

**PEMERIKSAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA PENGGUNA KB SUNTIK
3 BULAN DI DESA NGUMPUL KECAMATAN JOGOROTO KABUPATEN
JOMBANG**

Dina Hafidatul Laila S*Evi Puspita Sari**Nining Mustika Ningrum***

ABSTRAK

Pendahuluan : KB suntik 3 bulan mempengaruhi metabolisme lemak, khususnya lipoprotein. Perubahan metabolisme lemak terjadi karena adanya pengaruh hormone progesteron yang dapat merendahkan kadar HDL serta meninggikan kadar LDL sehingga menimbulkan kadar kolesterol total meningkat. Perubahan ini mulai tampak dalam beberapa minggu setelah penyuntikan. KB suntik juga mengakibatkan kenaikan berat badan karena hormon progesteron menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik. **Tujuan :** penelitian ini untuk mengetahui kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik 3 bulan di Desa Ngumpul kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang. **Metode :** Desain penelitian yang digunakan Deskriptif. Populasi dalam penelitian seluruh pengguna KB suntik 3 bulan di Desa Ngumpul Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang berjumlah 143 orang. Jumlah sampel 12 orang dengan teknik *Accidental Sampling*. Variabel penelitian ini kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik 3 bulan. Teknik pemeriksaan menggunakan metode CHOD-PAP. Analisa data diperoleh dari *editing, coding dan tabulating* kemudian di analisa dengan perhitungan presentase. **Hasil :** penelitian ini didapatkan bahwa responden memiliki kadar kolesterol total normal sebanyak 4 responden (33,33%), kadar kolesterol total batas risiko tinggi sebanyak 5 responden (41,67%) dan kadar kolesterol total risiko tinggi sebanyak 3 responden (25%). **Kesimpulan :** bahwa sebagian besar pengguna KB suntik 3 bulan di Desa Ngumpul Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang memiliki kadar kolesterol total di atas normal yaitu dalam kategori batas risiko tinggi dan risiko tinggi. **Saran :** Di harapkan pengguna KB dapat mengubah perilaku dengan memperhatikan pola makan dan melakukan olahraga teratur untuk menghindari efek samping yang terjadi

Kata Kunci :Kolesterol total, KB suntik 3 bulan

*Examination of total cholesterol levels KB 3 month village
jogoroto district jombang regency*

ABSTRACT

Introduction: 3-month injection KB affects fat metabolism, specifically lipoprotein. Changes in fat metabolism occur due to the influence of the hormone progesterone which can lower HDL levels and elevate LDL levels causing rise in total cholesterol levels. This change began to appear within a few weeks after the injection. Injectable birth control also results in weight gain because the hormone progesterone causes appetite to increase and decrease physical activity. **Objective:** this study was to determine the level of total cholesterol in 3 months injecting family planning users in Ngumpul Village, Jogoroto District, Jombang Regency. **Method:** The research design used is descriptive. The population in the study of all 3-month injecting family planning users in Ngumpul Village, Jogoroto District, Jombang Regency totaled 143 people. The number of samples is 12 people with accidental sampling technique. The variables of this study were total cholesterol levels in 3-month injecting family planning users. The inspection technique uses the CHOD-PAP method. Data analysis was obtained from editing, coding and tabulating and then analyzed by calculating the percentage. **Results:** this study found that respondents had normal total cholesterol levels of 4 respondents

(33.33%), total cholesterol levels were high risk limits of 5 respondents (41.67%) and high risk total cholesterol levels were 3 respondents (25%) . **Conclusion:** that most 3-month injection family planning users in Ngumpul Village, Jogoroto District, Jombang Regency have above-normal total cholesterol levels, which are in the category of high risk and high risk limits. **Suggestion:** It is expected that family planning users can change their behavior by paying attention to eating patterns and doing regular exercise to avoid side effects that occur

Keywords: Total cholesterol, 3 months injection KB

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara berkembang dengan jumlah penduduk berada pada posisi ke empat di dunia dengan laju pertumbuhan penduduk yang masih relatif tinggi. Salah satu upaya mengatasi masalah penduduk adalah program keluarga berencana (KB) oleh karena itu KB merupakan faktor penting dalam kehidupan seorang wanita dipandang konteks seksual dan kesehatan reproduksi. Salah satu jenis KB yang paling di minati penduduk adalah KB suntik karena pemakaian yang aman, kerjanya sangat aktif, harganya murah, dapat di pakai oleh semua perempuan dalam usia reproduksi dan cocok untuk masa laktasi karena tidak menekan produksi ASI. Efek samping dari KB suntik antara lain gangguan haid seperti (siklus memendek atau memanjang, perdarahan, tidak haid sama sekali), penambahan berat badan, begitu juga pada penggunaan jangka panjang terjadi perubahan pada metabolisme lemak, mual, gangguan emosi, sakit kepala, jerawat dan dapat menimbulkan kekeringan pada vagina (Irianto, 2014).

Berdasarkan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) pada tahun 2014 diketahui bahwa di Indonesia yang menggunakan kontrasepsi suntik sebanyak 58,25%, pil sebanyak 24,37%, *Intra Uterine Devices (IUD)* sebanyak 7,23% dan implant 4,16%. Dari berbagai macam alat kontrasepsi yang memiliki presentase paling tinggi adalah kontrasepsi suntik karena sifatnya praktis, sederhana, murah, cepat dalam mendapatkan pelayanan dan jaringan pelayanan juga tersedia sampai ke tingkat desa atau kelurahan baik melalui

pemerintah ataupun swasta (Dinkes, 2013). Cara ini mulai di sukai masyarakat dan diperkirakan 695.296 peserta yang memakai kontrasepsi suntik untuk mencegah kehamilan namun demikian KB suntik mempunyai banyak efek samping seperti *amenorhea* (30%), *spotting* (bercak atau darah), sakit kepala (<1-17%), mual (7-9%) dan perubahan berat badan (90%) (Data BKKBN, 2011).

KB suntik merupakan metode kontrasepsi bagi wanita yang di lakukan melalui penyuntikan cairan yang mengandung hormon progesteron dan estrogen. Hormon ini bersifat mengentalkan lendir di mulut rahim sehingga menghalangi sel sperma masuk ke rahim, suntikan ini dapat mencegah kehamilan yang di berikan selama jangka waktu tertentu. KB suntik menjadi pilihan masyarakat karena memiliki efektivitas tinggi dalam mencegah kehamilan, setiap kali suntikan dengan dosis 150 mg yang mengandung *Depo Provera* yang merupakan suspensi cairan yang terdapat pada *Medroksiprogesteron Asetat* (DMPA) (Ningsih, 2017).

KB suntik 3 bulan mempengaruhi metabolisme lemak, khususnya lipoprotein. Perubahan metabolisme lemak yang terjadi karena adanya pengaruh hormonal sehingga menyebabkan gangguan keseimbangan profil lemak dalam tubuh dan dislipidemia, perubahan ini mulai tampak dalam beberapa minggu setelah penyuntikan. KB suntik juga dapat mengakibatkan kenaikan berat badan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak di bawah kulit bertambah selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu

makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik (Sari, 2015).

Dalam upaya untuk mencegah terjadinya efek samping maka pengguna KB di anjurkan untuk melakukan konseling dengan bidan atau melakukan pemeriksaan profil lipid secara rutin terhadap pengguna KB dalam jangka panjang serta melakukan perubahan gaya hidup dengan berolahraga dan menjaga pola makan sehat agar tidak terjadi peningkatan pada kolesterol (Agustiyanti, 2017).

Berdasarkan latar belakang yang telah di paparkan, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Pemeriksaan Kadar Kolesterol Total pada pengguna KB suntik 3 bulan di Desa Ngumpul Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode Deskriptif. Penelitian ini dilakukan di Laboratorium Kimia Klinik studi DIII-Analis Kesehatan STIKes ICMe Jombang.

Bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah serum darah vena, alcohol 70% dan reagen kolesterol total.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah spuit, tourniquet, mikropipet 50 µl dan mikropipet 1000 µl, blue dan yellow tip, tabung serologi, centrifuge dan fotometer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 5.1 karakteristik responden berdasarkan umur di Praktik Mandiri Bidan Ruliati, S.ST., M.Kes Agustus 2019

No.	Umur	Jumlah	Presentase (%)
1	23-31 tahun	4	33,33
2	32-39 tahun	5	41,67

3	40-48 tahun	3	25
	Jumlah	12	100

Sumber : Data Primer, 2019

Tabel 5.2 karakteristik responden berdasarkan lama memakai kb suntik 3 bulan di Praktik Mandiri Bidan Ruliati, S.ST., M.Kes Agustus 2019

No.	Lama memakai Kb suntik 3 bulan	Jumlah	Presentase (%)
1	1 tahun	2	16,67
2	5 tahun	3	25
3	≥5 tahun	7	58,33
	Jumlah	12	100

Sumber : Data Primer, 2019

Tabel 5.3 Karakteristik responden berdasarkan gejala yang di timbulkan di Praktik Mandiri Bidan Ruliati, S.ST., M.Kes Agustus 2019

No.	Gejala yang di timbulkan	Jumlah	Presentase (%)
1	Gangguan haid	4	33,33
2	Keputihan	2	16,67
3	Berat badan bertambah	6	50
	Jumlah	12	100

Sumber : Data Primer, 2019

Tabel 5.4 Karakteristik responden berdasarkan kurangnya aktivitas berolahraga di Praktik Mandiri Bidan Ruliati, S.ST., M.Kes Agustus 2019

No.	Aktivitas olahraga	Jumlah	Presentase (%)
1	Rutin	5	41,67
2	Tidak rutin	7	58,33
		12	100

Sumber : Data Primer, 2019

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi kadar kolesterol total pada pengguna kb suntik 3 bulan di Praktik Mandiri Bidan Ruliati, S.ST., M.Kes Agustus 2019

Kadar kolesterol total	Frekuensi	Presentase (%)
Normal	4	33,33
Batas risiko	5	41,67
Risiko tinggi	3	25
Jumlah	12	100

Sumber : Data Primer, 2019

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemeriksaan kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik 3 bulan di Desa Ngumpul Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 12 responden.

Berdasarkan pada Tabel 5.5 Distribusi frekuensi kadar kolesterol total di Desa Ngumpul Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang Agustus 2019 menunjukkan bahwa sebagian kecil responden memiliki kadar kolesterol total normal yaitu sebanyak 4 responden (33,33%), responden dengan kadar kolestrol pada batas risiko tinggi sebanyak 5 responden (41,67%) dan responden dengan kadar kolestrol pada risiko tinggi sebanyak 3 responden (25%).

Menurut peneliti hasil tersebut menunjukkan bahwa penggunaan KB suntik 3 bulan menyebabkan peningkatan kadar kolesterol total dalam darah pengguna KB suntik 3 bulan di praktik mandiri Bidan Ruliati. Perbedaan kadar kolestrol pada responden dalam penelitian ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain lama penggunaan, peningkatan berat badan dan kurangnya aktivitas berolahraga.

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini menggunakan KB suntuik 3 bulan lebih dari 5 tahun yaitu sebanyak 7 orang

(58,33%). Menurut peneliti, semakin lama memakai KB suntik 3 bulan akan meningkatkan kadar kolesterol total karena pada KB suntik 3 bulan ini terdapat hormon progesteron yang dapat mempengaruhi metabolisme lemak. Agustiyanti, *et.al.*,2017 mengungkapkan apabila menggunakan KB suntik 3 bulan semakin lama akan menimbulkan beberapa efek samping dikarenakan pada alat ini mengandung hormon progesteron yang dapat merendahkan kadar HDL kolesterol (kolesterol baik) serta meninggikan kadar LDL kolesterol (kolesterol jahat) dalam darah sehingga menimbulkan kadar kolesterol meningkat. Menurut Rahayu *et.al* 2015 mengungkapkan bahwa KB suntik 3 bulan memiliki pengaruh terhadap metabolisme lemak, khususnya lipoprotein. Perubahan metabolisme lemak yang terjadi karena adanya pengaruh hormonal sehingga menyebabkan gangguan keseimbangan profil lipid dalam tubuh.

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa separuh responden mengalami kenaikan berat badan yaitu sebanyak 6 orang (50%). Menurut peneliti, gejala yang dtimbulkan pada KB suntik 3 bulan yaitu peningkatan berat badan terjadi semakin lama menggunakan KB suntik 3 bulan maka semakin besar risiko obesitas yang bisa menyebabkan kadar kolesterol yang tidak normal. KB suntik mengakibatkan kenaikan berat badan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak dibawah kulit bertambah selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik (Sari, 2015). Hiperkolestrolemia pada obesitas disebabkan oleh tingginya kadar asam lemak bebas pada orang yang memiliki jaringan adiposa yang lebih tebal sehingga meningkatkan kadar produksi trigliserida akibat aliran asam lemak bebas yang meningkat, dimana trigliserida akan memicu pembentukan VLDL yang berlebihan yang dapat menyebabkan tingginya jumlah LDL di aliran darah sehingga dapat meningkatkan kadar

kolesterol secara keseluruhan (Soleha, 2012).

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden responden jarang berolahraga yaitu sebanyak 7 responden (58,33%). Menurut peneliti, tingginya kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik 3 bulan dapat disebabkan oleh kurangnya aktivitas berolahraga. Aktivitas olahraga berpengaruh terhadap kadar kolesterol dalam darah, karena aktivitas olahraga yang rendah akan mendorong keseimbangan energi dan penambahan berat badan akibatnya akan berpengaruh terhadap peningkatan kadar kolesterol darah, olahraga bermanfaat untuk kesehatan jasmani dan rohani. Manfaat olahraga di antaranya melancarkan sirkulasi darah, meperkuat otot, mencegah pengeroposan tulang, menurunkan tekanan darah, menurunkan LDL dan menaikkan HDL, olahraga juga bermanfaat untuk membakar kalori (Pontoh, pangemanan dan wingouw, 2013). Melakukan olahraga yang rutin dan teratur dapat meningkatkan HDL, jika kadar HDL mengalami peningkatan itu sangat baik bagi tubuh karena HDL dapat menghindari penyakit kardiovaskuler. Kolesterol HDL dikenal sebagai kolesterol baik yang terbentuk di dalam hati dan usus kecil, yang kemudian dilepaskan ke dalam aliran darah.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pengguna KB suntik 3 bulan di Desa Ngumpul Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang memiliki kadar kolesterol total diatas normal yaitu dalam kategori batas resiko tinggi dan resiko tinggi.

Saran

1. Bagi Pengguna KB Suntik 3 Bulan Di harapkan pengguna KB dapat mengubah perilaku dengan

memperhatikan pola makan dan melakukan olahraga teratur untuk menghindari efek samping yang terjadi

2. Bagi Tenaga Kesehatan Meningkatkan upaya untuk memberikan penyuluhan kepada para pengguna KB tentang efek samping KB serta bagaimana meminimalisir terjadinya efek dari penggunaan KB.

KEPUSTAKAAN

- Adam, 2014. *Pemeriksaan Profil Lipid*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
- Agustiyanti, Dkk. *Hubungan Asupan Makanan, Aktivitas Fisik dan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dengan Kadar Kolesterol Darah*. Universitas Diponegoro. 2017
- Agustiyanti, N. Fatimah, S & Aruben, R. 2017. *Hubungan Asupan Makanan Aktivitas Fisik dan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dengan Kadar Kolesterol darah (Studi Pada Wanita Keluarga Nelayan usia 30-40 tahun Di Tambak Lorok Semarang tahun 2017*
- BKKBN. 2011. *Informasi Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: BKKBN.
- Dr.Hartono, 2010. *Kontrasepsi Hormonal*
- Faiqah, S. Agustus 2014. *Perbedaan Berat Badan dan Tekanan Darah Systole Ibu Sebelum dan Sesudah Menggunakan Kontrasepsi Suntik 3 bulan DMPA di Puskesmas Gerung Lombok Barat*. Media Bina Ilmiah

- Firdaus, 2017. *Pemeriksaan Kadar Kolesterol Total pada Wanita Menopause*. Karya Tulis Ilmiah. Stikes IcMe Jombang
- Irianto, 2014. *Keluarga berencana dan Kontrasepsi*. Cetakan pertama. Bandung
- Kusuma wardani, Ayu. 2011. *Gambaran Kadar Kolesterol Pada Wanita Pemakai Kontrasepsi Suntik Cyclofem*. Karya Tulis Ilmiah. Universitas Muhammadiyah Semarang
- Ningsih, 2017. *Asuhan Kebidanan Keluarga Berencana Akseptor KB Suntik 3 Bulan DMPA pada Ny.S Umur 36 Tahun Dengan Amenorea*. STIKes Kusuma Husada Surakarta
- Notoadmodjo, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan* Jakarta : Rineka Cipta
- Putri, 2018. *Gambaran Kolesterol Total Perokok Aktif di RT 1 dusun bulolowo desa puri kecamatan plandaan kabupaten jombang*. Karya Tulis Ilmiah. STIKes IcMe Jombang
- Ridho, Ibnu. 2015. *Gambaran Kadar LDL Kolesterol pada Wanita Pemakai Suntik Kontrasepsi 3 Bulan*. Karya Tulis Ilmiah. Universitas Muhammadiyah Semarang
- Sari, 2015. *Kontrasepsi Hormonal Suntik DMPA Sebagai Salah Satu Penyebab Kenaikan Berat Badan*. Fakultas kedokteran Universitas Lampung
- Septianingrum et.al 2018. *Faktor-faktor yang mempengaruhi tingginya akseptor KB suntik 3 bulan*. Fakultas Keperawatan dan Kebidanan. UNUSA
- Sugiyono, 2014. *Kerangka Konseptual*.pdf
- Susila, I & Oktaviani, T. 2015. *Hubungan Kontrasepsi Suntik dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor (Studi di BPS Dwenti K. R. Desa Sumberejo Kabupaten Lamongan*. Jurnal Kebidanan Universitas Islam Lamongan.
- Syafitri, et.al 2015. *Gambaran profil Lipid PaSIEN Perlemakan Hati Non-Alkoholik*. Artikel penelitian
- Utami. W, Herawati. T & Suragih. L. Maret 2015. *Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Hormonal Suntik DMPA dan Gangguan Kardiovaskuler*. Jurnal Keperawatan Terapan
- Widada, M, Carolina, et.al., 2016. *Gambaran Perbedaan Kadar Kolesterol Total Metode CHOD-PAP (Cholesterol Oxidase-PeroxidaseAminoantypir in) Sampel Serum dan Sampel Plasma EDTA*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta