

# Sufi Arifianis Marcelyta

## GAMBARAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA AKSEPTOR KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN DEPO MEDROXY PROGESTE...

 Quick Submit

 Quick Submit

 Psychology

---

### Document Details

Submission ID

trn:oid::1:2999759826

Submission Date

Sep 6, 2024, 11:26 AM GMT+4:30

Download Date

Sep 6, 2024, 11:29 AM GMT+4:30

File Name

KTI\_Sufi\_Arifianis\_M\_-\_sufi\_marcelyta.docx

File Size

501.2 KB

55 Pages




8,768 Words

62,082 Characters

# 15% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

## Top Sources

- 15%  Internet sources
- 2%  Publications
- 2%  Submitted works (Student Papers)

## Integrity Flags

### 0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

## Top Sources

- 15% Internet sources
- 2% Publications
- 2% Submitted works (Student Papers)

## Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet		
		repository.itskesicme.ac.id	10%
2	Internet		
		journal.ummat.ac.id	1%
3	Internet		
		repo.stikesicme-jbg.ac.id	1%
4	Internet		
		123dok.com	0%
5	Internet		
		es.scribd.com	0%
6	Internet		
		etheses.uin-malang.ac.id	0%
7	Internet		
		docplayer.info	0%
8	Internet		
		rinoardila.blogspot.com	0%
9	Internet		
		ejurnal2.bppt.go.id	0%
10	Internet		
		www.rsbs.co.id	0%
11	Internet		
		vdocuments.pub	0%

12	Internet	hellosehat.com	0%
13	Internet	kesehatan.kontan.co.id	0%
14	Student papers	Universitas Atma Jaya Yogyakarta	0%
15	Internet	repo.stikesperintis.ac.id	0%
16	Internet	media.neliti.com	0%
17	Publication	Isna V Kerepesina, Stephen F W Thenu, Johanna M Luhukay. "ANALISIS PENDAPA...	0%
18	Internet	mafiadoc.com	0%
19	Internet	adjieputra.blogspot.com	0%
20	Internet	jurnal.umj.ac.id	0%
21	Internet	text-id.123dok.com	0%
22	Internet	www.bakul.my.id	0%
23	Publication	Edmond L. Jim. "METABOLISME LIPOPROTEIN", JURNAL BIOMEDIK (JBM), 2014	0%
24	Internet	artikelkesmas.blogspot.com	0%

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA AKSEPTOR**

**KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN *DEPO MEDROXY PROGESTERONE***

**DAN KONTRASEPSI PIL KOMBINASI**



**SUFI ARIFIANIS MARCELYTA**

**211310025**

**PROGRAM STUDI DIII TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS**

**FAKULTAS VOKASI**

**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN**

**INSAN CENDEKIA MEDIKA JOMBANG**

**2024**

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Kontrasepsi hormonal seperti suntikan 3 bulan dan pil kombinasi telah menjadi pilihan utama bagi banyak perempuan dalam mengendalikan kehamilan. Meskipun efektivitasnya dalam mencegah kehamilan telah terbukti, penggunaan kontrasepsi hormonal juga telah dikaitkan dengan sejumlah dampak pada kesehatan perempuan termasuk perubahan profil lipid khususnya kadar kolesterol. Kolesterol merupakan komponen penting dalam metabolisme lipid tubuh dan memiliki peran penting dalam berbagai fungsi fisiologis. Namun ketidakseimbangan dalam kadar kolesterol terutama peningkatan kadar kolesterol LDL (*Low-Density Lipoprotein*) atau kolesterol jahat dan penurunan HDL (*High-Density Lipoprotein* atau kolesterol baik, dapat meningkatkan resiko penyakit jantung koroner dan stroke. Peningkatan kadar kolesterol pada KB suntik bisa terjadi dikarenakan KB suntik mengandung progestin, penggunaan progestin dapat berdampak pada metabolisme lipid. Termasuk meningkatkan kadar trigliserida dan menurunkan kadar HDL (kolesterol baik), progestin dalam suntikan KB dapat mempengaruhi aktivitas enzim yang terlibat dalam metabolisme lemak yang dapat meningkatkan produksi lipid termasuk kolesterol. kolesterol, estrogen dalam pil KB dapat mempengaruhi aktivitas enzim yang terlibat dalam metabolisme lemak yang dapat mempengaruhi pembentukan dan penghilangan kolesterol dari tubuh (Prasetyorini.,*et all* 2021)

Data pengguna kontrasepsi di dunia menurut *World Health Organization* (WHO) lebih dari 100 juta pasangan menggunakan alat kontrasepsi yang

memiliki efektifitas, dengan pengguna kontrasepsi hormonal sebesar 75% dan 25% menggunakan non hormonal. Pengguna kontrasepsi di dunia pada tahun 2019 mencapai 89%, sedangkan pada tahun 2020 terjadi peningkatan yaitu menjadi 92,1% (WHO, 2021). Disampaikan oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional pada tahun 2021, peserta KB secara nasional sampai dengan 2021 sebanyak 389.575,00 peserta. Apabila hanya dilihat pengguna kontrasepsi suntik maka presentasinya adalah 18.867.701 peserta suntik (4.504,88%). Data tersebut menunjukkan bahwa kontrasepsi hormonal terutama jenis kontrasepsi suntik merupakan kontrasepsi yang memiliki peserta terbanyak dengan menempati peringkat pertama. Menurut data di Jawa Timur peserta Keluarga Berencana (KB) berjumlah 961.259 dengan rincian Implant 94.528 (9,83%), Suntik 530.750 (55,21%), dan Pil 199.668 (20,77%). (Nisa, 2023)

Dampak kontrasepsi terhadap kadar kolesterol menjadi penting untuk faktor resiko kesehatan mengingat penggunaan jangka panjang dari kontrasepsi telah terkait dengan peningkatan kadar kolesterol. Efek samping dari kontrasepsi pil dapat meningkatkan kadar trigliserida, kolesterol total dan perubahan metabolisme. Perubahan metabolisme lemak disebabkan adanya pengaruh hormonal sehingga mengakibatkan gangguan keseimbangan profil lemak dalam tubuh kadar kolesterol yang tinggi dapat membuat resiko penyakit jantung koroner. Progesterin bekerja dengan mengikat reseptor hormon di dalam tubuh. Dapat mempengaruhi produksi lipoprotein, yang dapat mengubah profil lipid dalam darah, faktor ini bersama-sama dapat menyebabkan perubahan dalam metabolisme lipid, termasuk peningkatan kadar kolesterol LDL dan

penurunan kadar kolesterol HDL. Kadar kolesterol LDL dapat meningkat pada pengguna kontrasepsi hormonal seperti suntikan dan pil, dikarenakan hormon progesterin dalam kontrasepsi tersebut dapat mempengaruhi metabolisme lemak dalam tubuh. Termasuk kolesterol LDL ini dapat meningkatkan resiko penyakit kardiovaskular seperti jantung koroner, stroke pada beberapa individu. Studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan April tanggal 22 tahun 2024, dilakukan pada 2 responden KB suntik dan 2 responden KB pil. Mengukur kadar kolesterol menggunakan alat POCT di dapatkan hasil kadar kolesterol yang paling tinggi ditemukan pada pengguna kontrasepsi suntik dari pada kontrasepsi pil. Dikarenakan pada KB suntik mengandung hormon progesterin yang terkandung dalam kontrasepsi, kontrasepsi suntik atau injeksi merupakan cara untuk mencegah terjadinya kehamilan dengan melalui suntikan hormonal. Jenis kontrasepsi suntik ini juga semakin banyak dipakai, karena kerjanya yang efektif dan pemakaian yang praktis, apabila kadar kolesterol total kurang dari 200 mg/dL maka masih di batas tinggi jila sudah memasuki jumlah kadar kolesterol lebih dari 200 mg/dL dikatakan sudah masuk pada ambang batas.

Pengguna KB suntik dan KB pil penting untuk memperhatikan pola makan, dengan cara konsumsi makanan rendah lemak jenuh dan kolestrol tinggi batasi konsumsi makanan seperti daging berlemak. Agar tidak terjadinya obesitas atau kelebihan berat badan yang menyebabkan resiko penyakit pada pengguna kontrasepsi suntik maupun kontrasepsi pil dilakukan dengan mengatur pola makan, dapat membantu mengelola masalah kolestrol bagi pengguna kontrasepsi peningkatan berat badan akibat penggunaan kontrasepsi hormonal.



12 Berkaitan dengan peningkatan lemak tubuh dan adanya hubungan dengan regulasi nafsu makan. Umumnya pola makan seimbang dengan asupan nutrisi yang mencukupi. Hindari alkohol dan merokok, serta konsumsi makanan yang kaya akan nutrisi seperti sayuran, buah-buahan, protein, dan biji-bijian

22 tingkatkan konsumsi serat seperti buah buahan dan sayuran dapat membantu menurunkan kadar kolestrol. Batasi konsumsi makanan tinggi lemak jenuh seperti makanan berlemak, daging berlemak, dan produk susu tinggi lemak. dapat membantu menjaga keseimbangan pola makan Anda meskipun sedang menggunakan KB suntik atau pil. Sedangkan kontrasepsi suntik depo medroksiprogesteron asetat (DMPA) dapat menimbulkan menstruasi yang tidak teratur, perubahan berat badan dan perubahan lipid (Sitinjak, 2019; Hasibuan, 2022).

3 Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran kadar kolesterol pada pengguna kontrasepsi suntik dan pil pada bidan praktik mandiri

## 1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran kadar kolesterol total pada pengguna kontrasepsi suntik dan kontrasepsi pil?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui kadar kolesterol total pada pengguna kontrasepsi suntik dan kontrasepsi pil

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Dapat menambah pengetahuan tentang kadar kolesterol yang ada pada pengguna kontrasepsi suntik dan kontrasepsi pil agar bias dijadikan informasi ilmiah dalam jangka panjang

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Dapat lebih menambah informasi tentang kadar kolesterol pada KB dengan mengontrol kolesterol agar tidak tinggi saat penggunaan KB

## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Kontrasepsi

##### 2.1.1 Pengertian Kontrasepsi

Keluarga Berencana merupakan usaha untuk mengatur jumlah dan jarak anak yang diinginkan. Untuk dapat mencapai hal tersebut maka dibuatlah beberapa cara atau alternatif untuk mencegah ataupun menunda kehamilan. Cara-cara tersebut termasuk kontrasepsi atau pencegahan kehamilan dan perencanaan keluarga, kontrasepsi adalah alat atau obat yang salah satunya upaya untuk mencegah kehamilan atau tidak ingin menambah keturunan. Cara kerja kontrasepsi yaitu mencegah ovulasi, mengentalkan lendir serviks dan membuat rongga dinding rahim yang tidak siap menerima pembuahan dan menghalangi bertemunya sel telur dengan sel sperma (Zakiyah, 2020).

##### 2.1.2 Manfaat Kontrasepsi

###### a) Manfaat KB bagi Ibu

1. Perbaikan kesehatan badan karena tercegahnya kehamilan yang berulang kali dalam jangka waktu yang terlalu pendek.
2. Peningkatan kesehatan mental dan sosial yang dimungkinkan oleh adanya waktu yang cukup untuk mengasuh anak, beristirahat dan menikmati waktu luang serta melakukan kegiatan yang lain.

## b) Manfaat KB bagi Anak

1. Dapat tumbuh dengan wajar dan sehat karena ibu yang mengandungnya dalam keadaan sehat
2. Memperoleh perhatian, pemeliharaan dan makanan yang cukup karena kehadiran anak tersebut memang diinginkan dan direncanakan (NKY Suartini, 2020)

### 2.1.3 Jenis - Jenis Kontrasepsi

Terdapat beberapa macam alat kontrasepsi yang dapat digunakan, antara lain :

#### a.) Jenis Jenis Kontrasepsi Hormonal

##### 1. Kontrasepsi Pil

Kontrasepsi pil merupakan jenis kontrasepsi oral yang harus diminum setiap hari yang bekerja mengentalkan lender serviks sehingga sulit dilalui oleh sperma. Terdapat dua macam yaitu kontrasepsi kombinasi atau sering disebut pil kombinasi yang mengandung progesteron dan estrogen, kemudian kontrasepsi pil progestin yang sering disebut dengan minipil yang mengandung hormone progesteron

##### 2. Kontrasepsi Implant

Kontrasepsi Implant adalah suatu alat kontrasepsi yang disusupkan dibawah kulit, biasanya dilengan bagian atas. Implant mengandung levonogestrol. Cara kerja dari kontrasepsi implant ini sama dengan kontrasepsi pil (Zakiyah, 2020).

### 3. Kontrasepsi Suntik

Kontrasepsi suntik adalah alat kontrasepsi yang diberikan dengan cara disuntikkan secara intramuskuler di daerah otot pantat (*gluteus maximus*). Jenis kontrasepsi suntik yang biasa digunakan antara lain *Cyclofem* pemberian dilakukan 1 bulan sekali, *Depo Medroxy Progesteron Acetate* (DMPA) pemberian setiap 3 bulan, dan *Depo Noretisteron Enantat* (*Depo Noristerat*) setiap 2 bulan.

### 4. Kontrasepsi IUD

Kontrasepsi singkatan dari "*intrauterine device*". Berbentuk seperti "T" dan sedikit berukuran sekitar 3 cm. IUD akan dipasang dalam rahim dan mencegah kehamilan dengan menghentikan sperma untuk mencapai dan membuahi sel telur. Alat kontrasepsi ini dapat mencegah kehamilan hingga jangka waktu sepuluh tahun.

#### b.) Jenis Jenis Kontrasepsi Non Hormonal

##### 1. Kontrasepsi Tubektomi

Kontrasepsi merupakan prosedur pemotongan atau penutupan tuba falopi, yaitu saluran yang menghubungkan indung telur (ovarium) dan rahim. Prosedur ini membuat sel-sel telur tidak bisa memasuki rahim sehingga tidak dapat dibuahi. Tubektomi juga dapat menghalangi sperma masuk ke dalam tuba falopi.

##### 2. Kontrasepsi Vasektomi

Kontrasepsi untuk menghentikan kapasitas reproduksi pria dengan melakukan oklusi vasa deferens sehingga alur transport sperma terhambat dan proses fertilisasi tidak terjadi.



### 3. Kontrasepsi Kondom

Kontrasepsi digunakan untuk menghalangi terjadinya pertemuan sperma dan sel telur dengan cara mengemas sperma di ujung selubung karet yang dipasang pada penis sehingga sperma tersebut tidak tumpah ke dalam saluran reproduksi perempuan.

### 4. Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR)

Kontrasepsi AKDR dimasukkan ke dalam uterus, AKDR menghambat kemampuan sperma untuk masuk ke tuba falopi mempengaruhi fertilisasi sebelum ovum mencapai kavum uteri. Mencegah sperma dan ovum bertemu, mencegah implantasi telur dalam uterus (Ratu Matahari,2019)

## 2.2 Kolesterol

### 2.2.1 Pengertian Kolesterol

Kolesterol adalah salah satu komponen dalam membentuk lemak di dalam lemak terdapat berbagai macam komponen yaitu seperti zat trigliserida, fosfolipid, asam lemak bebas, dan juga kolesterol. Secara umum, kolesterol berfungsi untuk membangun dinding didalam sel(membran sel) dalam tubuh. Bukan hanya itu saja, kolesterol juga berperan penting dalam memproduksi hormon seks, vitamin D, serta berperan penting dalam menjalankan fungsi saraf dan otak. Kolesterol Total merupakan jumlah kolesterol yang dibawa dalam semua partikel pembawa kolesterol dalam darah, termasuk *High Density Lipoprotein* (HDL), *Low Density Lipoprotein* (LDL) dan *Very Low Density Lipoprotein* (VLDL). Dengan kata lain, Kolesterol Total adalah jumlah dari semua kolesterol dalam darah. Kolesterol

1 fungsinya menghasilkan hormon, melapisi sel-sel saraf supaya bisa menghantarkan rangsangan dengan tepat dan membentuk membran terluar dari sel-sel tubuh. Kolesterol adalah komponen lemak yang paling penting bagi tubuh. Kadar kolesterol total dikatakan normal apabila 240 mg/dl (Adnya, 2019).

### 1 2.2.2 Jenis Jenis Kolesterol

Kolesterol yang diproduksi dalam tubuh terdiri atas *High Density Lipoprotein* (HDL) dan *Low Density Lipoprotein* (LDL). Kolesterol baik yang dibutuhkan oleh tubuh manusia disebut HDL, sedangkan LDL merupakan kolesterol jahat yang perlu dijaga. HDL disebut sebagai lemak baik karena membersihkan LDL dari dinding pembuluh darah dengan cara mengangkutnya kembali ke hati. Saat kadar LDL dalam darah melebihi kadar HDL, maka akan mengganggu metabolisme tubuh dan jantung (Adnya, 2019).

#### 1 1) *Kolesterol High Density Lipoprotein* (HDL)

Merupakan lipoprotein yang memuat banyak protein dan sedikit lemak. HDL mengambil kolesterol ekstra dari sel-sel, dan jaringan-jaringan yang akan dibawa ke hati, dan memanfatkannya untuk membuat cairan empedu atau memprosesnya kembali. HDL berfungsi untuk membalikan transport kolesterol yang memungkinkan organ hati melepaskan kelebihan kolesterol pada jaringan perifer (Adnya Sari,2019).

## 2) *Kolesterol Low Density Lipoprotein (LDL)*

merupakan kolesterol lemak jenuh, dan berbahaya karena mampu menumpuk dalam pembuluh darah kemudian akan menghambat proses perjalanan nutrisi dan oksigen melalui aliran darah ke seluruh tubuh. Kolesterol LDL sering disebut sebagai kolesterol jahat. Kolesterol LDL merupakan lipoprotein yang paling banyak memuat kolesterol, plak kolesterol dinding pembuluh darah akan tambah terbentuk jika kadar kolesterol LDL terlalu tinggi (Adnya, 2019).

## 3) *Very Low Density Lipoprotein (VLDL)*

Merupakan senyawa lipoprotein yang berat jenisnya sangat rendah. Jenis lipoprotein ini memiliki kandungan lipid tinggi. Kira-kira 20% kolesterol terbuat dari lemak endogenus di hati, di dalam tubuh senyawa ini difungsikan sebagai pengangkut trigliserida dari hati ke seluruh jaringan tubuh, menjelaskan bahwa sisa kolesterol yang tidak diekskresikan dalam empedu akan bersatu dengan *Very Low Density Lipoprotein (VLDL)* sehingga menjadi *Low Density Lipoprotein (LDL)*. Dengan bantuan enzim lipoprotein lipase, VLDL di ubah menjadi *Intermediate Density Lipoprotein (IDL)* dan selanjutnya menjadi *Low Density Lipoprotein (LDL)* (Adnya,2019)

### 2.2.3 Faktor Pengaruh Peningkatan Kadar Kolesterol

Kadar kolesterol dalam darah dapat dipengaruhi oleh 2 faktor risiko yaitu faktor yang dapat diubah dan faktor yang tidak dapat diubah yaitu sebagai berikut :



## 1. Faktor yang tidak dapat diubah

### a) Usia

Semakin meningkatnya usia seseorang ditambah dengan kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi kolesterol akan meningkatkan risiko seseorang mengalami hiperkolesterolemia (Agfrilita, 2020).

### b) Jenis kelamin

Wanita memiliki hormon estrogen yang dapat menurunkan kadar kolesterol dalam darah. Sedangkan pria memiliki hormon testosterone yang dapat meningkatkan kadar kolesterol (Agfrilita, 2020).

### c) Genetik

Seseorang yang memiliki riwayat keluarga dengan hiperkolesterolemia memiliki risiko untuk mengalami hal yang sama pula. Seseorang yang mengonsumsi sedikit makanan tinggi kolesterol, maka orang tersebut juga berisiko mengalami hiperkolesterolemia (Agfrilita, 2020).

Kelainan genetik pada gen-gen yang mengatur metabolisme lemak juga dapat mempengaruhi kadar kolesterol. Biasanya kelainan ini diwariskan dari kedua orang tuanya, gangguan genetik langka yang disebabkan oleh kerusakan gen yang memberi kode pada reseptor LDL disebut hiperkolesterolemia familial. Keturunan heterozigot hanya memiliki setengah jumlah reseptor LDL normal. Karena jumlah reseptor LDL hepatic ini berkurang atau tidak ada sehingga menyebabkan penderita hiperkolesterolemia familial tersebut tidak dapat mengatur kadar LDL di dalam darah dan menghasilkan

konsentrasi LDL plasma yang sangat tinggi pada usia yang sangat muda (Agfrilita, 2020).

## 2. Faktor yang dapat diubah

### a). Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik merupakan bentuk dari aktivitas otot yang menghasilkan kontraksi. Aktivitas fisik yang cukup dan dilakukan setiap hari, maka energi harian yang dikeluarkan semakin besar pula sehingga lemak dan berat badan akan mengalami penurunan secara berkala. Pengurangan energi dan lemak juga dapat menurunkan kadar kolesterol dalam darah.

### b) Asupan Zat Gizi

Zat-zat gizi yang dapat mempengaruhi kadar kolesterol darah yaitu :

#### 1. Karbohidrat

Karbohidrat merupakan sumber energi utama yang diperlukan oleh tubuh. Sebagian karbohidrat di dalam tubuh berada dalam sirkulasi darah sebagai glukosa untuk kebutuhan energi segera, sebagian disimpan di hati dan jaringan otot dalam bentuk glikogen dan sebagian lagi diubah menjadi lemak untuk kemudian disimpan dalam jaringan lemak sebagai cadangan energi.

#### 2. Protein

Konsumsi protein secara berlebihan dapat membahayakan kesehatan tubuh. Jumlah protein yang berlebihan dalam tubuh akan

mengalami proses deaminasi. Kemudian nitrogen dikeluarkan dari tubuh dan sisa-sisa ikatan karbon akan di ubah menjadi lemak dan disimpan di dalam tubuh. Jumlah lemak yang tinggi di dalam tubuh menyebabkan kadar kolesterol meningkat (Agfrilita, 2020).

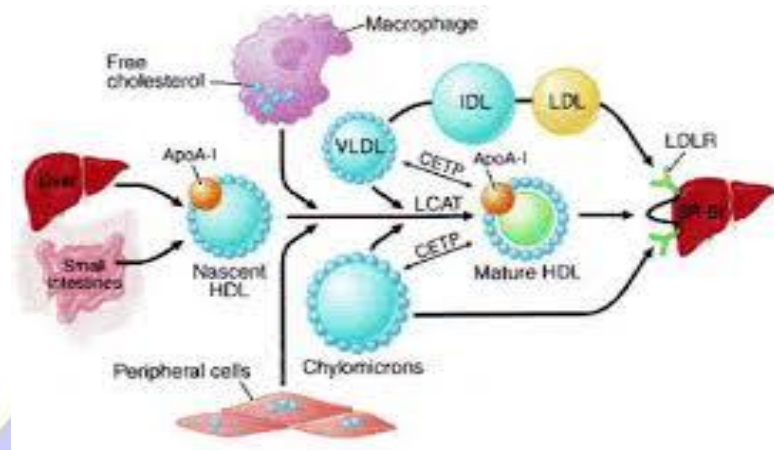
### 3. Lemak

Asupan lemak yang meningkat juga dapat menyebabkan peningkatan asupan kolesterol total karena lemak yang terkandung dalam makanan sebagian besar berupa trigliserida akan mengalami proses hidrolisis menjadi gliserol dan asam lemak. Untuk menghasilkan energi maka asam lemak ini akan mengalami oksidasi menjadi asetil-KoA. Senyawa ini yang akan diubah oleh tubuh untuk membentuk kolesterol, sehingga apabila asupan lemak tidak dikontrol maka asetil-KoA di dalam tubuh juga akan terus mengalami peningkatan (Agfrilita, 2020).

#### 2.2.4 Transport Kolesterol

Lemak yang diserap dari makanan dan lipid yang disintesis oleh hati dan jaringan adiposa harus diangkut ke berbagai jaringan dan organ untuk digunakan dan disimpan. Lipid plasma terdiri dari trigliserida (16%), fosfolipid (30%), kolesterol (14%), ester kolesterol (36%) dan asam lemak bebas (4%). Lipid diangkut di dalam plasma sebagai lipoprotein, empat kelompok utama lipoprotein penting yaitu : kilomikron, VLDL, LDL dan HDL. Kilomikron mengangkut lipid yang dihasilkan dari pencernaan dan penyerapan, VLDL mengangkut trigliserida dari hati, LDL menyalurkan kolesterol ke jaringan, dan HDL membawa kolesterol ke jaringan dan

mengembalikannya ke hati untuk diekskresikan dalam proses yang dikenal sebagai transpor kolesterol terbalik *reverse cholesterol transport* (Hardiyanti,2019)



Gambar 2.1 Metabolisme HDL dan *reverse cholesterol transfer*

Sumber : (Rader DJ dan Hobbs HH, 2008)

### 2.2.5 Metabolisme Kolesterol

Kolesterol diabsorpsi di usus dan ditranspor dalam bentuk kilomikron menuju hati, kolesterol dibawa oleh *Very Low Density Lipoprotein* (VLDL) untuk membentuk *Low Density Lipoprotein* (LDL) melalui perantara *Intermediate Density Lipoprotein* (IDL). LDL akan membawa kolesterol ke seluruh jaringan perifer sesuai dengan kebutuhan. Sisa kolesterol di perifer akan berikatan dengan *High Density Lipoprotein* (HDL) dan dibawa kembali ke hati agar tidak terjadi penumpukan di jaringan. Kolesterol yang ada di hati diekskresikan menjadi asam empedu yang sebagian dikeluarkan melalui feses, sebagian asam empedu diabsorpsi oleh usus melalui vena porta hepatic yang disebut dengan siklus enterohepatik. Dalam berbagai proses metabolisme tubuh, kolesterol juga mengambil peran penting diantaranya

1 proses pembentukan sel-sel dalam tubuh, lemak berperan sebagai pembentuk dinding-dinding sel. Dibutuhkan untuk bahan dasar pembentukan hormon-hormon steroid dan membuat asam empedu untuk proses emulsi lemak (Devia Z.N,2023).

### 1 2.2.6 Manfaat Kolesterol

Manfaat kolesterol dalam tubuh antara lain :

1. Pembentukan dinding sel tubuh kolesterol dibutuhkan sebagai salah satu komponen pembentuk dinding sel pada tubuh. Dinding sel tersebut yang membentuk tubuh dengan baik.
2. Pembentuk hormon-hormon kolesterol merupakan bahan penting yang dibutuhkan oleh tubuh sebagai bahan dasar pembentukan hormon-hormon seperti testosteron, esterogen dan progesterone.
3. Pembentuk vitamin D kolesterol dibutuhkan dalam pembentukan vitamin D yang penting bagi kesehatan tulang.
4. Membantu proses kerja tubuh di empedu kolesterol dibutuhkan sebagai bahan pembentukan asam dan garam empedu yang berfungsi mengemulsi lemak dalam tubuh.
5. Sebagai sumber energi sebagai salah satu senyawa lemak, maka kolesterol merupakan salah satu sumber energi yang memberikan kalori sangat tinggi bagi tubuh. Kalori dibutuhkan oleh tubuh untuk bergerak dan beraktivitas (Lubis,2019)



### 2.2.7 Metode *Point Of Care Testing* (POCT)

POCT merupakan alat pemeriksaan laboratorium yang dioperasikan bukan di dalam laboratorium induk, melainkan langsung di dekat pasien, baik pasien rawat jalan maupun pasien rawat inap. Dengan semakin canggihnya peralatan POCT, banyak pihak telah mencoba memakai fasilitas ini tanpa pemahaman teknis penggunaannya. Padahal penggunaan alat-alat laboratorium termasuk POCT tanpa pengetahuan yang kuat akan menyebabkan kesalahan pengeluaran hasil, yang akhirnya membahayakan nyawa. Gagasan yang melatar belakangi adanya POCT ialah untuk mempermudah dan mempercepat pemeriksaan laboratorium sehingga hasil yang didapat akan memberikan pengambilan keputusan klinis secara cepat oleh dokter (Rahmadila, 2021).

#### a. Kelebihan Metode POCT

- 1) Hasilnya cepat sehingga diagnosis dapat segera ditegakkan
- 2) Mudah digunakan dapat dilakukan oleh perawat, pasien dan keluarganya untuk monitoring pasien
- 3) Volume sampel yang dipakai lebih sedikit
- 4) Alat lebih kecil/tidak perlu ruangan khusus
- 5) Mudah dibawa

#### b. Kekurangan Metode POCT

- 1) Presisi dan akurasi kurang baik bila dibandingkan dengan metode rujukan

- 2) Kemampuan pengukuran terbatas
- 3) Dipengaruhi oleh suhu
- 4) Pra analitik sulit dikontrol bila yang melakukan bukan orang yang kompeten
- 5) Pemantapan mutu internal kurang diperhatikan dan sulit terdokumentasi (Rahmadila, 2021)

### 2.2.8 Nilai Normal Kolesterol

Menurut *World Health Organization* WHO (WHO, 2024) :

Tabel 2.1 Kategori Nilai Normal Kolesterol

1	Normal	< 200 mg/dL
2	Batas Tinggi	200 – 239 mg/dl
3	Tinggi	> 240 mg/dl

### 2.2.9 Penelitian Sebelumnya Tentang Kolesterol Pada KB suntik dan KB pil

Penelitian yang dilakukan Edy Agustin Yazid, 2020 tentang perbedaan kadar kolesterol pada akseptor KB suntik dan KB pil menggunakan metode stick, hasil pemeriksaan menunjukkan rata rata kadar kolesterol akseptor KB pil adalah 207 mg/dL dan akseptor KB suntik 177 mg/dL.

Penelitian yang dilakukan Suartini, Ni Komang Yuni 2020 tentang gambaran kadar kolesterol total padapengguna KB suntik di desa Tuwed kecamatan Malaya, menggunakan POCT hasil pemeriksaan menunjukkan 10 responden (25%) diambang batas.

Penelitian yang dilakukan Rara Yumna Putri Purnama 2020 tentang perbandingan kadar kolesterol total pada akseptor KB injeksi DMPA dan injeksi kombinasi di puskesmas bulak benteng, ditemukan kadar injeksi DMPA lebih tinggi.

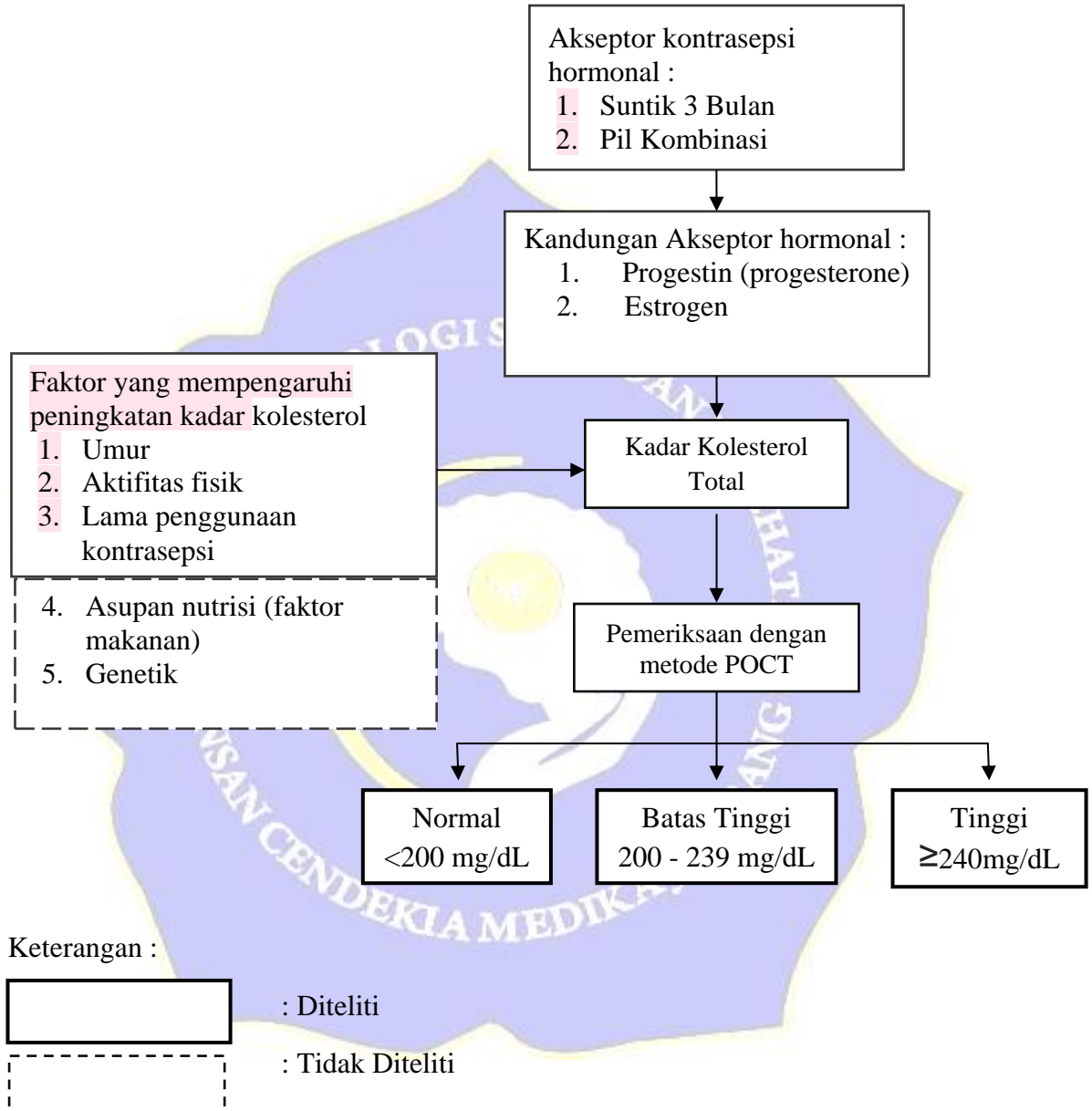




1

### BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL

#### 3.1 Kerangka Konseptual



Gambar 3.1 Kerangka konsep pemeriksaan kadar kolestrol pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan dan pil kombinasi

1

### 3.2 Penjelasan Kerangka Konseptual

Berdasarkan gambar 3.1 dapat dijelaskan bahwa kontrasepsi hormonal metode suntik dan pil terdapat kandungan progestin dan estrogen yang dapat mempengaruhi kadar kolesterol, hal tersebut juga dapat dipengaruhi oleh beberapa factor diantaranya usia, aktifitas fisik, lama penggunaan KB, asupan nutrisi atau makanan dan factor genetik. Pemeriksaan kadar kolesterol pada pengguna kontrasepsi suntik dan pil dapat dilakukan dengan menggunakan metode POCT (*Point of Care Test*), nilai normal kadar kolesterol total menurut kemenkes 2019 yaitu normal <200 mg/dl, batas tinggi 200-239 mg/dL dan tinggi >240mg/dL



## BAB 4

### METODE PENELITIAN

#### 4.1 Jenis Penelitian

Penelitian bersifat deskriptif. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan keadaan di dalam suatu kelompok yang dikenal dengan penelitian deskriptif (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini mendeskripsikan kadar kolesterol total pada pengguna kontrasepsi suntik dan pil.

#### 4.2 Waktu Penelitian dan Tempat Penelitian

##### 4.2.1 Waktu Penelitian

Pelaksanaan dan penelitian dimulai pada bulan Maret dan berlangsung hingga Juli 2024.

##### 4.2.2 Tempat Penelitian

Penelitian akan dilakukan di Bidan Praktik Mandiri (BPM) Lilis Suryawati Desa Sambong Dukuh Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang. Pemeriksaan kolesterol total dilakukan di Desa Sambong Dukuh.

#### 4.3 Populasi Penelitian, *Sampling*, dan Sampel

##### 4.3.1 Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah 219 akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan *Depo Mederokxy Progesteron* dan 30 akseptor kontrasepsi pil kombinasi, di Lilis Suryawati Desa Sambong Dukuh Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.

### 4.3.2 Sampling

*Purposive sampling* digunakan dalam penelitian ini. *Purposive sampling* digunakan untuk pengambilan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi yang sesuai kriteria sampel yang dikehendaki oleh peneliti. (Sugiyono, 2019).

### 4.3.3 Sampel

Sampel pada penelitian ini yaitu sebagian pengguna kontrasepsi suntik dan pil di BPM Lilis Suryawati Desa Sambong Dukuh Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang. Sampel akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan dan sampel kontrasepsi pil sebanyak 20 orang.

#### a. Kriteria Inklusi

Adapun kriteria Inklusi dalam penelitian ini yaitu :

- 1) Bersedia menjadi responden penelitian
- 2) Responden merupakan pengguna aktif kontrasepsi suntik 3 bulan dan pil kombinasi.
- 3) Akseptor aktif penggunaan KB suntik selama 2 tahun dan akseptor KB pil selama 2 tahun
- 4) Responden dengan usia 20-49 tahun

#### b. Kriteria Eksklusi

Adapun kriteria Eksklusi dalam penelitian ini yaitu :

- 1) Mempunyai riwayat Diabetes Melitus
- 2) Merupakan obesitas ( $IMT > 27,0$ )

#### 4.4 Kerangka Kerja (Frame Work)



Gambar 4.1 Kerangka kerja gambaran kadar kolesterol total pada pengguna kontrasepsi suntik dan pil.

## 4.5 Variabel dan Definisi Operasional Variabel

### 4.5.1 Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah kadar kolesterol total pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan dan pil kombinasi.

### 4.5.2 Definisi Operasional Variabel

Definisi Operasional Variabel adalah batasan dan cara pengukuran variabel yang akan diteliti. Definisi operasional variabel disusun dalam bentuk matrik, yang berisi : nama variabel, deskripsi variabel, parameter, alat ukur, hasil ukur, dan skala ukur yang digunakan (nominal, ordinal, interval dan rasio) (Rafika Ulfa, 2021).

Tabel 4.1 Definisi Oprasional Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Pengguna Kontrasepsi Suntik

Variabel	Definisi Oprasional	Parameter	Instrumen	Kategori	Skala Data
Kadar kolesterol total pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan	Banyaknya kolesterol dalam darah pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan	Terdapat kadar kolesterol total	Observasi laboratirum dengan alat POCT	Normal : <200 mg/dL Batas Tinggi : 200 - 239 mg/dL Tinggi : >240mg/dL (WHO, 2024)	Ordinal



Kadar kolesterol total pada pengguna kontrasepsi pil kombinasi	Banyaknya kolesterol dalam darah pada pengguna kontrasepsi pil kombinasi	Terdapat kadar kolesterol total	Observasi laboratirum dengan alat POCT	Normal : <200 mg/dL Batas Tinggi : 200 - 239 mg/dL Tinggi : >240mg/dL (WHO, 2024)	Ordinal
----------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	---------------------------------	----------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------	---------

#### 4.6 Pengumpulan Data

##### 4.6.1 Data Primer

Penelitian ini menggunakan data primer. Data primer adalah data informasi yang diperoleh tangan pertama yang dikumpulkan secara langsung dari sumbernya (Sari, 2019)

##### 4.6.2 Alat dan Bahan Pemeriksaan Kolesterol

###### a. Alat

1. POCT
2. Strip test kolesterol
3. Alkohol swab
4. Lancet

###### b. Bahan

Darah kapiler

##### 4.6.3 Prosedur Pemeriksaan Kolesterol

###### a. Pra Analitik

1. Memperkenalkan diri kepada responden

2. Menjelaskan prosedur yang akan dilakukan dan meminta persetujuan responden
3. Melakukan desinfeksi
4. Menggunakan APD
5. Melakukan verifikasi identitas
6. Mempersiapkan alat pemeriksaan kolesterol

#### **b. Analitik**

Metode : POCT

Prosedur kerja

1. Memilih penusukan pada jari tangan tengah atau manis responden
2. Membersihkan bagian yang akan ditusuk
3. Menunggu hingga kering
4. Menusuk jari menggunakan lancet
5. Mengusap darah dengan alcohol swab
6. Menaruh darah kapiler pada strip test
7. Membuang lancet bekas tusukan jarum ke safety box

#### **c. Pasca Analitik**

Hasil metode POCT dicatat dan dikumpulkan untuk interpretasi guna menentukan apakah hasilnya berada dalam batas normal atau di batas normal dengan membandingkan nilai referensi atau nilai normal.

### **4.7 Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data**

#### **4.7.1 Teknik Pengelohan Data**

Pengolahan data dilakukan dengan cara :



### 1) Editing

*Editing* yaitu proses meninjau dan mengubah isi kuesioner atau formulir (Notoatmodjo, 2018).

### 2) Coding

Coding merupakan kegiatan merubah data berbentuk huruf menjadi data berbentuk angka atau bilangan (Sukma, 2022). Dalam penelitian ini dilakukan tahapan pengkodean sebagai berikut :

- a. Sampel No 1                      Kode 1
- b. Sampel No 2                      Kode 2
- c. Sampel No 3                      Kode 3
- d. Sampel No 4                      Kode 4
- e. Sampel No 5                      Kode 5

#### 4.7.2 Analisa Data

Analisa data adalah proses mengeksplorasi, menginterpretasi, dan menarik kesimpulan dari data dengan menggunakan metode statistik, matematik, logik, dan teknik lainnya. Analisa data juga bertujuan untuk menguji hipotesis, menjawab pertanyaan penelitian, atau mendukung pengambilan keputusan (2023). Dalam penelitian ini, di hitung distribusi frekuensi dan persentase masing-masing variabel dilaporkan dengan menggunakan analisis univariat deskriptif langsung. Selanjutnya, tabel dan narasi digunakan untuk menyajikan data.

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

P = Presentase variabel yang diteliti

F = Frekuensi sampel diperiksa

N = Jumlah sampel diteliti

Setelah diketahui persentase yang di hitung, selanjutnya diinterpretasikan dengan kriteria sebagai berikut: Seluruh responden: 100%, hampir seluruh responden: 76-99%, sebagian besar responden: 51-75%, setengah responden: 50%, hampir setengah responden: 26-49%, sebagian kecil responden: 1-25% (Arikunto, 2021).

Hasil pengolahan data, kemudian diinterpretasikan dengan menggunakan skala sebagai berikut (Arikunto, 2021) :

1. 100% : Seluruhnya
2. 76-99% : Hampir seluruh sampel
3. 51-75% : Sebagian besar sampel
4. 50% : Setengah sampel
5. 26-49% : Hampir setengah sampel
6. 1-25% : Sebagian kecil sampel
7. 0% : Tidak ada satupun sampel

#### 4.7.3 Etika Penelitian

##### 1. *Ethical Clearance* (Kelayakan Etik)

*Ethical Clearance* adalah uji yang dilakukan terkait dengan makhluk hidup untuk melindungi subyek penelitian (Wardhono & Lestari, 2022).

*Ethical Clearance* dilakukan di KEPK (Komisi Etik Penelitian Kesehatan) ITSKes ICMe Jombang.

## 2. *Anonymity* (Tanpa Nama)

*Anonymity* merupakan sebuah usaha dalam menjaga kerahasiaan yang dilakukan peneliti untuk tidak mencantumkan nama responden; sebaliknya, itu hanya memberi kode pada sheet.

## 3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Menurut Notoamodjo (2019) Setiap orang memiliki hak *individu* yang mendasar, seperti hak atas privasi dan kemampuan untuk mengungkapkan informasi secara bebas. Informasi mengenai identitas dan kerahasiaan subjek tidak boleh diungkapkan oleh peneliti.

## 4. *Informed Consent* (Persetujuan)

Mendapatkan persetujuan dari partisipan yang akan terlibat dalam penelitian dengan memberikan informasi tentang studi yang dilakukan potensi kerugian serta manfaat yang akan didapat secara komprehensif sehingga secara sukarela bersedia mengikuti.

5

## BAB 5

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 5.1 Hasil

##### 5.1.1 Data Umum

Karakteristik pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan dan pil kombinasi dibagi menjadi yaitu berdasarkan umur, lama pemakaian jenis kontrasepsi suntik 3 bulan dan pil kombinasi

1. Karakteristik Responden berdasarkan umur pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan dan pil kombinasi

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan dan pil kombinasi diperoleh data sebagai berikut

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Akseptor Kontrasepsi Suntik 3 Bulan di BPM Lilis Surya Wati Pada Juli 2024

NO	Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Dewasa Awal (26-35 tahun)	8	40
2.	Dewasa Akhir (36-45 tahun)	10	50
3.	Lansia Awal (46-55 tahun)	2	10
	Total	20	100

Sumber: (Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 5.1 didapatkan hasil bahwa hampir setengahnya responden kontrasepsi suntik 3 bulan usia dewasa awal dengan frekuensi 8 responden (40%), dewasa akhir dengan frekuensi 10 responden (50%), dan sebagian kecil lansia awal dengan frekuensi 2 responden (10%),

17

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Akseptor Kontrasepsi Pil Kombinasi di BPM Lilis Surya Wati Pada Juli 2024

NO	Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Dewasa Awal (26-35 tahun)	6	30
2.	Dewasa Akhir (36-45 tahun)	9	45
3.	Lansia Awal (46-55 tahun)	5	25
Total		20	100

Sumber: (Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 5.2 didapatkan hasil bahwa hampir setengahnya responden kontrasepsi pil kombinasi usia dewasa awal dengan frekuensi 6 responden (30%), hampir setengah responden dewasa akhir dengan frekuensi 9 (45%), sebagian kecil lansia awal dengan frekuensi 5 responden (25%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan *Depo Medroxy Progesterone*

Hasil penelitian berdasarkan lama penggunaan kontrasepsi suntik yang dilakukan peneliti pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan didapatkan data berdasarkan lama penggunaan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 bulan *Depo Medroxy Progesterone* BPM Lilis Surya Wati Pada Juli 2024

NO	Lama Penggunaan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	2 tahun	18	90
2	> 2 tahun	2	10
Total		20	100

Sumber: (Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 5.3 didapatkan hasil hampir seluruh sampel responden yang lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan *Depo Medroxy Progesterone* selama 2 tahun dengan frekuensi 18 responden (90%), sebagian kecil penggunaan kontrasepsi lebih dari 2 tahun dengan frekuensi 2 responden (10%).



3. Karakteristik responden berdasarkan lama penggunaan kontrasepsi pil kombinasi

Hasil penelitian berdasarkan lama penggunaan kontrasepsi suntik yang dilakukan peneliti pada pengguna kontrasepsi pil kombinasi didapatkan data berdasarkan lama penggunaan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Penggunaan Kontrasepsi Pil Kombinasi BPM Lilis Surya Wati Pada Juli 2024

NO	Lama Penggunaan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	2 tahun	15	75
2	> 2 tahun	5	25
Total:		20	100

Sumber: (Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 5.4 didapatkan hasil hampir seluruh sampel responden yang lama penggunaan kontrasepsi pil kombinasi selama 2 tahun dengan frekuensi 15 responden (75%), sebagian kecil penggunaan kontrasepsi lebih dari 2 tahun dengan frekuensi 5 responden (25%).

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pola Makanan Berkolesterol tinggi

Hasil penelitian berdasarkan pola makanan berkolesterol diperoleh data pada tabel sebagai berikut :

Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makanan Berkolesterol di BPM Lilis Surya Wati Pada Akseptor Suntik 3 Bulan Pada Juli 2024

No	Mengonsumsi Makanan Berkolesterol	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Selalu	7	35
2.	Sering	8	40
3.	Kadang – kadang	5	25
Total		20	100

Sumber: (Data primer 2024)

Berdasarkan tabel 5.5 didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden kontrasepsi suntik 3 bulan di dapatkan hasil selalu mengonsumsi makan berkolesterol sebanyak 7 frekuensi (35%), sering mengonsumsi makan berkolesterol sebanyak 8 (40%), kadang kadang mengonsumsi makan berkolesterol sebanyak 5 (25%).

Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makanan Berkolesterol di BPM Lilis Surya Wati Pada Akseptor Pil Kombinasi Pada Juli 2024

No	Mengonsumsi Makanan Berkolesterol	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Selalu	9	45
2.	Sering	8	40
3.	Kadang – kadang	3	15
Total		20	100

Sumber: (Data primer 2024)

Berdasarkan tabel 5.6 didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden kontrasepsi suntik 3 bulan di dapatkan hasil selalu mengonsumsi makan berkolesterol sebanyak 9 frekuensi (45%), sering mengonsumsi makan berkolesterol sebanyak 8 (40%), kadang kadang mengonsumsi makan berkolesterol sebanyak 3 (15%).

Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktifitas Fisik di BPM Lilis Surya Wati Pada Akseptor Suntik 3 Bulan Pada Juli 2024.

No	Mengonsumsi Makanan Berkolesterol	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Sering	6	30
2.	Kadang – kadang	5	25
3.	Tidak Pernah	9	45
Total		20	100

Sumber. (Data Primer,2024)

Berdasarkan tabel 5.7 didapatkan hasil hampir setengah sampel responden yang sering melakukan aktivitas fisik pada kontasepsi suntik 3 bulan dengan frekuensi 6 responden (30%), sebagian kecil responden yang kadang-kadang melakukan aktivitas fisik dengan frekuensi 5 responden (25%), dan yang tidak pernah melakukan aktifitas fisik hampir setengah sampel dengan frekuensi 9 responden (45%).

Tabel 5.8 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktifitas Fisik di BPM Lilis Surya Wati Pada Akseptor Pil Kombinasi Pada Juli 2024.

No	Mengonsumsi Makanan Berkolesterol	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Sering	7	35
2.	Kadang – kadang	5	25
3.	Tidak Pernah	8	40
Total		20	100

Sumber. (Data Primer,2024)

Berdasarkan tabel 5.8 didapatkan hasil hampir setengah sampel responden yang sering melakukan aktivitas fisik pada kontasepsi suntik 3 bulan dengan frekuensi 7 responden (35%), sebagian kecil responden yang kadang-kadang melakukan aktivitas fisik dengan frekuensi 5 responden (25%), dan yang tidak pernah melakukan aktifitas fisik hampir setengah sampel dengan frekuensi 8 responden (40%).



### 5.1.2 Data Khusus

Pemeriksaan kadar kolesterol total pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan *Depo Medroxy Progesterone* menggunakan alat pemeriksaan POCT hasil penelitian kategori normal <200mg/dl, batas tinggi 200-239 mg/dl, batas tinggi, tinggi >240mg/dl.

Tabel 5.9 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hasil Pemeriksaan Kadar Kolesterol Total Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Di Bpm Lilis Surya Wati Pada Juli 2024

No	Kadar Kolesterol Total	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Normal (< 200)	12	60
2.	Batas Tinggi (200-239)	4	20
3.	Tinggi (>240)	4	20
Total		20	100

Sumber: (Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 5.7 didapatkan hasil akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan sebagian besar mempunyai kadar kolesterol total normal sejumlah 12 responden (60%), sebagian kecil pada batas normal sejumlah 4 responden (20%), dan sebagian kecil mempunyai kadar kolesterol total tinggi sejumlah 4 responden (20%).

Pemeriksaan kadar kolesterol total pada akseptor pil kombinasi kontrasepsi menggunakan alat pemeriksaan POCT hasil penelitian kategori Normal <200mg/dl, Batas Tinggi 200-239 mg/dl, Tinggi  $\geq$ 240mg/dl.

Tabel 5.10 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hasil Pemeriksaan Kadar Kolesterol Total Pada Akseptor Kontrasepsi Pil Kombinasi di BPM Lilis Surya Wati Pada Juli 2024

No	Kadar Kolesterol Total	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Normal (< 200)	6	30
2.	Batas Tinggi (200-239)	8	40
3.	Tinggi (>240)	6	30
Total		20	100

Sumber: (Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 5.8 didapatkan hasil akseptor kontrasepsi pil kombinasi hampir sebagian besar sampel mempunyai kadar kolesterol total batas tinggi sejumlah 8 responden (40%), hampir setengah sampel pada normal sejumlah 6 responden (30%), dan hampir setengah sampel mempunyai kadar kolesterol total tinggi sejumlah 6 responden (30%).

5.11 Tabulasi Silang Antara Umur Pengguna Kontrasepsi Suntik 3 bulan *Depo Medroxy Progesterone* Dengan Kadar Kolesterol Total

Usia	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Batas Tinggi		Tinggi		Total	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Dewasa Awal (26-35 tahun)	6	30	0	0	2	10	8	40
Dewasa Akhir (36-45 tahun)	6	30	2	10	2	10	10	50
Lansia Awal (46-55 tahun)	0	0	2	10	0	0	2	10
Total	12	60	4	20	4	20	20	100

Sumber: (Data Primer 2024)

Berdasarkan tabulasi silang dari umur pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan memiliki kadar kolesterol total normal pada umur dewasa awal dengan jumlah 6 responden (30%), tinggi sebanyak 2 responden (10%), kada kolesterol total

normal pada umur dewasa akhir sebanyak 6 responden (30%), batas tinggi sebanyak 2 responden (10%), tinggi sebanyak 2 responden (10%), dan kadar kolesterol total batas tinggi pada umur lansia awal sebanyak 2 responden (10%)

5.12 Tabulasi Silang Antara Umur Akseptor Kontrasepsi Pil Kombinasi Dengan Kadar Kolesterol Total

Usia	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Batas Tinggi		Tinggi		Total	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Dewasa Awal (26-35 tahun)	1	5	3	15	2	10	6	30
Dewasa Akhir (36-45 tahun)	2	10	5	25	2	10	9	45
Lansia Awal (46-55 tahun)	3	15	0	0	2	10	5	25
Total	6	30	8	40	6	30	20	100

Sumber: (Data Primer 2024)

Berdasarkan tabulasi silang dari umur pengguna kontrasepsi Pil memiliki kadar kolesterol total normal pada umur dewasa awal dengan jumlah 1 responden (5%), batas tinggi sebanyak 3 responden (15%), tinggi sebanyak 2 responden (10%). Kadar kolesterol total normal pada umur dewasa akhir sebanyak 2 responden (10%), tinggi sebanyak 2 responden (10%), dan kadar kolesterol total normal pada umur lansia awal sebanyak 3 responden (15%), tinggi sebanyak 2 responden (10%).

5.13 Tabulasi Silang Antara Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan *Depo Medroxy Progesterone* Dengan Kadar Kolesterol Total

Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 bulan	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Batas Tinggi		Tinggi		Total	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Selama 2 Tahun	12	60	2	10	4	20	18	90
> 2 Tahun	0	0	2	10	0	0	2	10
Total	12	60	4	20	4	40	20	100

Sumber: (Data Primer 2024)

Berdasarkan tabulasi silang dari lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan *Depo Medroxy Progesterone* memiliki kadar kolesterol normal pada lama penggunaan selama 2 tahun dengan jumlah 12 responden (60%), batas tinggi sebanyak 2 responden (10%), tinggi sebanyak 4 responden (20%). Kadar kolesterol total batas tinggi pada lama penggunaan lebih dari 2 tahun sebanyak 2 responden (10%).

5.14 Tabulasi Silang Antara Lama Penggunaan Kontrasepsi Pil Kombinasi Dengan Kadar Kolesterol Total

Lama Penggunaan Kontrasepsi Pil Kombinasi	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Batas Tinggi		Tinggi		Total	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Selama 2 Tahun	6	30	5	25	4	20	15	75
> 2 Tahun	0	0	3	15	2	10	5	25
Total	6	30	8	40	6	30	20	100

Sumber: (Data Primer 2024)

Berdasarkan tabulasi silang dari lama penggunaan kontrasepsi pil kombinasi memiliki kadar kolesterol normal pada lama penggunaan selama 2 tahun dengan jumlah 6 responden (30%), batas tinggi sebanyak 5 responden (25%), tinggi sebanyak 4 responden (20%). Kadar kolesterol total batas tinggi pada lama penggunaan lebih dari 2 tahun sebanyak 3 responden (15%), tinggi sebanyak 2 responden (10%).

5.15 Tabulasi Silang Antara Pola Makan Berkolesterol Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik 3 Bulan *Depo Medroxy Progesterone* Dengan Kadar Kolesterol

Mengkonsumsi Makan Berkolesterol	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Batas Tinggi		Tinggi		Total	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Selalu	1	5	3	15	3	15	7	35
Sering	6	30	1	5	1	5	8	40
Kadang-Kadang	5	25	0	0	0	0	5	25
Total	12	60	4	20	4	20	20	100

Sumber: (Data Primer 2024)

Berdasarkan tabulasi silang dari pola makan berkolesterol kontrasepsi suntik 3 bulan memiliki kadar kolesterol normal pada pola makan berkolesterol selalu dengan jumlah 1 responden (5%), batas tinggi sebanyak 3 responden (15%), tinggi sebanyak 3 responden (15%). Kadar kolesterol total normal pada pola makan berkolesterol sering sebanyak 6 responden (30%), batas tinggi sebanyak 1 responden (5%), tinggi sebanyak 1 responden (5%). Kadar kolesterol normal pada pola makan berkolesterol kadang-kadang 5 responden (25%).

5.16 Tabulasi Silang Antara Pola Makan Berkolesterol Pada Akseptor Kontrasepsi Pil Kombinasi Dengan Kadar Kolesterol

Mengkonsumsi Makan Berkolesterol	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Batas Tinggi		Tinggi		Total	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Selalu	1	5	5	25	3	15	9	45
Sering	2	10	3	15	3	15	8	40
Kadang-Kadang	3	15	0	0	0	0	3	15
Total	6	30	8	40	6	30	20	100

Sumber: (Data Primer 2024)

Berdasarkan tabulasi silang dari pola makan berkolesterol kontrasepsi pil kombinasi memiliki kadar kolesterol normal pada pola makan berkolesterol selalu



dengan jumlah 1 responden (5%), batas tinggi sebanyak 5 responden (25%), tinggi sebanyak 3 responden (15%). Kadar kolesterol total normal pada pola makan berkolesterol sering sebanyak 2 responden (10%), batas tinggi sebanyak 3 responden (15%), tinggi sebanyak 3 responden (15%). Kadar kolesterol normal pada pola makan berkolesterol kadang-kadang 3 responden (15%).

#### 5.17 Tabulasi Silang Antara Aktivitas Fisik Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik 3 Bulan *Depo Medroxy Progesterone* Dengan Kadar Kolesterol

Aktivitas Fisik	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Batas Tinggi		Tinggi		Total	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Sering	3	15	3	15	0	0	6	30
Kadang - Kadang	5	25	0	0	0	0	5	25
Tidak Pernah	4	20	1	5	4	20	9	45
Total	12	60	4	20	4	20	20	100

Sumber: (Data Primer 2024)

Berdasarkan tabulasi silang dari aktivitas fisik kontrasepsi suntik 3 bulan memiliki aktivitas fisik dengan kadar kolesterol normal pada aktivitas fisik sering dengan jumlah 3 responden (15%), batas tinggi sebanyak 3 responden (15%). Kadar kolesterol normal pada aktivitas fisik kadang-kadang 5 responden (25%). Kadar kolesterol total normal pada aktivitas fisik tidak pernah normal sebanyak 4 responden (20%).



5.18 Tabulasi Silang Antara Aktivitas Fisik Pada Akseptor Kontrasepsi Pil Kombinasi Dengan Kadar Kolesterol

Aktivitas Fisik	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Batas Tinggi		Tinggi		Total	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Sering	5	25	2	10	0	0	7	35
Kadang - Kadang	1	5	2	10	2	10	5	25
Tidak Pernah	0	0	4	20	4	20	8	40
Total	6	30	8	40	6	30	20	100

Sumber: (Data Primer 2024)

Berdasarkan tabulasi silang dari aktivitas fisik kontrasepsi pil kombinasi memiliki aktivitas fisik dengan kadara kolesterol normal pada aktivitas fisik sering dengan jumlah 5 responden (25%), batas tinggi sebanyak 2 responden (10%). Kadar kolesterol normal pada aktivitas fisik kadang-kadang 1 responden (5%), batas tinggi 2 responden (10%), tinggi sebanyak 2 responden (10%). Kadar kolesterol total pada aktivitas fisik tidak pernah batas normal sebanyak 4 responden (20%), tinggi sebanyak 4 responden (20%).

5.2 Pembahasan

A. Kadar Kolesterol Total Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik 3 Bulan *Depo Medroxy Progesterone*

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan kadar kolesterol total pada kontrasepsi sebagian besar normal. Menurut peneliti kadar kolesterol normal dapat disebabkan aktivitas fisik pada akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan banyak yang sering melakukan aktivitas fisik seperti senam bersama, jalan kaki. Selain itu terdapat pula pola makan di karenakan pada akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan banyak yang menerapkan pola makan yang sehat dengan mengkonsumsi makan rendah lemak. Teori

menurut Dr. Andrew Kaunitz tubuh mungkin mengkompensasi peningkatan LDL (Low-Density Lipoprotein) dengan meningkatkan HDL (High-Density Lipoprotein) atau menyesuaikan produksi lemak dalam hati. Selain itu, faktor lain seperti genetik, pola makan yang sehat, dan aktivitas fisik juga berperan dalam menjaga kadar kolesterol total tetap normal, meskipun ada perubahan dalam komposisi lipid. Teori ini menunjukkan bahwa sementara kontrasepsi suntik 3 bulan dapat mempengaruhi komponen individual kolesterol, kadar kolesterol total dapat tetap normal karena berbagai faktor penyesuaian dalam tubuh.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan, kadar koleterol yang didapatkan sebagian besar normal sebanyak 12 responden (60%) dari 20 sampel. Menurut peneliti sebagian besar hasil yang normal karena dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain. Faktor umur dari hasil pemeriksaan kadar kolesterol yang normal ditempatkan pada umur dewasa awal dan akhir di umur tersebut maka tubuh yang masih sering bergerak setiap harinya dapat mempengaruhi kadar kolesterol karena kandungan hormon progesteron yang terdapat pada kontrasepsi suntik 3 bulan dapat memepengaruhi profil lipid , faktor aktifitas fisik dapat mempengaruhi kadar kolesterol menjadi normal karena pada saat melakukan aktivitas fisik, tubuh akan membakar kalori di dalam tubuh hal tersebut dapat mengakibatkan kadar kolesterol menjadi normal. Kadar kolesterol normal juga dapat dipengaruhi oleh faktor lama penggunaan semakin lama penggunaan kontrasepsi suntik maka semakin tinggi pula kadar kolesterol, hasil yang diperoleh sejumlah 12 responden memiliki kadar kolesterol normal dengan

lama penggunaan selama 2 tahun. Kadar kolesterol normal juga dapat dipengaruhi oleh faktor pola makan semakin sering mengonsumsi makanan berkolesterol seperti berlemak dan bersantan dapat meningkatkan kadar kolesterol, hasil yang diperoleh sejumlah 12 responden yang memiliki hasil normal karena dikaitkan dengan umur, aktivitas fisik dan lama penggunaan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisa, 2023, menyatakan bahwa kadar kolesterol normal dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya faktor usia dan faktor aktivitas fisik.

Hasil penelitian menunjukkan faktor umur diketahui bahwa pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan *Depo Medroxy Progesterone*, dengan umur dewasa awal dan dewasa akhir memiliki hasil normal yaitu sebanyak 12 responden. Menurut peneliti normalnya hasil kadar kolesterol pada umur dewasa awal dan dewasa akhir, dikarenakan pada usia tersebut bisa menerapkan gaya hidup yang sehat, dengan dilakukan aktifitas fisik sehari-hari, Pada umur dewasa terjadi puncak perkembangan performa fisik namun pada masa akhir dewasa awal mulai terjadi penurunan. Orang dewasa umumnya mengerti cara mencegah dan upaya mengatasi kesehatan, kebiasaan buruk yang merugikan kesehatan yang sudah terbentuk pada masa remaja. Semakin melekat pada umur dewasa (Ajhuri, 2019).

Hasil penelitian menunjukkan pada faktor aktivitas fisik diketahui bahwa pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan *depo Medroxy Progesteron*, hampir sebagian besar memiliki kadar kolesterol total yang normal sebanyak 12 responden. Menurut peneliti aktivitas fisik dapat mengeluarkan lemak dalam tubuh, semakin sering melakukan aktifitas fisik dapat menurunkan kadar

kolesterol total dalam darah. Semakin banyak melakukan aktivitas fisik yang dilakukan setiap hari, maka semakin besar energi yang dikeluarkan setiap harinya sehingga terjadinya pengurangan berat badan dan lemak. Aktivitas fisik secara teratur bermanfaat untuk mengatur berat badan dan menguatkan sistem jantung pada pembuluh darah. Aktivitas fisik dan berolahraga memiliki peran yang sangat penting terhadap penurunan kadar kolesterol.(Syarfaini,et.al 2020).

Hasil penelitian menunjukkan pada pola makan diketahui bahwa pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan *depo Medroxy Progesteron*, sebagian besar memiliki kadar kolesterol total yang normal sebanyak 11 responden. Menurut peneliti sebagian besar responden yang mengkonsumsi makanan ber kolesterol memiliki hasil yang normal, karena diimbangi dengan aktifitas fisik sehari-hari yang dapat menurunkan kadar kolesterol. Dengan meningkatkan aktivitas fisik dan olahraga, maka kesehatan juga akan meningkat. Semakin banyak aktivitas fisik yang dilakukan setiap hari, maka semakin besar pula pengeluaran energi harian sehingga terjadi pengurangan berat badan dan lemak. Pengurangan berat badan dan lemak juga membantu mengurangi jumlah kolesterol darah sehingga menubuh transport kolesterol dalam tubuh (Hardiyanti,2019).

Hasil penelitian menunjukkan pada lama penggunaan diketahui bahwa pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan *Depo Medroxy Progesteron*, sebagian besar sampel dengan lama penggunaan kontrasepsi suntik 2 tahun dengan hasil normal sebanyak 12 responden. Menurut peneliti lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan, lama penggunaan 2 tahun dengan hasil normal karena



dipengaruhi oleh seringnya melakukan aktivitas fisik. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustiyanti (2019). Kontrasepsi hormonal memiliki beberapa efek antara lain hormon progesteron dapat merendahkan kadar HDL-kolesterol serta meninggikan kadar LDL-kolesterol dalam darah sehingga kadar kolesterol darah meningkat.

#### B. Kadar Kolesterol Total Pada Akseptor Kontrasepsi Pil Kombinasi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa akseptor kontrasepsi pil kombinasi kadar kolesterol hampir setengah sampel pada batas tinggi dapat disebabkan oleh pola makan yang sering mengonsumsi makan berlemak seperti makanan yang mengandung minyak banyak, bersantan. Hal ini juga bisa disebabkan oleh aktivitas fisik yang kurang dilakukan oleh akseptor kontrasepsi pil kombinasi. Menurut peneliti kadar kolesterol total batas tinggi dapat disebabkan pola makan yang tidak sehat sering mengonsumsi makan yang berkolesterol dan juga kurangnya aktivitas fisik pada akseptor. Teori menurut Dr. Christopher Gardner, seorang ahli dalam bidang nutrisi dan lipidologi, berpendapat bahwa pil kontrasepsi kombinasi yang mengandung estrogen dan progestin memiliki efek langsung pada profil lipid tubuh. Estrogen dalam pil kombinasi cenderung meningkatkan kadar HDL (kolesterol baik) tetapi juga dapat meningkatkan kadar trigliserida, yang dapat berkontribusi pada peningkatan kolesterol total. Sementara itu, progestin dapat meningkatkan kadar LDL (kolesterol jahat). Kombinasi dari efek-efek ini dapat menyebabkan kadar kolesterol total mendekati atau berada pada batas tinggi. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa akseptor kontrasepsi pil kombinasi hampir seluruh sampel mempunyai kadar kolesterol total batas

tinggi sejumlah 8 responden (40%) dari 20 sampel. Menurut peneliti sebagian besar hasil kadar kolesterol yang batas tinggi karena dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain. Faktor umur dari hasil pemeriksaan kadar kolesterol yang batas tinggi ditempatkan pada umur dewasa akhir dikarenakan seiring bertambahnya usia dapat memperlambat metabolisme tubuh yang dapat mengganggu kadar kolesterol. Faktor aktivitas fisik dapat mempengaruhi kadar kolesterol menjadi batas tinggi karena kurangnya aktivitas fisik sehingga dapat meningkatkan kadar kolesterol. Adapun 3. Faktor lama penggunaan dari hasil pemeriksaan kadar kolesterol di dapatkan normal sejumlah 6 responden pada 2 tahun pemakaian, hal tersebut bertolak belakang pada hasil faktor lainnya yang pada batas tinggi, karena disebabkan pada lama penggunaan kontrasepsi hormonal seperti pil dan suntik di batasi pada 2 tahun bertujuan untuk meminimalkan efek samping seperti kecenderungan peningkatan resiko kondisi tertentu. Dan juga faktor pola makan Kadar kolesterol batas tinggi dapat dipengaruhi pada pola makan yang sering mengkonsumsi makanan berkolesterol tinggi seperti makanan berlemak dan bersantan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulian,2020 menyatakan bahwa kadar kolesterol batas tinggi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya faktor umur, faktor pola makan, dan faktor aktivitas fisik.

Hasil penelitian berdasarkan umur yang telah diperoleh hasil bahwa pemeriksaan kadar kolesterol total mempunyai hasil paling banyak batas tinggi pada umur dewasa awal dan dewasa akhir, mempunyai frekuensi 8 responden. Menurut peneliti umur pada dewasa akhir kadar kolesterol bisa meningkat maupun menurun sesuai dengan gaya hidup yang di lakukan responden.



Tingginya kadar kolesterol pada orang berusia >45 tahun juga dapat disebabkan karena adanya penimbunan dan akumulasi zat kolagen pada lapisan-lapisan otot, hal tersebut juga berdampak pada peningkatan tekanan darah karena menyebabkan penyempitan dan peningkatan vasokonstriksi pada pembuluh darah (Yusvita dkk., 2022). Seiring bertambahnya usia seseorang penimbunan zat lemak jahat atau LDL juga lebih tinggi, karena diperparah oleh peningkatan radikal bebas di dalam tubuh. Tingginya kadar kolesterol di dalam tubuh dapat mengarahkan pada penyakit penyerta lain seperti gangguan kardiovaskuler, serangan jantung dan gagal ginjal (Hita dkk., 2022).

Hasil penelitian menunjukkan pada faktor pola makan diketahui bahwa pengguna Akseptor Kontrasepsi Pil Kombinasi, sebagian besar batas tinggi yaitu selalu mengonsumsi makanan yang tinggi akan kolesterol, sebanyak 8 responden. Menurut peneliti kadar kolesterol dapat meningkat karena responden yang selalu mengonsumsi makanan yang berlemak. Hal tersebut sejalan dengan teori menurut Sastriamidjojo menyebutkan bahwa konsumsi makanan yang tinggi lemak dan kolesterol akan meningkatkan kadar kolesterol total dan kadar LDL. Hati akan mempunyai cukup kadar kolesterol dan akan menghentikan pengambilan LDL yang dapat meningkatkan kadar kolesterol total. Kadar kolestrol total dapat dipengaruhi oleh asupan zat gizi, yaitu dari makanan yang merupakan sumber lemak, peningkatan konsumsi lemak sebanyak 100 mg/hari dapat meningkatkan kolestrol total sebanyak 2-3 mg/hari. Keadaan ini dapat berpengaruh pada proses biosintesis kolesterol (Syarfaini, et.al 2020).

Hasil penelitian menunjukkan pada faktor aktivitas fisik diketahui bahwa pengguna Akseptor Kontrasepsi Pil Kombinasi, sebagian besar batas normal yaitu tidak pernah melakukan aktivitas fisik yaitu sebanyak 8 responden. Menurut peneliti aktivitas fisik dapat mempengaruhi kadar kolesterol total karena ketika tubuh tidak pernah melakukan aktivitas fisik maka tidak ada pembakaran lemak di dalam tubuh hal tersebut dapat mengakibatkan peningkatan kadar kolesterol. Berat ringannya beban kerja sangat dipengaruhi oleh jenis aktivitas, pekerjaan yang dilakukan sehari-hari dapat mempengaruhi gaya hidup seseorang. Gaya hidup yang kurang menggunakan aktivitas fisik akan berpengaruh terhadap kondisi tubuh seseorang, hal ini dapat dipengaruhi oleh kehidupan yang semakin modern dan gayahidup menjadi serba mudah, selain itu meningkatnya kesibukan menyebabkan seseorang tidak lagi mempunyai waktu yang cukup untuk berolahraga (Syarfaini, et.al 2020).

Hasil penelitian menunjukkan pada faktor lama penggunaan alat kontrasepsi diketahui bahwa pengguna Akseptor Kontrasepsi Pil Kombinasi, sebagian besar batas tinggi selama 2 tahun yaitu sebanyak 8 responden. Menurut peneliti lama penggunaan kontrasepsi dapat mempengaruhi kadar kolesterol total dikarenakan semakin lama penggunaan maka kadar kolesterol dalam darah bisa semakin tinggi. Penggunaan kontrasepsi dianjurkan selama 2 tahun karena lama pemakaian KB hormonal tentunya tidak baik jika digunakan dalam jangka waktu lama misalnya lebih dari 2 tahun, karena setiap KB hormonal memiliki batas waktu pemakaian sehingga tidak memunculkan dampak yang kurang baik untuk kesehatan akseptor (Alivia Vica A, 2021) Dimana hormon progesteron tersebut 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, hal tersebut menyebabkan meningkatnya kadar kolesterol didalam tubuh. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prasetyorini dkk, (2021).



## BAB 6

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

Disimpulkan sebagian besar akseptor kontrasepai suntik 3 bulan memiliki kadar kolesterol total normal dan hampir setengah akseptor kontrasepsi pil kombinasi memilik kadar kolesterol total batas tinggi.

#### 6.2 Saran

##### 6.2.1 Bagi Kesehatan

Diharapkan bagi tenaga kesehatan bidan untuk melakukan edukasi kepada masyarakat khususnya pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan dan pil kombinasi agar lebih memeperhatikan dan memantau kesehatan para pengguna alat kontrasepsi terutama kontrasepsi hormonal seperti kontrasepsi suntik 3 bulan dan pil kombinasi serta melakukan penyuluhan mengenai resiko dan bahaya dari kadar kolesterol yang tinggi terhadap tubuh.

##### 6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan dengan desain yang berbeda dan mengembangkan penelitian ini dengan metode yang berbeda dan lebih spesifik seperti (Hubungan Antara Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik *Depo Medroxy Progesteron Acetate* dan pil kombinasi dengan Kadar Kolesterol Total pada Akseptor Kontrasepsi).

### 6.2.3 Bagi Masyarakat

1 Diharapkan bagi masyarakat yang menggunakan kontrasepsi hormonal seperti suntik 3 bulan dan pil kombinasi untuk membatasi pemakaian selama >2 tahun agar tidak terjadi resiko kesehatan yang lainnya. Dan mengubah gaya hidup dengan menjaga pola makan dan asupan nutrisi dengan cara banyak mengonsumsi makanan berserat serta melakukan diet rendah lemak. Kemudian perbanyak melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga yang dapat mengeluarkan keringat agar dapat membakar lemak. Selain itu juga terutama bagi pengguna kontrasepsi suntik DMPA yang memiliki kadar kolesterol tinggi sebaiknya mengontrol pola makan, asupan nutrisi, perbanyak olahraga seperti senam, bersepeda dan jogging





**DAFTAR PUSTAKA**

- 1 Aderibigbe. (2018). Program Keluarga Berencana No Title. *Energies*, 6(1), 1–8.
- 1 Adiputra, M. S., Ni, W. T., & Ni, P. W. O. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 1–308.
- Adnya Sari, N. L. G. (2019). Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Konsumsi Daging Babi Dan Status Obisitas Sentral Pada Orang Dewasa Didesa Guwang Kecamatan Sukawati Gianyar. *Ldl*, 1–23.
- Anam, H., & Ruf, M. A. (2020). Gambaran Kadar Trigliserida Pada Kader PKK Kelurahan Danukusuma
- Anakonda, S., Widiyany, F. L., & Inayah, I. (2019). Hubungan aktivitas olahraga dengan kadar kolesterol pasien penyakit jantung koroner. *Ilmu Gizi Indonesia*, 2(2), 125. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v2i2.106>
- 1 Ditadiliyana Putri, N. P., Pradnyaparamitha D, D., & Ani, L. S. (2019). Hubungan Karakteristik, Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Pemilihan Alat Kontrasepsi Pada Pasangan Usia Subur Di Kecamatan Sidemen Kabupaten Karangasem Bali. *E-Jurnal Medika Udayana*, 8(1), 40. <https://doi.org/10.24922/eum.v8i1.45327>
- 1 Ganesha, U. P., & Indonesia, V. (2019). Analisis Kadar Kolesterol Total Dalam Darah Pasien Dengan Diagnosis Penyakit Kardiovaskuler. 1(1), 6–11
- 1 H, H., & Febiola, W. (2018). Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Terhadap Kadar Trigliserida Pada Wanita Usia 40-60 Tahun. *Jurnal Sains Dan Teknologi Laboratorium Medik*, 2(1), 2–7. <https://doi.org/10.52071/jstlm.v2i1.13>
- 1 Kosanke, R. M. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Pasangan Usia Subur (PUS) dan Kejadian Unmet need di RW 19 Kelurahan Brontokusuman Kecamatan Mergangsan Kota Yogyakarta. 13–36
- 1 Prasetyorini, T., Islami, Y. H., Fajrunni'mah, R., & Karningsih, K. (2021). Hubungan Antara Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik Depo Medroxy Progesteron Acetate (DMPA) dengan Kadar Kolesterol Total pada Akseptor KB. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 1(2), 37. <https://doi.org/10.24853/myjm.1.2.37-44>
- 1 Priharsari, D., & Indah, R. (2021). Coding untuk menganalisis data pada penelitian kualitatif di bidang kesehatan. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 21(2), 130–135. <https://doi.org/10.24815/jks.v21i2.20368>
- Pujiastuti, F. (2017). Perbandingan Kadar Kolesterol Dalam Darah Dengan Menggunakan Alat POCT Dan Fotometer. 6–28



- Rahmadila, A. P. (2021). Perbedaan Kadar Kolesterol Total Menggunakan Metode Spektrofotometri dan Metode POCT ( Point Of Care Testing ). *Jurnal Labora Medika*, 5(3).
- 6 Roslaeni, R., Sundari, R., & Hanif Baswedan, M. (2019). Gambaran Risiko Penyakit Jantung Koroner Berdasarkan Rasio Profil Lipid Pada Usia Dewasa Muda. *Medika Kartika Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(Volume 2 No 2), 110–122. <https://doi.org/10.35990/mk.v2n2.p110-122>
- 6 14 Siregar, F. A., & Makmur, T. (2020). Metabolisme Lipid Dalam Tubuh. *Jurnal Inovasi Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 60–66. <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JIKM>
- 1 1 Swastini, I. G. A. A. P. (2021). Gambaran kolesterol total pada lansia di Puskesmas I Denpasar Selatan. *Meditory : The Journal of Medical Laboratory*, 9(2), 68–77. <https://doi.org/10.33992/m.v9i2.1526>
- Syarfaini, Irviani A Ibrahim, Yuliana (2020). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kadara Kolesterol Pada Aparatur Sipil Negara
- Wirawati, I. A. P. (2018). Pemeriksaan Profil Lipid. *Pemeriksaan Profil Lipid*, 26.
- 1 Yuliati Fajriyah Istiqomatul. (2021). Peramalan Dan Analisis Hubungan Faktor Penggerakan Lini Lapangan Dalam Meningkatkan Peserta Kb Aktif Mkpj. *Jurnal Keluarga Berencana*, 6(02), 35–48.
- Zakiah, F. (2020). Gambaran Efek Samping Penggunaan Kontrasepsi Hormonal: Literature Review. 9–66.