subur

Berdasarkan tabel 4.6 dari hasil penelitian sebagian besar dari responden menggunakan KB suntik 1 bulan dengan 24 responden (57.1%). Manfaat dalam pemilihan Kb suntik 1 bulan memiliki resiko kecil terhadap kesehatan, mempunyai efek samping kecil, tidak berpengaruh dalam hubungan suami istri, dapat mengurangi nyeri haid dan bisa diberikan pada wanita premonopouse (Nurmaghfirawati, 2017). Menurut Qomariah et al., (2021) KB suntik 1 bulan merupakan kontrasepsi hormonal yang sangat praktis, murah dan aman. Ada beberapa faktor yang dapat memepengaruhi dalam penggunaan KB suntik yaitu umur, pendidikan, pekerjaan.

Salah satu faktor yang bisa mempengaruhi penggunaan kb suntik ialah umur, dalam data umum didapatkan karakteristik redponden berdasarkan umur sebagian besar berumur 26-35 tahun dengan jumlah 25 akseptor (59.5%). Menurut Cahyo (2019) pada usia 20-35 tahun dimana masa reproduksi sangat sehat dan subur, merupakan fase untuk menjarangkan kehamilan sedangkan usia lebih dari 35 tahun dimana fase tidak lagi hamil. Berdasarkan penelitain Setyorini dan Lieskusumastuti (2019) pemilihan kontrasepsi suntik karena alasan sederhana efektif tidak perlu untuk takut lupa. Hal tersebut mungkin dapat mempengaruhi responden untuk memilih KB suntik 1 bulan dengan kurun usia diatas, karena usia bisa mempengaruhi responden untuk mengurangi kehamilan, dan penggunaan yang

praktis dan mudah untuk didapatkan.

Dari hasil penelitian bahwa responden besar sudah menggunakan kontrasepsi KB suntik karena lebih mudah digunakan dan lebih ekonomis. Namun penggunaan KB suntik dalam jangka panjang perlu diperhatikan karena kandungan hormon estrogen dan progesteron kemungkinan bisa menimbulkan dampak yang kurang baik, mulai dari status kesehatan serta efek samping dari penggunaan. Hal ini juga berpengaruh dengan tingkat pendidikan responden, seorang dapat bertindak dan mencari solusi untuk hidupnya karena orang yang berpendidikan akan lebih mudah untuk menerima informasi baru, merencanakan dan menentukan dalam program keluarga berencana serta pola penggunaan kontrasepsi untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga

Identifikasi Tekanan Darah Akseptor Kontrasepsi suntik

Berdasarkan tabel 4.11 akseptor KB suntik sebanyak 6 responden (14.3%) memiliki kategori tekanan darah hipertensi. Penelitian Nurhidayati et al. (2020) mengatakan bahwa hipertensi ialah penyakit yang dapat diakibatkan beberapa faktor antara lain, umur, jenis kelamin, riwayat hipetensi dan gangguan hormonal. Menurut Sukmawati (2018) salah satu efek pengguna kontrasepsi suntik adalah perubahan tekanan darah. Wanita memiliki hormon estrogen yang berfungsi untuk mencegah kekentalan darah serta menjaga dinding pembuluh darah agar lebih baik, namun bila hormon yang terkandung dalam KB suntik estrogen dan progesteron mengalami ketidakseimbangan maka akan mempengaruhi tekanan darah dan kondisi pembuluh darah.

Dalam hasil penelitian bahwa responden memiliki kategori tekanan darah hipertensi, dimana dapat terjadi pada segala usia karena bertambahnya umur semakin tinggi resiko hipertensi. Selain itu tekanan darah juga dapat bertambah berdasarkan lama pemakaian, dalam proses tersebut membutuhkan waktu yang lama sehingga peningkatan tekanan darah tidak terjadi secara langsung. Namun peningkatan tekanan darah ini bukan penyakit kronis, melainkan efek samping dari kontrasepsi suntik krena kelebihan hormon yang terkandung dalam KB suntik. Tekanan darah dapat kembali normal bila didampingi dengan pola hidup yang sehat.

Identifikasi Berat badan Akseptor Kontraspesi suntik

Berdasarkan tabel 4.12 didapatkan Berat badan akseptor KB dengan menggunakan rumus Indeks

Masa Tubuh (IMT) sebanyak 13 responden (31%) dalam kategori obesitas. Menurut Meysetri et al., (2020) resiko perubahan berat badan kemungkinan bisa disebabkan oleh hormon progesteron yang mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak dibawah kulit cepat bertambah, hormon ini juga menyebabkan nafsu makan naik dan menurunkan aktivitas fisik yang dapat menyebabkan berat badan bertambah. Hal ini dapat dipengaruhi oleh peningkatan nafsu makan, selain itu pola aktivitas fisik juga dapat mempengaruhi berat badan akseptor KB. Faktor yang mempengaruhi dalam berat badan pada akseptor KB suntik, adanya hormon yang merangsang nafsu makan pada hipotalamus, sehingga berat badan dapat berubah (Susila, 2021).

Menurut peneliti bahwa responden mengalami berat badan berubah terjadi karena banyak faktor yang dimana kenaikan berat badan tidak selalu signifikan pada tahun pertama, namun dapat berpengaruh pada jangka panjang karena peningkatan nafsu makan tersebut. Selain nafsu makan pola aktivitas juga bisa mempengaruhi berat badan karena semakin naik nafsu makan maka semakin menurun aktivitas fisik atau menjadi malas melakukan aktifitas. Namun dengan menjaga pola makan dan aktivitas fisik, akseptor akan lebih mudah untuk mempertahankan berat badan sehingga berat badan tidak akan mengalami kenaikan yang drastis.

Analisis Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik dengan Tekanan Darah pada Wanita Usia subur

Berdasarkan tabel 4.13 hubungan kontrasepsi suntik dengan tekanan darah dari hasil uji chi-square jenis KB suntik dengan tekanan darah diperoleh nilai chi-square hitung sebesar 6,881 dengan nilai signifikansi sebesar 0,032. Hasil tersebut menunjukkan nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($sig < 0,05$) sehingga dinyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara jenis KB suntik dengan tekanan darah.

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah adalah usia, usia yang masih tergolong muda memiliki tekanan darah dalam batas normal sejalan dengan tingkat kesuburan yang masih tinggi. Dimana wanita yang belum monopouse memiliki hormon estrogen untuk meningkatkan kadar high density lipoprotein. (Tendean et al., 2017). Hal tersebut dapat terjadi bila penggunaan hormon dalam tubuh mengalami gangguan atau kelebihan

Penggunaan KB suntik dapat mempengaruhi tekanan darah, meskipun dalam penelitian ini

responden banyak memiliki tekanan darah yang normal namun ada hubungan dalam pemakaian jika digunakan dalam jangka panjang karena kandungan hormon estrogen dan progesteron. Responden yang awal mula tekannya darahnya normal sewaktu-waktu bisa berubah, yang awal rendah menjadi normal, dan normal menjadi tinggi atau yang awal mula memiliki tekanan darah tetap setelah menggunakan KB suntik dalam jangka waktu yang lama dapat naik atau turun. Maka perlu untuk memantau tekanan darah saat kunjungan KB suntik selanjutnya, jika terjadi kenaikan maka perlu dilakukan diskusi untuk mengetahui penyebab dan mengurangi tekanan darah naik.

Analisis Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik dengan Berat Badan pada Wanita Usia subur

Berdasarkan tabel 4.14 dari hasil uji chi-square jenis KB suntik dengan status gizi diperoleh nilai chi-square hitung sebesar 10,521 dengan nilai signifikansi sebesar 0,015. Hasil tersebut menunjukkan nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($sig < 0,05$) sehingga dinyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara jenis KB suntik dengan status gizi. Menurut Susila dan Oktaviani (2018) berat badan akseptor KB suntik dapat bertambah 1-3 kg dalam waktu 2 bulan setelah penyuntikan karena pengaruh hormonal. Progesteron dalam alat kontrasepsi berfungsi mengentalkan lendir serviks dan mengurangi kemampuan sel rahim menerima sel telur. Namun bisa juga merubah karbohidrat menjadi lemak, sehingga dapat menumpuk lemak yang dapat menyebabkan berat badan bertambah. Hal ini dibuktikan bahwa akseptor pengguna KB suntik banyak mengalami keluhan berat badan naik dimana salah satu faktanya adalah penambahan dalam nafsu makan yang dapat merubah berat badan.

Dalam penggunaan KB suntik dapat mempengaruhi berat badan, karena kenaikan merupakan salah satu efek dari pemakaian KB suntik dan bertambahnya berat badan dalam tubuh karena bertambahnya lemak dalam tubuh. Perubahan berat badan dapat dipengaruhi faktor internal yaitu pada diri sendiri, yaitu: usia, riwayat obesitas, aktivitas sehari-hari dan faktor eksternal berupa makanan serta lingkungan fisik. Namun dapat dilakukan upaya dengan olahraga, mengkonsumsi serat, mengurangi lemak, banyak mengkonsumsi protein dan perubahan perilaku aktivitas.

KESIMPULAN

1. Sebagian besar responden memilih menggunakan KB suntik 1 bulan sebanyak 24

responden dengan presentase 57,1%.

2. Beberapa akseptor memiliki tekanan darah dengan kategori hipertensi sebanyak 6 responden dengan presentase 21,4%.

3. Sebagian besar akseptor KB suntik memiliki berat badan dengan kategori obesitas sebanyak 13 responden dengan presentase 31%.

4. Terdapat hubungan antara penggunaan KB suntik dengan tekanan darah dengan P value 0,032 dan KB suntik dengan berat badan dengan P value 0,015 pada akseptor KB suntik, dimana nilai (p value < 0,05).

SARAN

1. Bagi responden

Pemilihan KB suntik perlu dipertimbangkan kembali mengenai efek samping pemakaian jika digunakan dalam jangka panjang untuk kemudian hari. Lebih mencari informasi mengenai pemakaian KB suntik agar dapat melakukan upaya preventif jika terjadi tekanan darah dan berat badan naik.

2. Bagi tenaga kesehatan

Diharapkan bisa memberikan informasi mengenai keuntungan dan kerugian dari alat kontrasepsi suntik, sehingga para akseptor KB bisa memilih sesuai dengan yang dibutuhkan. Selain itu perlunya melakukan pemantauan tekanan darah dan berat badan saat akseptor melakukan kunjungan ke klinik.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini bisa digunakan sebagai referensi selanjutnya untuk dikembangkan karena masih banyak faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah dan berat badan selain menggunakan kontrasepsi suntik.

DAFTAR PUSTAKA

Angraeni, N. (2020). Distribusi Penderita Hipertensi Berdasarkan Faktor Risiko Di Puskesmas Tanete Kecamatan Bulukumpa Kabupaten Bulukumba Periode juli 2019- jun2020. In *Engineering, Construction and Architectural Management*. <http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.03.034><https://www.iiste.org/Journals/index.php/JPID/article/viewFile/19288/19711><https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.678.6911&rep=rep1&type=pdf>

AS, N. (2017). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Wanita Usia Subur (Wus) Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar Tahun 2016.

Cahyo, A. bima. (2019). Pengaruh penggunaan kb

suntik terhadap peningkatan tekanan darah akseptor kb suntik di puskesmas induk kebonsari kabupaten madiun pada januari-februari 2018. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan*, 7(1), 4-14.

Dinkes Jawa Timur. (2021). profil kesehatan provinsi jawa timur tahun 2020. Jawa Timur : Dinkes Jawa timur.

Dinkes Kabupaten Lamongan. (2021). Profil Kesehatan Kabupaten Lamongan tahun 2020. Lamongan : Dinkes Kab Lamongan. <http://sumowono.semarangkab.go.id/index.php/pages/2015-02-02-15-01-12>

Elsera, C., Kusumaningrum, P. R., Fitriyanti, A., & Murtana, A. (2020). Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) injection contraception towards hypertension. *Journal of Physics: Conference Series*, 1517(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1517/1/012050>

Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2012). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran* (Penerjemah: R. D. Irawati, & F. Indriyani (eds.); 11th ed.). Jakarta: EGC.

Handayani, R., & Yulaikah, S. (2017). Perbedaan Tekanan Darah Dan Indeks Massa Tubuh Pada Akseptor Suntik Kombinasi Dan Suntik Depo Medroxyprogesteron Asetat (DMPA). *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 2(1), 18-29. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v2i1.29>

Hidayat, A. A. A. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika.

Inayah, M., Utami, T., & Haniyah, S. (2021). *Literatur Review : Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Sains Kebidanan*, 3(1), 1-5. <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JSK/>

Kemendes RI. (2019). *Hipertensi Si Pembunuh Senyap*. Kementerian Kesehatan RI, 1-5. <https://pusdatin.kemkes.go.id/repositories/download/pusdatin/info-datin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>

Lakasa, S. (2017). Perbedaan Tekanan Darah Antara Akseptor Kb Suntik 1 Bulan (Cyclofem) Dengan Akseptor Kb Suntik 3 Bulan (Depo Medroksi Progesteron Asetat/Dmpa) Di Puskesmas Mowewe Kabupaten Kolaka Timur. *Skripsi*.

Meysetri, F. R., Amir, A. Y., & Jesica, F. (2020). Pengaruh KB Suntik Pada Akseptor KB Terhadap Efek Samping Pemakaian

- Kontrasepsi Suntik. *Jurnal Syedza Sainika*, 1, 533–539.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurhidayati, Rosita, E., & Sayekt, S. (2020). Hubungan Lama Pemberian Kb Hormonal Terhadap Kejadian Hipertensi Di Bpm Nurhidayati Kecamatan Kedungadem Kabupaten
- Bojonegoro Tahun 2020. *STIKES Insan Cendekia Medika Jombang*, 21(6), 1–10.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis (4th ed.)*. Jakarta : Salemba Medika.
- Pinem, S. (2015). *Kesehatan Reproduksi dan Kontrasepsi*. Jakarta:TIM.
- Pusat Statistik. (2022). *Badan Pusat Statistik Kabupaten Lamongan*.
- Qomariah, S., Sartika, W., & Herlina, S. (2021). ANALISIS FAKTOR-FAKTOR PENGGUNAAN KB SUNTIK 1 BULAN DI BPM MURTINA WITA PEKANBARU. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika*, 12(1), 88-96
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30633/jkms.v12i1.990>
- Raidanti, D., & Wahidin. (2021). Efek Kb Suntik 3 Bulan (Dmpa) Terhadap Berat Badan (M. K. Dr. Sri Handayani, S.Kep (ed.); 1st ed., Issue July). Malang : Literasi Nusantara.
- Rakhmawati, D. (2020). Pengaruh Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Pembantu Blindungan Kab. Bondowoso. *Jurnal MID-Z (Midwifery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3(1), 13–18.
- Rina, L., Sinurat, E., & Parapat, F. M. (2020). Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik Dengan tekanan darah pada wanita usia subur di klinik pratama wipa. *Jurnal Mutiara Ners* 55- 62, 3(1).
- Sari, I. (2017). Hubungan Antara Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (Dmpa) Dengan Perubahan Tekanan *Masker Medika*, 5(1), 29–41. <http://ejournal.stikesmp.ac.id/index.php/maskermedika/article/view/136>
- Sartika, W., Qomariah, S., & Herlina, S. (2021). Peningkatan Berat Badan dengan Penggunaan Kontrasepsi KB Suntik 1 Bulan. *Jurnal SMART Kebidanan*, 8(1), 34–37. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v8i1.444>
- Septiyani, E., Hardono, & Maesaroh, S.(2019). Pengaruh Lama Pemakaian Kb Suntik 3 Bulan Dmpa Terhadap Berat Badan Pada Akseptor Di Pmb Hj.Ernawati,S.St Seputih Agung Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2019. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, 33– 41. <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php?journal=Jaman%0APENGARUH>
- Setyorini, C., & Lieskusumastuti, A.D. (2019). Hubungan Lama Pemakaian Kb Suntik Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kb Suntik Di Klinik Harapan Bunda Sawit Boyolali. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1),126–136.<https://doi.org/10.36419/jkebin.v10i1.251>
- Shiferaw, M., Kassahun, W., & Zawdie, B. (2021). Anthropometric indices, blood pressure, and lipid profile status among women using progestin- only contraceptives: comparative cross-sectional study. *BMC Women’s Health*, 21(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01178-8>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, Alfabeta.
- Sukmawati, W. (2018). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik Dan Pil Kb Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Wanita Usia Subur Di Wilayah Kerja Puskesmas Ciputat Tahun 2018.
- Susila, I. (2021). Hubungan Kontrasepsi Suntik Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor (Studi Di Bps Dwenti K.R. Desa Sumberejo Kabupaten Lamongan 2015). *Jurnal Kebidanan*, 7(2), 8. <https://doi.org/10.30736/midpro.v7i2.27>
- Tendean, B., Kundre, R., & Hamel,R. (2017). Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik Depomedroksi Progesteron Asetat (Dmpa) Dengan Tekanan Darah Pada Ibu Di Puskesmas Ranotana Weru. *E-Journal Keperawatran (e-Kp)*, 5(1).
- Vista, G. wella. (2017). Hubungan antara pengguna kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan Di Puskesmas Poasia Kota Kendari Tahun 2017.
- Widyaningsih, A., & Isfaizah. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Prehipertensi pada Akseptor KB Suntik. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 3, 23–30.
- Widyaningsih, A., & Isfaizah, I. (2019). Hubungan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Tekanan Darah Di Puskesmas Leyangan Tahun 2018. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 2(1), 5–10. <https://doi.org/10.35473/ijm.v2i1.143>
- Yuhedi, L. T., & Kurniawati, T. (2014). Buku

Ajar Kependudukan & Pelayanan KB. Jakarta :
EGC.

Yulastuti, E., Rafidah, Hapisah, & Mahdiyah, D.
(2020). Additional weight and improvement of
blood pressure in hormonal contraception
acceptors. *International Journal of
Pharmaceutical Research*, 12(3), 3049–
3055.[https://doi.org/10.31838/ijpr/20
20.12.03.432](https://doi.org/10.31838/ijpr/2020.12.03.432)

HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK DENGAN TEKANAN DARAH DAN BERAT BADAN PADA WANITA USIA SUBUR

ORIGINALITY REPORT

18%

SIMILARITY INDEX

15%

INTERNET SOURCES

10%

PUBLICATIONS

4%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.um.ac.id Internet Source	1%
2	digilib.esaunggul.ac.id Internet Source	1%
3	ojs.htp.ac.id Internet Source	1%
4	Submitted to Universitas Sam Ratulangi Student Paper	1%
5	jurnal.usahidsolo.ac.id Internet Source	1%
6	journal.aisyahuniversity.ac.id Internet Source	1%
7	jurnal.stikesmukla.ac.id Internet Source	1%
8	Submitted to LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part II Student Paper	1%

9	ejournal.stikesabdurahman.ac.id Internet Source	1 %
10	jmm.ikestmp.ac.id Internet Source	1 %
11	repository.ucb.ac.id Internet Source	1 %
12	eprints.undip.ac.id Internet Source	1 %
13	profilputra.blogspot.com Internet Source	1 %
14	whynda28.blogspot.com Internet Source	1 %
15	dinkes.jatimprov.go.id Internet Source	1 %
16	Nurul Hikmah, Anggit Kartikasari, Russiska Russiska, Noviyani Noviyani. "FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN POSTPARTUM BLUES DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KADUGEDE", Journal of Public Health Innovation, 2021 Publication	<1 %
17	Suci Murniasih, Happy Dwi Aprilina. "Deskripsi Siklus Menstruasi Pada Wanita Usia Subur dengan Akseptor KB Suntik", Journal of Holistic Nursing Science, 2019 Publication	<1 %

18

ejournal.undip.ac.id

Internet Source

<1 %

19

Mukhtar Mukhtar, Akhmad Rizani, Erni Setiawati. "Hubungan Kontrasepsi Suntik Depo Medroxy Progesteron Asetat (DMPA) Dengan Pertambahan Berat Badan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kertak Hanyar Kabupaten Banjar Tahun 2017", Jurnal Skala Kesehatan, 2021

Publication

<1 %

20

Anik Supriani, Edy Siswantoro, Happy Rina Mardiana, Nanik Nur Rosyidah, Moch. Uli Abshor. "PENGARUH BIMBINGAN RELAKSASI SPIRITUAL TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI DI RUANG SUNAN DRAJAT RSI SAKINAH KABUPATEN MOJOKERTO", Nurse and Health: Jurnal Keperawatan, 2017

Publication

<1 %

21

jurnal.fk.unand.ac.id

Internet Source

<1 %

22

www.ejurnal.stikesmhk.ac.id

Internet Source

<1 %

23

lib.pkr.ac.id

Internet Source

<1 %

24

www.slideshare.net

Internet Source

<1 %

25 Indah Mastikana. "Hubungan Pengetahuan dan Lama Pemakaian KB Suntik 3 Bulan dengan Perubahan Berat Badan pada Akseptor KB di Bidan Praktik Swasta Veronica Nongsa Batu Besar Kota Batam", Jurnal Surya Medika, 2020
Publication

<1 %

26 cyber-chmk.net
Internet Source

<1 %

27 journals.umkt.ac.id
Internet Source

<1 %

28 www.repository.trisakti.ac.id
Internet Source

<1 %

29 Asyaul Wasiah. "The Relation of Hormonal Contraception Use With Obesity in Women of Childbearing Age (WUS) of Public Health Insurance Participants In The Lamongan Clinic", STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan, 2020
Publication

<1 %

30 Mazdalifa Ifa, Jasrida Yunita, M. Dedi Widodo, Dami Yanthi, Agus Alamsyah. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor KB Di Puskesmas Melur Kota Pekanbaru Tahun 2021", Media Kesmas (Public Health Media), 2022
Publication

<1 %

31

Internet Source

<1 %

32

Dwi Ris Andiyanto, Andi Yusuf, Muhammad Khadafi. "Hubungan Mutu Pelayanan dengan Kepuasan Pasien Klinik Revalisa Pangkalan Balai Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan", Malahayati Nursing Journal, 2023

Publication

<1 %

33

ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id

Internet Source

<1 %

34

repo.stkippgri-bkl.ac.id

Internet Source

<1 %

35

Moh Alimansur, Mohamad Choirul Anwar. "Efek Relaksasi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi", Jurnal Ilmu Kesehatan, 2017

Publication

<1 %

36

kisnawati.wordpress.com

Internet Source

<1 %

37

search.jogjalib.com

Internet Source

<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches < 10 words

Exclude bibliography On