

HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI PIL DENGAN BERAT BADAN PADA AKSEPTOR KB DI PUSKESMAS TELUK TIRAM BANJARMASIN

Getha Annisa Rayma^{1*}, Dede Mahdiyah¹, Mahpolah²

¹Akademi Kebidanan Sari Mulia Banjarmasin

²Politeknik Negeri Kementerian Kesehatan RI Banjarbaru

*Korespondensi penulis: gethaannisa@gmail.com, No. Hp : 082230568391

ABSTRAK

Latar Belakang : Kontrasepsi merupakan upaya yang dilakukan untuk mencegah kehamilan yang bersifat sementara ataupun menetap. Salah satu jenis kontrasepsi yang banyak digunakan adalah pil, namun terdapat beberapa efek samping yang akan dirasakan oleh akseptor KB diantaranya stroke, sakit empedu, bayi cacat, mual-mual, tumor payudara, migrain, hilang gairah seksual, serta kenaikan berat badan.

Tujuan : Mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi pil dengan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin.

Metode : Penelitian menggunakan *survei analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah semua akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin bulan Februari – April tahun 2016 berjumlah 752 orang. Sampel adalah sebagian dari populasi yang berjumlah 30 orang dengan teknik pengambilan *accidental sampling*. Alat pengumpul data berupa angket. Data dianalisis menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kepercayaan 95%.

Hasil : Akseptor KB lebih banyak yang menggunakan jenis kontrasepsi pil sebanyak 16 orang (53,3%) dan yang memiliki berat badan normal sebanyak 17 orang (56,7%). Ada hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi pil dengan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin ($p = 0,024 < 0,05$).

Simpulan : Penggunaan kontrasepsi pil dapat berhubungan dengan berat badan akseptor KB. Perlunya dilakukan penyuluhan kesehatan kepada akseptor kontrasepsi Pil untuk lebih mengatur pola makan dan aktivitas sehingga ukuran berat badan dapat tetap normal.

Kata kunci : Kontrasepsi Pil, Berat Badan

PENDAHULUAN

Undang-undang Nomor 52 tahun 2009 tentang perkembangan kependudukan dan pembangunan keluarga menyatakan bahwa pembangunan keluarga adalah upaya mewujudkan keluarga berkualitas yang hidup dalam lingkungan yang sehat. Keluarga Berencana (KB) adalah upaya yang mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal melahirkan, mengatur kehamilan, melalui promosi perlindungan dan bantuan sesuai hak produksi untuk mewujudkan keluarga berkualitas. Undang-undang ini mendukung program Keluarga Berencana (KB) sebagai salah satu upaya untuk mewujudkan keluarga sehat dan berkualitas. Pengaturan kehamilan dalam program KB dilakukan dengan menggunakan alat kontrasepsi (Kemenkes RI, 2014).

Secara global penggunaan kontrasepsi modern tahun 2012 sebesar 57% dan di Asia kontrasepsi modern tetap pada level 62% (WHO, 2012). Data Kementerian Kesehatan RI tahun 2014 secara nasional persentase peserta KB Baru pada tahun 2014 sebesar

16,51% dan di Provinsi Kalimantan Selatan sebesar 18,43% (Kemenkes RI, 2015).

Metode kontrasepsi yang paling banyak digunakan oleh peserta KB aktif di Indonesia tahun 2014 adalah suntikan (47,54%) dan terbanyak ke dua adalah pil (23,58%), sedangkan metode kontrasepsi yang paling sedikit dipilih oleh peserta KB aktif yaitu Metoda Operasi Pria (MOP) sebanyak 0,69%, kemudian kondom sebanyak 3,15% (Kemenkes RI, 2015).

Efek samping dari pengguna pil salah satunya adalah mengalami kenaikan berat badan (Kusumaningtyas, 2015). Pil kontrasepsi dapat meningkatkan berat badan karena kandungan dari hormon estrogen dan progesteron yang terdapat pada kontrasepsi pil, dimana hormon estrogen menyebabkan retensi cairan dan oedema, sedangkan progesterone mempermudah penumpukan karbohidrat dan gula menjadi lemak dan merangsang nafsu makan serta menurunkan aktifitas fisik, akibatnya pemakaian kontrasepsi pil dapat menyebabkan bertambah berat badan (Tukiman, 2012).

Kelebihan berat badan dapat berdampak pada gangguan kesehatan fisik dan gangguan psikososial. Gangguan kesehatan fisik akibat kelebihan berat badan diantaranya adalah dapat berisiko mengalami sindrom resistensi insulin, tekanan darah tinggi, kolestrol dan trigliseri tinggi, penyakit jantung koroner, gangguan saluran pencernaan, pernapasan dan gangguan penyakit kulit. Gangguan psikososial sebagai dampak dari kelebihan berat badan diantaranya krisis percaya diri dan depresi (Damayanti, 2013).

Data Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin tahun 2013 jumlah akseptor KB sebanyak 13.782 orang dan dari jumlah tersebut yang paling banyak menggunakan kontrasepsi pil adalah akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram yaitu sebanyak 1.738 orang.

Hasil studi pendahuluan dengan wawancara singkat dan pengukuran berat badan serta tinggi badan kepada 10 orang pengguna kontrasepsi di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin yang terdiri dari 5 orang (50%) pengguna akseptor pil dan 5 orang lainnya (50%) bukan pengguna kontrasepsi

pil. Dari 5 orang pengguna kontrasepsi pil sebanyak 3 orang memiliki berat badan dengan kategori gemuk dan 2 orang memiliki berat badan normal sedangkan dari 5 orang pengguna kontrasepsi bukan pil sebanyak 3 orang memiliki berat badan normal, 1 orang memiliki berat badan gemuk dan 1 orang lainnya memiliki berat badan kurus.

Berdasarkan uraian fenomena penggunaan alat kontrasepsi khususnya kontrasepsi pil maka peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Pil dengan Berat Badan pada Akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin”

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi pil dengan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin

BAHAN DAN METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*.

Populasi adalah semua akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin bulan Februari – April tahun 2016 berjumlah 752

orang. Sampel sebagian dari populasi yang diambil menggunakan jumlah sampel minimal (Sujarweni, 2014) yaitu sebanyak 30 orang, dengan teknik pengambilan sampel *accidental sampling*.

Variabel independen adalah penggunaan kontrasepsi pil sedangkan variabel terikat adalah berat badan akseptor KB.

Metode analisis data dalam penelitian ini meliputi analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

HASIL

1. Analisis univariat

a) Penggunaan kontrasepsi pil

Gambaran penggunaan kontrasepsi pil pada akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1 Distribusi frekuensi Akseptor KB Menurut Penggunaan Kontrasepsi Pil di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin Tahun 2016

No	Penggunaan Kontrsepsi Pil	f	%
1	Kontrasepsi pil	16	53,3
2	Kontrasepsi bukan pil	14	46,7
Jumlah		30	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa akseptor

KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin lebih banyak yang menggunakan jenis kontrasepsi pil sebanyak 16 orang (53,3%).

b) Berat badan akseptor KB

Gambaran berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2 Distribusi frekuensi Akseptor KB Menurut Berat Badan di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin Tahun 2016

No	Berat Badan	f	%
1	Gemuk	13	43,3
2	Normal	17	56,7
3	Kurus	0	0
Jumlah		30	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin lebih banyak yang memiliki berat badan normal sebanyak 17 orang (56,7%).

2. Analisis bivariat

Analisis bivariat dalam penelitian ini adalah analisa hubungan penggunaan kontrasepsi pil dengan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin dapat dilihat pada tabel 3 berikut.

Tabel 3 Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Pil dengan Berat Badan pada Akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin Tahun 2016

No.	Penggunaan Kontrasepsi Pil	Berat Badan				Jumlah	
		Gemuk		Normal		f	%
		f	%	f	%		
1	Kontrasepsi pil	10	62,5	6	37,5	16	100
2	Kontrasepsi bukan pil	3	21,4	11	78,6	14	100
Jumlah		13	43,3	17	56,7	30	100

$p \text{ value} = 0,024$

Tabel 3 menunjukkan akseptor KB yang menggunakan kontrasepsi pil lebih banyak yang memiliki berat badan gemuk sebanyak 10 orang (62,5%) sedangkan akseptor KB yang menggunakan kontrasepsi bukan pil lebih banyak yang memiliki berat badan normal sebanyak 11 orang (78,6%).

Hasil uji *Chi-Square* didapatkan $p = 0,024$ maka $p < \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi pil dengan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin.

PEMBAHASAN

1. Penggunaan kontrasepsi pil pada akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin

Hasil penelitian didapatkan bahwa akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram

Banjarmasin lebih banyak yang menggunakan jenis kontrasepsi pil sebanyak 16 orang (53,3%). Akseptor KB lebih banyak menggunakan kontrasepsi pil dapat disebabkan karena penggunaan pil yang lebih mudah tanpa memerlukan petugas kesehatan khusus, selain itu jika sewaktu-waktu akseptor KB tidak bisa ke puskesmas maka mereka dapat mudah mendapatkannya dijual bebas di pasaran dengan harganya masih relatif terjangkau dibandingkan jenis kontrasepsi lain.

Menurut data penelitian terdapat akseptor KB yang tidak menggunakan kontrasepsi pil sebanyak 14 orang (46,7%), hal tersebut dapat dikarenakan efek samping yang dirasakan oleh akseptor KB misalnya berat badan menjadi gemuk. Setiap akseptor KB akan merasakan efek samping yang berbeda-beda, selain itu dapat disebabkan akseptor KB itu sendiri yang menginginkan jenis kontrasepsi yang lebih praktis dan tidak dikonsumsi setiap harinya misalnya kontrasepsi suntik yang diberikan hanya 1 bulan atau 3 bulan

sekali sehingga akseptor KB tidak mudah lupa dengan jadwal yang telah ditentukan.

Jenis alat kontrasepsi yang tersedia sangat beragam dengan segala kelebihan dan kekurangannya. Seorang perempuan yang ingin menjadi akseptor KB hendaknya harus membekali diri dengan pengetahuan. Pengetahuan menentukan persepsi seseorang terhadap jenis-jenis kontrasepsi yang akan digunakannya.

Keuntungan utama pil adalah keefektifannya yang sangat tinggi apabila digunakan dengan tepat dan benar. Pil memenuhi unsur sederhana, mudah penggunaannya, tidak memerlukan intervensi medis, tidak memerlukan pemeriksaan dalam bagi pemakainya, tidak mengganggu senggama. Penelitian tentang pil sudah cukup banyak sehingga pil diyakini melindungi wanita terhadap penyakit radang panggul. Hal ini disebabkan oleh beberapa mekanisme antara lain pil mengurangi jumlah darah menstruasi sehingga mengurangi medium kultur untuk beberapa jenis kuman. Pil juga menjadikan siklus haid lebih teratur,

mengurangi rasa sakit (dismenorea) dan menurunkan jumlah darah yang hilang sehingga mengurangi insidensi anemia (Siswosudarmo, 2007).

Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2013) yang menyatakan bahwa akseptor KB di Kelurahan Aur Kuning Wilayah Kerja Puskesmas Aur Birugo Tigo Baleh Kota Bukittinggi lebih banyak yang menggunakan kontrasepsi pil sebanyak 41 orang (50,6%).

Hasil penelitian Sanding (2014) menyatakan bahwa dari 2.898 istri pasangan usia subur di Puskesmas Modayag Kecamatan Modayag Kabupaten Bolaang Mongondow Timur lebih banyak yang menggunakan jenis kontrasepsi pil sebanyak 1.123 orang (38,75%).

2. Berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin

Hasil penelitian didapatkan akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin lebih banyak memiliki berat badan normal yaitu sebanyak 17 orang (56,7%). Ini dapat menunjukkan bahwa

perbandingan berat badan dan tinggi badan akseptor KB banyak yang seimbang. Berat badan akseptor KB dapat berubah sewaktu-waktu, baik bertambah ataupun berkurang sebagai akibat dari makanan yang mereka konsumsi sehari-hari yang diubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit.

Aseptor KB sebaiknya lebih memperhatikan berat badan. Berat badan yang ideal selain untuk menunjang penampilan juga baik bagi kesehatan. Seseorang yang gemuk akan berisiko mengalami berbagai penyakit seperti tekanan darah tinggi dan kadar kolesterol tinggi. Akseptor KB yang memiliki berat badan gemuk tentunya memiliki lemak yang berlebih yang akan mengganggu jantung karena menimbulkan timbunan kolesterol, kenaikan tekanan darah dan penyumbatan arteri, selain itu kelebihan lemak membuat darah kehilangan kemampuan untuk membeku yang dapat menyebabkan stroke. Menurut Arora (2012) kelebihan berat badan menyebabkan berbagai penyakit

diantaranya 25% dari seluruh kasus penyakit jantung dapat dihubungkan dengan obesitas. Prevalensi kejadian tekanan darah tinggi dan diabetes adalah 2,9 kali lebih tinggi pada orang yang menderita kelebihan berat badan, seperti hiperlipidemia (kolesterol atau lemak tinggi lainnya) dan risiko terserang stroke juga meningkat. Peningkatan berat badan sering dihubungkan dengan trigliserida dan LDL-C (kolesterol jahat) yang tinggi, serta HDL-C (kolesterol baik) yang rendah.

3. Hubungan penggunaan kontrasepsi pil dengan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin

Hasil penelitian didapatkan bahwa akseptor KB yang menggunakan kontrasepsi pil lebih banyak yang memiliki berat badan gemuk yaitu sebanyak 10 orang (62,5%) sedangkan akseptor KB yang menggunakan kontrasepsi bukan pil lebih banyak yang memiliki berat badan normal yaitu sebanyak 11 orang (78,6%). Uji statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi pil dengan berat badan pada

akseptor KB di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin.

Akseptor KB yang menggunakan kontrasepsi pil cenderung memiliki berat badan yang gemuk sedangkan akseptor KB yang menggunakan kontrasepsi pil cenderung memiliki berat badan yang normal. Ini menunjukkan adanya kontribusi penggunaan kontrasepsi pil terhadap kejadian berat badan berlebih (gemuk).

Adanya hubungan penggunaan kontrasepsi pil dengan berat badan akseptor KB dalam penelitian ini dapat disebabkan karena kandungan dari hormon estrogen dan progesteron yang terdapat pada kontrasepsi pil. Hormon progesteron dapat merangsang hormon nafsu makan, 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, semakin hari semakin banyak penyimpanan dan penumpukan lemak

tersebut yang pada akhirnya badan menjadi gemuk.

Faktor lainnya yang dapat menyebabkan kegemukan pada akseptor kontrasepsi pil disebabkan karena sebagian besar menggunakan kontrasepsi pil tersebut dalam jangka waktu >2 tahun. Hormon progesteron yang terkandung dalam kontrasepsi pil akan semakin banyak di dalam tubuh para akseptor, sehingga semakin lama pemakaian kontrasepsi tersebut hormon semakin bertambah yang akan mempengaruhi kenaikan berat badan.

Perubahan berat badan pada pengguna pil oral kombinasi dikarenakan adanya cairan progestin dan estrogen yang mengakibatkan bertambahnya lemak subkutan terutama pada pinggul, paha dan payudara. Pemberian prevarat yang mengandung *derivate* progestin dengan khasiat anabolik kuat dapat menambah nafsu makan dan dapat mengakibatkan bertambahnya berat badan secara berlebihan (Darmawati, 2012).

Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian Tukiman (2012) yang menyatakan bahwa dari 42 orang pengguna pil sebanyak 38 orang (90,5%) mengalami peningkatan berat badan.

Hasil penelitian Suseno (2014) menunjukkan ada hubungan penggunaan KB pil dengan pertambahan berat badan akseptor KB di Puskesmas 1 Bantul (p value = 0,032). Data hasil penelitian tersebut didapatkan rata rata perubahan berat badan pada akseptor KB pil yaitu 4,25 kg setelah minimal pemakaian 1 2 tahun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya sangat berterima kasih kepada STIKES Sari Mulia Banjarmasin yang telah memberikan saya surat izin untuk melakukan penelitian, dan ucapan terima kasih kepada Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin yang telah memberikan izin serta tempat untuk melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Arora, A. 2012. *5 Langkah Mengendalikan Obesitas*. Jakarta: PT. Buana Ilmu Populer
- Damayanti, A. D. 2013. *Cara Pintar Mengatasi Kegemukan pada Anak*. Yogyakarta: Curvaaksara
- Darmawati. 2012. Hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi hormonal di Desa Batoh Tahun 2012. *Jurnal Ilmu Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh ISSN: 2338-6371. 1 (1): 6-7.*
- Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin. 2013. *Jumlah Akseptor KB Tahun 2013 di Kota Banjarmasin*. Banjarmasin: Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Situasi dan Analisis Keluarga Berencana. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. I: 1-2.*
- Kusumaningtyas, A. 2015. *Seksualitas dan Agama*. Jakarta: PT. ELex Media Komputindo.
- Purwoastuti, E. & Walyani, E. S. 2015. *Panduan Materi Kesehatan Reproduksi dan Keluarg Berencana*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.
- Sanding, C. C.2014. Hubungan pengetahuan ibu dengan kepatuhan minum pil KB di Puskesmas Modayag Kecamatan Modayag Kabupaten Bolaang Mongondow Timur. *Jurnal Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. Edisi 17266: 5-6.*

- Siswosudarmo, H. 2007. *Teknologi Kontrasepsi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sujarweni, V. W. 2014. *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: Gava Media.
- Suseno.G.2014. Perbandingan pengaruh penggunaan KB hormonal antara pil KB dengan KB suntik Depo-Progestin terhadap penambahan berat Badan Akseptor KB di Puskesmas Kasihan 1 Bantul. *Jurnal Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*. Edisi 437: 7-8.
- Tukiman, S. 2012. Hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kejadian peningkatan berat badan pada wanita usia subur di Puskesmas Tamanlarea Makassar. *Jurnal Masyarakat Epidemiologi Indonesia*. 1(3): 13-14.
- Wahyuni, L. 2013. Faktor-faktor yang berhubungan dengan Penggunaan alat kontrasepsi pil pada akseptor KB Kelurahan Aur Kuning Wilayah Kerja Puskesmas Aur Birugo Tigo Baleh Kota Bukittinggi. *Jurnal Kesehatan STIKES Prima Nusantara Bukittinggi*. 6 (2): 4-5.