

# HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI HORMONAL DENGAN PERUBAHAN BERAT BADAN PADA WANITA USIA SUBUR (Di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek)

*by Aulia Mustavida*

---

**Submission date:** 06-Dec-2023 11:48AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2249665071

**File name:** a\_usia\_subur\_di\_Polindes\_desa\_Romben\_Rana\_kecamatan\_Dungkek.docx (360.45K)

**Word count:** 7385

**Character count:** 53561

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI HORMONAL DENGAN  
PERUBAHAN BERAT BADAN PADA WANITA USIA SUBUR**

**(Di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek)**



**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS KESEHATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
INSAN CENDEKIA MEDIKA  
JOMBANG  
2023**

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar belakang

Wanita usia subur menggunakan kontrasepsi untuk mencegah atau mengatur jumlah kehamilan. Salah satu metode yang banyak diminati hingga saat ini oleh pengguna kontrasepsi yaitu kontrasepsi jenis hormonal. Kontrasepsi hormonal yang banyak diminati oleh wanita usia subur (WUS) adalah kontrasepsi jenis suntik walaupun banyak efek samping yang dialami oleh penggunanya, salah satunya yaitu perubahan berat badan. Kondisi ini memburuk sebagai akibat dari banyaknya anggapan tentang efek samping penggunaan kontrasepsi hormonal diantaranya, perubahan berat badan akseptor yang telah menyebar di masyarakat, sehingga membuat banyak dari wanita usia subur ragu untuk menggunakan kontrasepsi hormonal (Kemenkes RI, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2019, cakupan pasangan usia subur hampir 380 juta pasangan menjalankan keluarga berencana dan 65-75 juta diantaranya terutama di Negara berkembang menggunakan kontrasepsi hormonal seperti pil, suntik, dan implant. Kementerian Kesehatan RI melaporkan bahwa prevalensi pengguna kontrasepsi hormonal telah meningkat dari (63,32%) pada 2019 menjadi (67,6%) pada 2020. Berdasarkan data yang diperoleh dari unit pelaksana teknis petugas lapangan keluarga berencana (UPT PLKB) Kota Sumenep pola pemilihan jenis kontrasepsi hormonal pada tahun 2020 di kabupaten Sumenep dalam presentase (69,71%) menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor memilih menggunakan metode suntik sebesar 5.367 orang diikuti oleh pil sebesar 2.832

orang . Berdasarkan data sekunder pada tahun 2023 yang diperoleh dari Polindes Desa Romben rana, jumlah wanita usia subur pengguna kontrasepsi hormonal suntik rata- rata perbulan sebanyak 51 orang, pil 12 orang, dan implant 6 orang. Selanjutnya peneliti melakukan wawancara pada bulan Mei dengan 15 orang akseptor KB hormonal, 8 orang mengalami kenaikan berat badan, 3 orang mengalami berat badan tetap, dan 4 orang tidak mengalami kenaikan berat badan. Dari uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana.

Besarnya peningkatan maupun penurunan berat badan tiap individu berbeda tergantung reaksi tubuh wanita itu terhadap hormon progesteron (Darmayani *et al.*, 2018). Hormon progesteron yang terkandung dalam kontrasepsi hormonal mempermudah merubah karbohidrat menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah selain itu peningkatan hormon progesteron juga menekan pusat saraf pengendali nafsu makan dihipotalamus sehingga nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya berat badan bertambah (Nurmainah *et al.*, 2020). Dampak buruk dari penggunaan kontrasepsi hormonal diantaranya yaitu gangguan pola menstruasi, depresi, rentan terhadap infeksi menular seksual dan peningkatan berat badan (Pine, 2019).

Salah satu cara untuk mengatasi dan mencegah permasalahan perubahan berat badan pada wanita yang menggunakan kontrasepsi hormonal, yaitu dengan cara memilih jenis kontrasepsi yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan, sehingga mencegah terjadinya kegemukan bagi penggunanya, khususnya pada wanita usia subur agar lebih bijak dalam memilih jenis kontrasepsi yang akan digunakan sesuai

dengan usia dan kondisi kesehatannya, melakukan pola hidup bersih dan sehat dengan cara mengatur pola makan berpedoman gizi seimbang, mengurangi makanan berisiko peningkatan berat badan seperti makanan siap saji, melakukan aktivitas fisik secara teratur minimal 3 kali seminggu selama 30 menit setiap harinya serta mengelola stress (Kalsum, 2020). Melakukan kegiatan komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) jelaskan sebab terjadinya perubahan berat badan, sehingga ibu atau akseptor tidak merasa khawatir dengan kondisinya (Kamariyah, 2017).

## 1.2. Rumusan masalah

Apakah ada hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek?

## 1.3. Tujuan penelitian

### 1.3.1 Tujuan umum

Menganalisis hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek.

### 1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi penggunaan kontrasepsi hormonal di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek.
2. Mengidentifikasi perubahan berat badan pengguna kontrasepsi hormonal di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek.

3. Menganalisis hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kejadian perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek.

#### **1.4. Manfaat penelitian**

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat, baik secara teoritis maupun secara praktis.

##### **1.4.1 Teoritis**

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat yaitu untuk menambah pengetahuan dan wawasan dalam penerapan ilmu yang pernah diikuti selama penelitian tentang hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur. Untuk peneliti selanjutnya dapat dijadikan tambahan informasi bagi yang akan meneliti tentang pengaruh yang ditimbulkan dari pemakaian kontrasepsi jenis hormonal.

##### **1.4.2 Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan petugas klinik untuk meningkatkan kegiatan penyuluhan mengenai program keluarga berencana dan pemilihan alat kontrasepsi yang tepat dan aman untuk digunakan oleh masyarakat.

**TINJAUAN PUSTAKA****2.1 Konsep wanita usia subur****2.1.1 Pengertian wanita usia subur**

Wanita usia subur (WUS) adalah wanita yang masih dalam usia produktif, yaitu antara usia 15-49 tahun dengan status belum menikah dan sudah menikah. Meskipun rentang perempuan usia subur adalah 15-49 tahun, namun puncak kesuburannya di usia 20-29 tahun. Dipuncak usia kesuburan ini, skala terjadinya kehamilan terbilang sangat tinggi yakni hingga 95 persen. Ketika seorang perempuan memasuki usia 30 tahun, maka kemungkinan munculnya kehamilan juga akan menurun, angka turunnya sekitar 5 persen yakni ke angka 90 persen, ketika memasuki usia 50 tahun, kemungkinannya juga akan semakin rendah yakni di angka 10 persen (Depkes RI, 2017).

Wanita usia subur (WUS) adalah wanita yang keadaan organ reproduksinya berfungsi dengan baik, antara umur 20-45 tahun. Pada wanita usia subur ini berlangsung lebih cepat daripada pria. Puncak kesuburan ada pada rentang usia 20-29 tahun (Sianturi *et al.*, 2019).

Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang memiliki usia reproduktif dari sejak mendapat haid pertama hingga berhentinya haid antara usia 15-49 tahun dengan status belum menikah, menikah atau janda yang masih berpotensi untuk memiliki keturunan (Firmansyah *et al.*, 2020).

### 2.1.2 Tanda-tanda wanita usia subur

Menurut Sianturi *et al.*, (2019) tanda-tanda wanita usia subur antara lain :

#### 1. Siklus Haid

Wanita yang mempunyai siklus haid teratur setiap bulan biasanya subur. Satu putaran haid dimulai dari hari pertama keluar haid hingga sehari sebelum haid datang kembali, yang biasanya berlangsung selama 28 hingga 30 hari. Oleh karena itu siklus haid dapat dijadikan indikasi pertama untuk menandai seorang wanita subur atau tidak.

#### 2. Alat Pencatat Kesuburan

Kemajuan teknologi seperti ovulation thermometer juga dapat dijadikan sebagai alat untuk mendeteksi kesuburan seorang wanita. Thermometer ini akan mencatat perubahan suhu badan saat wanita mengeluarkan benih atau sel telur.

#### 3. Tes Darah

Wanita yang siklus haidnya tidak teratur, seperti datangnya haid tiga bulan sekali atau enam bulan sekali biasanya tidak subur. Tes darah perlu dilakukan untuk mengetahui penyebab dari tidak lancarnya siklus haid.

#### 4. Pemeriksaan Fisik

Untuk mengetahui seorang wanita subur juga dapat diketahui dari organ tubuh seorang wanita. Beberapa organ tubuh, seperti buah dada, kelenjar tiroid pada leher, dan organ reproduksi.

#### 5. Track Record

Wanita yang pernah mengalami keguguran, baik disengaja ataupun tidak, peluang terjangkit kuman pada saluran reproduksi akan tinggi,. Kuman ini akan menyebabkan kerusakan dan penyumbatan saluran reproduksi.

### 2.1.3 Batasan Usia Wanita Usia Subur

Menurut *World Health Organization* (WHO) Tahun 2020, usia subur wanita adalah pada saat mereka berusia 14-49 tahun. Sementara puncak masa subur dan kualitas telur terbaik wanita berada pada 20-30 tahun.

Menurut Sianutri (2019) Wanita Usia Subur (WUS) memiliki batasan usia 20-45 tahun dengan organ reproduksi berfungsi dengan baik.

Menurut Depkes RI, (2017) usia kurang dari 20 tahun merupakan masa menunda kehamilan, usia 20-35 tahun menjarangkan kehamilan dan pada usia diatas 35 tahun merupakan masa dimana wanita untuk mencegah kehamilan.

## 2.2 Kontrasepsi Hormonal

### 2.2.1 Definisi Kontrasepsi Hormonal

Kontrasepsi hormonal merupakan sebuah alat yang aman dan mudah digunakan untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak dengan mengatur jarak kelahiran. Kontrasepsi Hormonal adalah salah satu kontrasepsi yang mempunyai kandungan hormone estrogen dan progesteron (Ispas-Jouron *et al.*, 2020).

### 2.2.2 Macam- macam kontrasepsi hormonal

Ada beberapa metode kontrasepsi hormonal, dengan ciri-ciri, jenis, manfaat, keuntungan serta kekurangan masing-masing yaitu sebagai berikut :

1. Kontrasepsi oral (pil KB)

Menurut Sari & Amran (2019) kontrasepsi oral merupakan metode pencegahan kehamilan dengan kandungan hormone estrogen dan progesteron. Kontrasepsi oral memiliki jenis-jenis dan cara kerja sebagai berikut :

a. Jenis-jenis kontrasepsi oral

- 1) Monofasik, yaitu terdiri 21 tablet dengan kandungan hormon aktif estrogen atau progestin (E/P) dengan dosis yang sama dan 7 tablet non hormon aktif.
- 2) Bifasik, yaitu terdapat 21 tablet dengan kandungan hormon aktif estrogen atau progestin (E/P) dengan dua dosis yang berbeda dan 7 tablet non hormon aktif.
- 3) Trifasik, yaitu terdapat 21 tablet dengan kandungan hormon aktif estrogen atau progestin (E/P) dengan tiga dosis yang berbeda dan 7 tablet non hormon aktif.

b. Cara kerja kontrasepsi oral

Kontrasepsi oral dapat digunakan sebagai metode pencegahan kehamilan untuk mencegah hal-hal seperti kanker ovarium, disminorea, kehamilan etopik, kanker endometrium, penyakit radang panggul, dan jerawat. Cara kerja kontrasepsi oral adalah mencegah implantasi, lendir serviks mengental sehingga sperma sulit masuk, menunda ovulasi dan transportasi telur terganggu karena pergerakan tuba.

c. Keuntungan kontrasepsi oral

Keuntungan utama pil adalah keefektifannya sangat tinggi (hampir menyerupai efektifitas tubektomi), apabila digunakan setiap hari.

Resiko terhadap kesehatan sangat kecil, tidak mengganggu hubungan seksual, siklus haid menjadi teratur, jumlah darah haid berkurang (mencegah anemia), tidak terjadi nyeri haid, dapat digunakan jangka panjang selama masih ingin menggunakannya untuk mencegah kehamilan, dapat digunakan sejak usia remaja hingga menopause, mudah dihentikan setiap saat, kesuburan segera kembali setelah penggunaan pil dihentikan, mencegah kehamilan ektopik, mencegah kanker ovarium, mencegah penyakit radang panggul, mencegah kelainan jinak pada payudara dan dapat digunakan sebagai kontrasepsi darurat (Sulistiyawati, 2019).

d. Kekurangan kontrasepsi oral

Menurut Sudayasa (2017) kontrasepsi oral juga memiliki kekurangan, sebagai berikut :

- 1) Pusing.
- 2) Dapat mengurangi produksi ASI.
- 3) Dapat menimbulkan ketidakseimbangan cairan dan elektrolit.
- 4) Dapat menimbulkan hipertensi.
- 5) Dapat meningkatkan berat badan.

2. Implant

Menurut Martini & Rachmawati (2020) implant merupakan alat kontrasepsi mode hormonal yang dapat digunakan dalam jangka panjang.

Implant mempunyai cara kerja, kelebihan dan kekurangan, sebagai berikut :

a. Cara kerja implant

- 1) Dapat mengentalkan lendir serviks sehingga menunda penetresi sperma.

- 2) Menghambat ovulasi.
  - 3) Menekan pertumbuhan endometrium (hipoplasia).
  - 4) Mengurangi produksi progesteron.
- b. Kelebihan menggunakan implant
- 1) Memiliki waktu efektif yang lama (5 tahun).
  - 2) Mengurangi dismenorea.
  - 3) Mengurangi kurang darah (anemia).
- c. Kekurangan implant
- 1) Dapat berpengaruh pada berat badan.
  - 2) Terjadi perubahan pola haid.
  - 3) Menimbulkan gangguan emosi.
  - 4) Dapat menimbulkan rasa nyeri, sefalgia, jerawat atau hirsutism.
3. Suntik
- Kontrasepsi suntik merupakan alat kontrasepsi hormonal yang paling banyak peminatnya dibandingkan kontrasepsi jenis lainnya. Kontrasepsi suntik dibagi menjadi dua jenis, yaitu suntikan KB satu bulan dan suntikan KB tiga bulan atau biasa disebut DPMA. Suntikan KB satu bulan merupakan kontrasepsi yang mengandung kombinasi hormon Medroxyprogesterone acetate (hormon progestin) dan Eatradiion cypionate (hormon estrogen). Sedangkan kontrasepsi DMPA merupakan kontrasepsi yang hanya berisi hormon progesteron (Valani et al., 2019).

Kontrasepsi suntik adalah alat kontrasepsi yang disuntikkan ke dalam tubuh kemudian masuk ke pembuluh darah dan diserap oleh tubuh berguna untuk mencegah kehamilan (Qomariah & Sartika, 2019).

a. Menurut Qomariah & Sartika (2019) beberapa jenis kontrasepsi suntik sebagai berikut :

1) Suntik 1 bulan (*Cylofem*)

Kontrasepsi suntik 1 bulan ini mengandung hormone *Medroxyprogesterone acetate* (hormon progestin) dan *Estradion cypionate* (hormon estrogen). Komposisi hormon dan cara kerja suntikan KB 1 Bulan mirip dengan Pil KB Kombinasi. Suntikan pertama diberikan 7 hari pertama periode menstruasi atau 6 minggu setelah melahirkan bila tidak menyusui. Dosis kontrasepsi suntik *Cylofem* 25 mg Medroksi Progesteron Asetat dan 5 mg Estrogen Sipionat diberikan setiap bulan.

2) Suntik 3 bulan (DMPA)

Depo Medroksiprogesteron Asetat (*Depoprovera*), mengandung 150 mg DMPA, yang diberikan setiap 3 bulan dengan cara disuntik intramuscular (di daerah bokong), disimpan dalam suhu 200C-250C. suntikan diberikan setiap 90 hari.

b. Keuntungan

Keuntungan penggunaan kontrasepsi suntik adalah sebagai berikut: (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018)

- 1) Sangat ampuh, karena tidak sulit untuk digunakan tanpa perlu digunakan setiap hari sehingga akan terhindar dari kelalaian atau faktor lupa.
- 2) Meningkatkan kualitas ASI pada ibu menyusui, karena kandungan progesterone dapat meningkatkan jumlah ASI suntik kehamilan yang paling tepat untuk ibu menyusui. Konsentrasi hormon dalam ASI saat ini

sangat kecil dan tidak ada pengaruh hormone terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi.

- 3) Efek samping sangat kecil, karena tidak memiliki efek yang terlalu serius pada kesehatan.
- 4) Tidak berdampak pada hubungan suami istri.
- 5) Penggunaan jangka panjang yang aman, dimana wanita yang memiliki jumlah anak cukup banyak tetapi masih ragu atau tidak bisa untuk melakukan desinfeksi.
- 6) Aman digunakan oleh wanita berusia diatas 35 tahun.

Sedangkan menurut Sutarun (2018), ada beberapa keuntungan yang didapatkan dari penggunaan kontrasepsi suntik, antara lain:

- 1) Cocok untuk ibu menyusui karena tidak menghambat produksi ASI
- 2) Mengurangi bahaya kanker payudara
- 3) Tidak mempengaruhi hubungan suami istri
- 4) Mengurangi kasus penyakit
- 5) Mencegah beberapa penyakit radang panggul

c. Kerugian dan efek samping

Kerugian dari kontrasepsi ini adalah tidak praktis karena melalui suntikan setiap 1 atau 3 bulan. Gangguan perdarahan lebih banyak dijumpai, efek samping yang sangat tidak nyaman dirasakan dan kontrasepsi jenis suntik juga bisa digunakan sebagai kontrasepsi jangka panjang, efek samping lainnya seperti gangguan menstruasi, terlambatnya kembali kesuburan, kenaikan berat badan, timbulnya jerawat, pada pemakaian jangka panjang dapat kepadatan tulang atau densitas.

### 2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi minat wanita usia subur dalam pemilihan alat kontrasepsi

Ada banyak faktor yang melatar belakangi seseorang memutuskan untuk memilih metode kontrasepsi hormonal, antara lain:

#### 1. Umur

Umur ibu dianggap penting karena dapat menerima beberapa nilai seperti pengalaman, perkembangan berpikir, dan kemampuan adalah nilai-nilai tertentu seorang wanita yang sudah memiliki umur reproduksi sehat (Setiati, 2020). Umur merupakan indeks perkembangan seseorang yang terhitung sejak individu tersebut lahir (Nurhayati, 2021). Usia diatas 20 tahun merupakan masa membagi kehamilan sehingga keputusan seseorang pada umumnya akan lebih memilih untuk menggunakan kontrasepsi. Semakin cukup umur dan tingkat kematangan seseorang akan lebih baik dalam berfikir dan bekerja (Ginting, 2020). Perkembangan usia seseorang mempengaruhi arah dan cara berfikir dalam menentukan keluarga mana yang ingin digunakan.

#### 2. Pendidikan

Tingkat pendidikan ini akan berpengaruh pada pemakaian alat kontrasepsi, dan juga tentang manfaat dan tujuan program keluarga berencana pada pasangan usia subur (Tohir, 2019).

#### 3. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan suatu hasil dari rasa keingintahuan seseorang melalui proses sensoris melalui bantuan indera yang dimiliki seperti mata, telinga, hidung, dan lain-lainnya. Pengetahuan ini menjadi hal yang dominan

penting untuk membentuk suatu perilaku terbuka (open behavior). Pengetahuan adalah hasil dari "mengetahui" dan saat itulah orang memahami sesuatu yang istimewa. (Ginting, 2020).

Pengetahuan adalah hasil sebagai akibat proses pengindraan terhadap obyek tertentu melalui panca indera dan sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga, dengan pengetahuan memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapinya (Usmia *et al.*, 2020). Perilaku seseorang disadari dengan pengetahuan, kesadaran dan sikap positif, sehingga mempengaruhi perilaku tersebut terhadap wanita usia subur dalam penggunaan kontrasepsi (Sartika, 2020). Produk pemikiran yang berupa informasi merupakan efek samping dari membayangkan adanya kepastian tentang sesuatu (Putriningrum, 2018).

4. Jumlah anak

Wanita akan menambah kelahiran bergantung pada jumlah anak yang telah lahir. Seorang istri mungkin memakai kontrasepsi setelah memiliki jumlah anak tertentu. Makin sering seseorang melahirkan, maka akan makin mempunyai risiko kematian saat persalinan. Hal tersebut berarti jika jumlah anak akan sangat berpengaruh pada kesehatan ibu serta akan meningkatkan taraf hidup keluarga dengan maksimal.

5. Dukungan suami

Dukungan suami merupakan komunikasi berbentuk verbal maupun non-verbal, saran, serta bantuan yang diberikan oleh seorang suami kepada istrinya (Azwa, 2021). Anggota keluarga harus saling mendukung dan focus pada kondisi dan kebutuhan kesehatan satu sama lain (Sartika *et al.*, 2020).

Oleh karena itu, dalam pengambilan keputusan untuk mencegah kehamilan diperlukan kesepakatan antara suami dan istri agar keutuhan keluarga tetap terjaga (Putriningrum, 2018).

## **2.3 Perubahan berat badan**

### **2.3.1 Pengertian berat badan**

Pengertian berat badan menurut Soetjiningsih adalah hasil dari penurunan maupun peningkatan pada semua jaringan tubuh, antara lain tulang, otot, lemak, dan cairan tubuh lainnya (Farida, 2017).

Berat badan adalah ukuran tubuh dalam sisi beratnya yang ditimbang dalam keadaan berpakaian minimal tanpa perlengkapan apapun. Berat badan diukur dengan alat ukur berat badan dengan suatu satuan kilogram. Berat badan merupakan peningkatan hasil atau penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh dan dipakai sebagai indikator yang terbaik saat ini untuk mengetahui keadaan gizi dan tumbuh kembang (Setiawan, 2019).

Mengetahui berat badan seseorang maka kita akan dapat memperkirakan tingkat kesehatan atau gizi seseorang. Berat badan harus selalu dievaluasi dalam konteks riwayat berat badan yang meliputi gaya hidup maupun status berat badan yang terakhir. Penentuan berat badan dilakukan dengan cara menimbang. Berat badan harus selalu dimonitor agar memberikan informasi yang memungkinkan intervensi gizi yang preventif sedini mungkin guna mengatasi kecenderungan penurunan atau penambahan berat badan yang tidak dikehendaki (Sawitri, 2021).

### 2.3.2 Perubahan berat badan

Menurut Sutriani, (2018) perubahan berat badan adalah berubahnya ukuran berat, baik bertambah atau berkurang akibat dari konsumsi makanan yang diubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Perubahan berat badan dibagi menjadi :

1. Berat badan meningkat atau naik jika hasil penimbangan berat badan lebih besar dibandingkan dengan berat badan sebelumnya.
2. Berat badan menurun jika hasil penimbangan berat badan lebih rendah dibandingkan berat badan sebelumnya.

### 2.3.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan antara lain:

#### 1. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan juga mempengaruhi kondisi tubuh atau berat badan seseorang seperti, makanan apa yang dikonsumsi, frekuensi makan dalam satu hari, dan bagaimana aktivitas yang dilakukan (Yulianti, 2018).

#### 2. Usia

Ketika usia bertambah atau semakin tua dan seseorang tersebut kurang aktif bergerak, maka masa otot tubuh akan cenderung menurun dan menyebabkan perlambatan tingkat pembakaran kalori, sehingga tubuh akan sulit membakar kalori yang masuk dan terjadi penumpukan energi (Sikalak, *et al.*, 2017).

### 3. Faktor psikis

Seseorang yang sedang mengalami stress atau kekecewaan dapat mengakibatkan gangguan pola makan, seperti peningkatan nafsu makan (Hendra, *et al.*, 2016).

### 4. Menurunnya aktivitas fisik

Jika aktivitas fisik seseorang kurang dan orang tersebut mengonsumsi makanan yang mengandung banyak lemak akan berdampak negatif terhadap kondisi tubuh seseorang. Sedangkan aktivitas fisik itu sendiri diperlukan untuk membakar energi dalam tubuh.

### 5. Kebiasaan pola makan

Misalnya, tingginya asupan karbohidrat pada seseorang. Sedangkan karbohidrat memiliki kadar gula yang tinggi yang dapat memicu penambahan berat badan. Di dalam tubuh, pada sebagian karbohidrat di sirkulasi darah dalam bentuk glukosa. Sebagian lagi di jaringan otot dan sebagian lagi di hati dalam bentuk glikogen dan sisanya menjadi simpanan lemak yang nantinya berfungsi untuk cadangan energi dalam tubuh (Rahmandita, *et al.*, 2017).

### 6. Pemakaian KB

Terutama pada KB hormonal. Hal ini karena kandungan hormon estrogen dan progesteron yang ada pada kontrasepsi hormonal. Progesteron dapat merangsangkan peningkatan nafsu makan, sehingga kontrasepsi hormonal dapat mengakibatkan bertambahnya berat badan.

#### 2.3.4 Penanggulangan dan pengobatan

Menurut Kamariyah (2017), cara penanggulangan dan pengobatan terjadinya perubahan berat badan diantaranya:

1. Kegiatan Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE)

Jelaskan sebab terjadinya perubahan berat badan, sehingga ibu atau akseptor tidak merasa khawatir dengan kondisinya.

2. Tindakan medis

Anjurkan untuk melakukan diet rendah kalori dan olahraga yang proporsional untuk menjaga berat badannya.

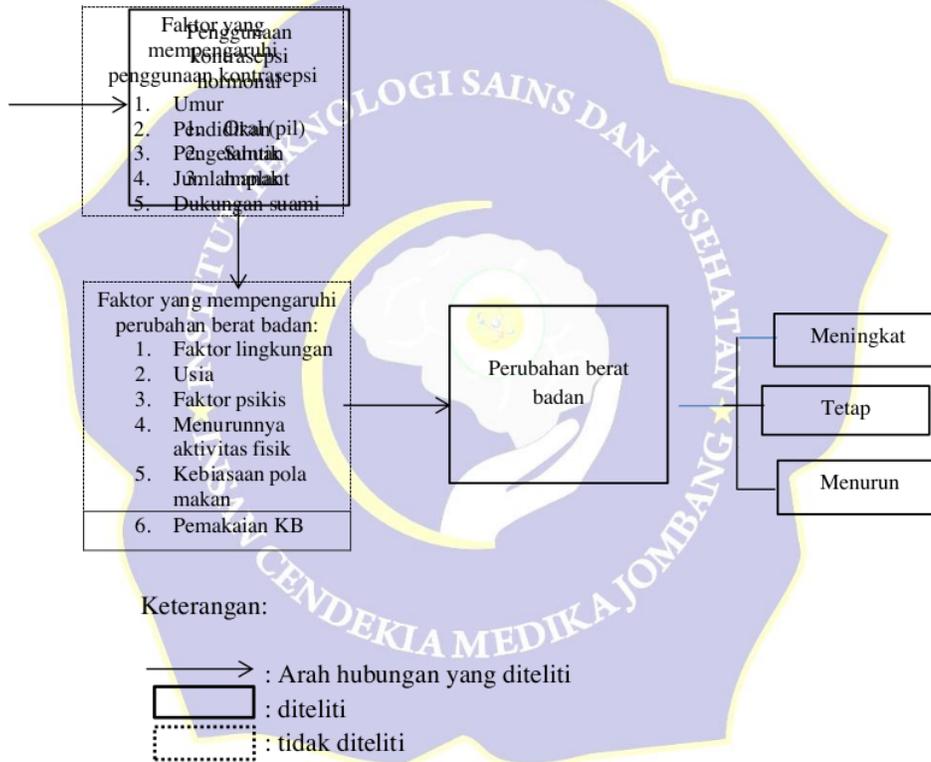


**BAB 3**

**KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS**

**3.1 Kerangka konsep**

Kerangka konsep penelitian merupakan hasil abstraksi dari suatu realitas yang dapat dikomunikasikan dan membentuk teori untuk menjelaskan hubungan antara variabel satu dengan variabel lain dari masalah yang diteliti (Nursalam, 2022).

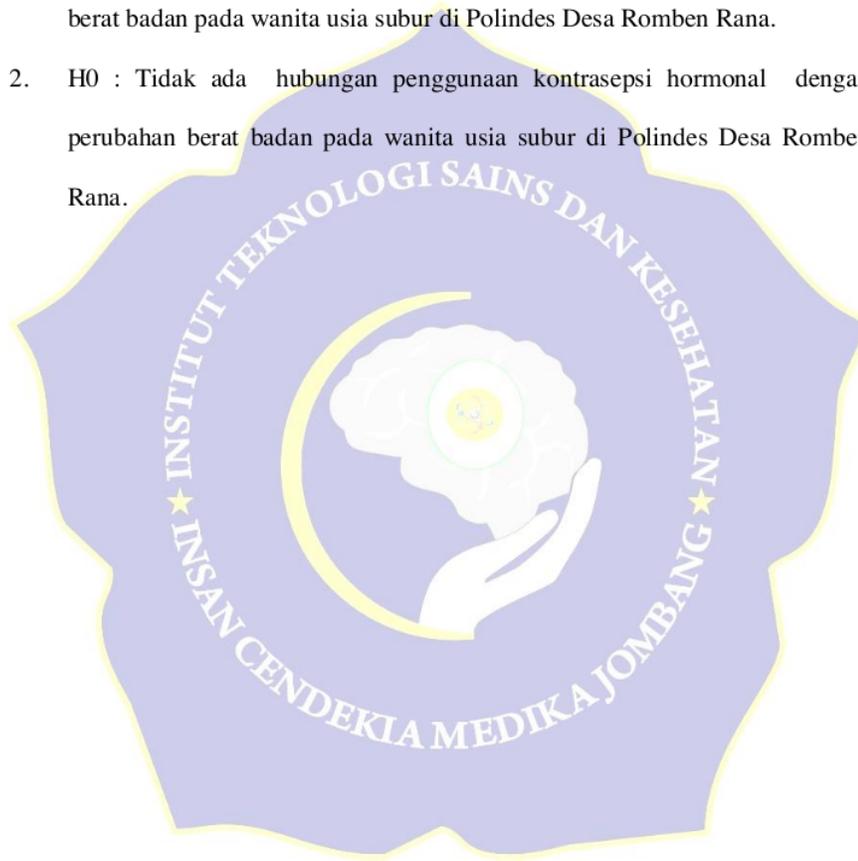


Gambar 3.1 Kerangka teori hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur.

### 3.2 Hipotesis

Hipotesis merupakan suatu jawaban yang berbentuk sementara dari sebuah penelitian yang harus diuji kebenarannya (Haryana, 2020). Hipotesis yang akan diajukan peneliti dalam penelitian ini adalah :

1. H1 : Ada hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana.
2. H0 : Tidak ada hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana.



## **BAB 4**

### **METODE PENELITIAN**

#### **4.1 Jenis penelitian**

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian deskriptif analitis yakni penelitian yang diarahkan untuk mendeskripsikan atau menguraikan suatu keadaan di dalam suatu komunitas atau masyarakat dalam suatu hubungan sebab akibat (Notoatmodjo, 2017).

#### **4.2 Rancangan penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitis dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*, dimana waktu pengukuran atau observasi data variabel bebas dan terikat hanya dilakukan satu kali dalam satu waktu. Jenis penelitian ini adalah korelasi analitis antara variabel dependen dan independen yang dievaluasi bersamaan saat waktu yang sama, hingga tidak terjadi adanya tindak lanjut (Nursalam, 2020). Desain ini menggunakan pendekatan *cross sectional study* dengan tujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana.

#### **4.3 Waktu dan tempat penelitian**

##### **4.3.1 Waktu penelitian**

Penelitian dimulai dari perencanaan (penyusunan proposal) sampai dengan penyusunan laporan akhir, dimulai dari bulan Februari 2023 sampai Juli 2023.

#### 4.3.2 Tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek.

### 4.4 Populasi/sampel/sampling

#### 4.4.1 Populasi

Populasi yaitu subyek (misalnya manusia; klien) yang sesuai dengan kriteria sudah ditentukan (Nursalam, 2020). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh wanita usia subur yang menggunakan kontrasepsi hormonal di Polindes Desa Romben Rana dengan jumlah 51 orang.

#### 4.4.2 Sampel

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang dipilih dengan teknik sampling tertentu untuk bisa memenuhi atau mewakili populasi (Nursalam, 2020). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagian dari wanita usia subur yang menggunakan kontrasepsi hormonal di Polindes Desa Romben Rana.

Penghitungan jumlah sampel pada study ini memakai rumus bahasa *slovin* (Nursalam, 2020). Dengan rumus:

$$n = \frac{N}{1+N(d)^2}$$

Keterangan :

n : besar sampel

N : besar populasi

d : tingkat signifikan (p)

Maka besar sampel dan populasi dapat diketahui sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+N(d)^2}$$

$$n = \frac{51}{1+51(0,5)^2}$$

$$n = \frac{51}{1+51 (0,0025)}$$

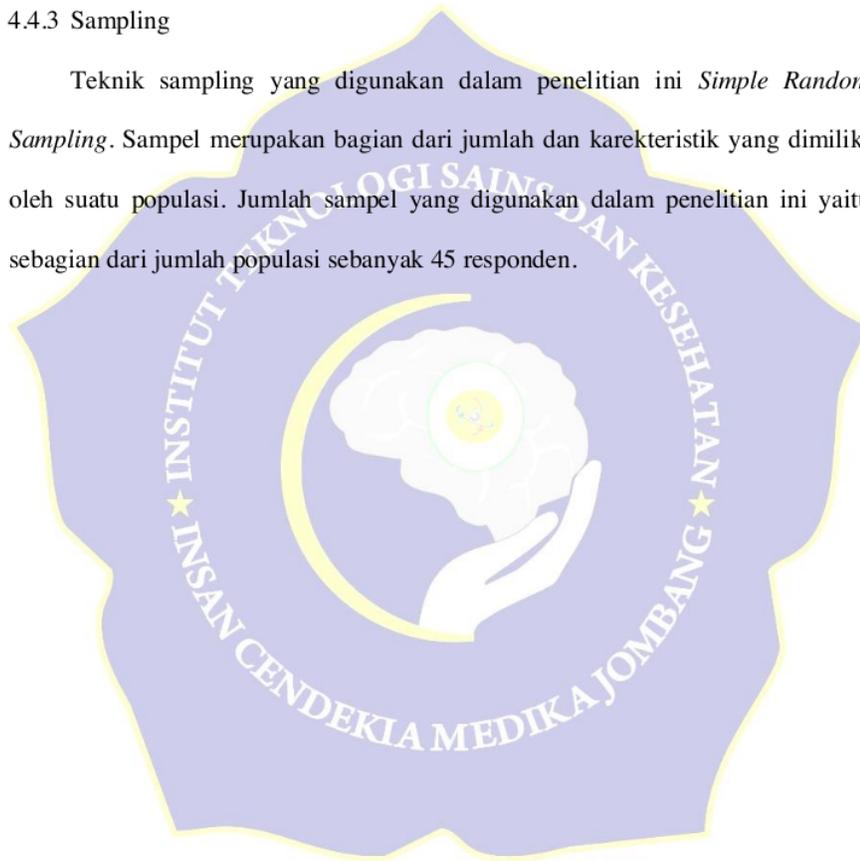
$$n = \frac{51}{1+0,1275}$$

$$n = \frac{51}{1,1275}$$

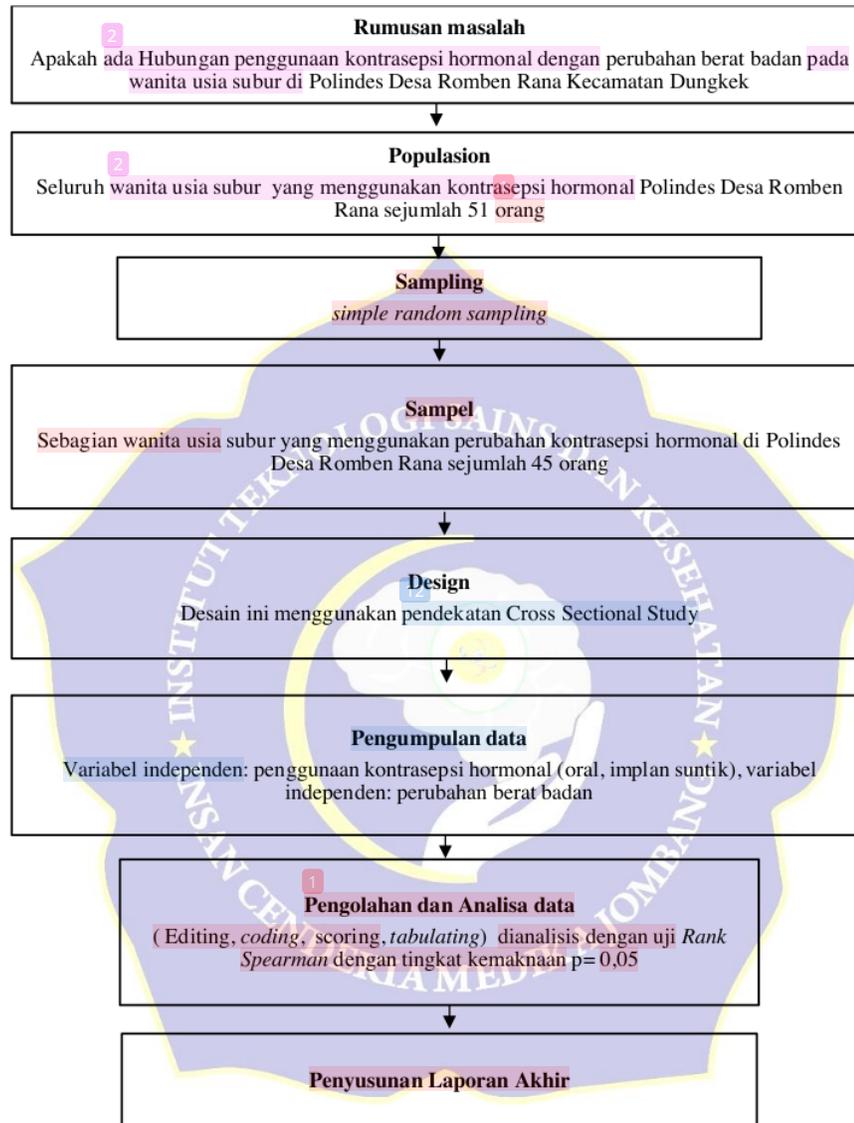
$$n = 45$$

#### 4.4.3 Sampling

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini *Simple Random Sampling*. Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karekteristik yang dimiliki oleh suatu populasi. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebagian dari jumlah populasi sebanyak 45 responden.



#### 4.5 Jalannya penelitian (Kerangka Kerja)



Gambar 4.1 kerangka kerja konsep hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek

#### 4.6 Identifikasi Variabel

Variabel dalam penelitian ini yaitu :

1. Variabel Independent (variabel bebas)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penggunaan kontrasepsi hormonal

2. Variabel Dependent (variabel terikat)

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah perubahan berat badan



#### 4.7 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah variabel berdasarkan karakteristik hasil pengamatan dari sesuatu yang didefinisikan tersebut. Karakteristik dapat diukur dan diamati yang nanti memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau mengukur secara teliti terhadap suatu objek kemudian dapat diteliti ulang oleh peneliti lain (Nursalam, 2020).

Tabel 4.1 Definisi Operasional Penelitian hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek.

No	Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat ukur	Skala	Kriteria
<b>1.</b>	<b>Independen</b>					
	Penggunaan Kontrasepsi Hormonal	wanita usia subur yang membuat pilihan menggunakan kontrasepsi hormonal	Lama penggunaan kontrasepsi	KUESIONER	OR D I N A L	1. oral. 2. implant. 3. suntik. (Herowati, 2019)
<b>2.</b>	<b>Dependen</b>					
	Perubahan berat badan	Perubahan berat badan yang dialami wanita usia subur setelah menggunakan kontrasepsi	1. Berat Badan sebelum pemakaian KB 2. Berat Badan setelah pemakaian KB	1. Riwayat berat badan sebelum menggunakan kontrasepsi (data medis bidan) 2. Timbangan	OR D I N A L	1. Meningkat (jika hasil penimbangan berat badan lebih besar dibandingkan dengan berat badan sebelumnya). 2. Tetap (jika hasil penimbangan berat badan sama dengan berat badan sebelumnya). 3. Menurun (jika hasil penimbangan berat badan lebih rendah dari berat badan sebelumnya). (Sutriani, 2018)

## 4.8 Pengumpulan Data dan Analisis Data

Pengumpulan data adalah tahap pengumpulan karakteristik subyek yang dibutuhkan dalam penelitian (Nursalam, 2020). Pengumpulan data tergantung desain dan bentuk instrument yang digunakan.

### 4.8.1 Instrumen penelitian

Instrumen penelitian adalah pengumpulan data yang dirancang untuk menghasilkan data relevan, baik kuantitatif dan data kualitatif (Nursalam, 2020). Pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan kuesioner untuk variabel independen yang kemudian digunakan untuk mengumpulkan jawaban melalui wawancara dengan bidan. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner yang berisi :

1. Data identitas pengguna kontrasepsi hormonal berupa umur, pendidikan dan pekerjaan.
2. Data jenis kontrasepsi hormonal yang digunakan yang terdiri dari kontrasepsi hormonal jenis suntik, pil, dan implant.
3. Data berat badan pengguna kontrasepsi hormonal, terdiri dari :
  - a. Berat badan sebelum pemakaian kontrasepsi hormonal
  - b. Berat badan setelah pemakaian kontrasepsi hormonal

Pengukuran berat badan setelah pemakaian kontrasepsi hormonal dilakukan dengan menggunakan timbangan yang sudah dipersiapkan.

#### 4.8.2 Prosedur penelitian

Dalam melakukan penelitian adalah tahap pengumpulan data yang dibutuhkan dalam penelitian (Nursalam, 2020). Prosedur yang ditetapkan adalah sebagai berikut :

1. Peneliti menentukan masalah yang ingin diteliti dengan menetapkan judul penelitian, konsultasi dengan dosen pembimbing, melakukan studi pendahuluan dan revisi.
2. Peneliti menyusun proposal penelitian.
3. Mengajukan surat pengantar penelitian dari ITS Kes ICME Jombang.
4. Mengajukan izin studi pendahuluan dan penelitian di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek.
5. Peneliti melakukan studi pendahuluan dan mencari data penunjang dengan wawancara untuk melengkapi data jumlah wanita usia subur yang menggunakan kontrasepsi hormonal di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek.
6. Peneliti melengkapi proposal penelitian sampai dengan pelaksanaan ujian.
7. Peneliti meminta kesediaan responden untuk menjadi bagian dari penelitian ini dan menandatangani lembar *informed consent*. Kemudian peneliti mengajukan kontrak waktu kepada seluruh responden.
8. Melakukan penelitian dengan melakukan wawancara kepada bidan dan membagikan kuesioner kepada wanita yang menggunakan kontrasepsi hormonal di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek.
9. Setelah kuesioner diisi, kemudian peneliti mengumpulkan dan memeriksa kelengkapannya.
10. Setelah data terkumpul, maka peneliti melakukan pengolahan data.

11. Melakukan penyusunan laporan akhir.

#### 4.8.3 Pengolahan data

Pengolahan data merupakan kegiatan untuk mendapatkan data mentah menjadi data yang lebih ringkas sehingga penyajian data dapat diperoleh sebagai hasil kesimpulan yang baik (Notoadmojo, 2018). Pengolahan data dilakukan sebagai berikut:

##### 1. *Editing*

Upaya untuk melakukan pemeriksaan ulang terhadap kebenaran data yang sudah dikumpulkan, proses ini dilakukan setelah pengumpulan data dan kelengkapan kuesioner.

##### 2. *Coding*

Koding adalah pemberian kode numeric (angka) pada data yang terdiri dari berbagai kategori, yang penting pada saat pengolahan dan analisis data memakai computer. Seperti dalam pengkodean, daftar kode dan nilai yang disusun dalam buku (codebook) supaya mempermudah dalam penglihatan arti kode variabel.

###### 1) Data umum

Responden : R

2) Umur : U

###### 3) Pendidikan terakhir

SD : P1

SMP : P2

SMA : P3

Perguruan Tinggi : P4

## 4) Pekerjaan

IRT : PK 1

Swasta : PK 2

Petani : PK 3

## 5) Berat badan

Naik : BB 1

Tetap : BB 2

Turun : BB 3

## 6) Jenis kontrasepsi

Oral : K1

Implant : K2

Suntik : K3

3. *Skoring*

Skoring adalah tahap pemberian skor atau nilai terhadap bagian poin yang perlu diberikan penilaian.

4. *Tabulating*

Tabulating merupakan cara pengelompokan data-data dari table tertentu berdasarkan kriteria yang diinginkan sesuai tujuan peneliti (Nursalam, 2020).

## 4.8.4 Analisis data

Setelah data-data yang penulis perlukan terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan dua cara, yaitu :

#### 1. Analisis univariat

Menurut Notoatmodjo (2018), analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau menggambarkan karakteristik masing-masing variabel penelitian. Secara keseluruhan analisis ini hanya memberikan distribusi frekuensi dan persentase masing-masing variabel yaitu variabel penggunaan kontrasepsi hormonal dan variabel perubahan berat badan.

#### 2. Analisis bivariat

Analisis bivariat dikerjakan pada 2 variabel yang dianggap memiliki hubungan ataupun berkorelasi (Notoatmodjo, 2018).

Setelah diketahui karakteristik masing-masing variabel pada penelitian ini maka analisis dilanjutkan pada tingkat bivariat. Untuk mengetahui hubungan (korelasi) antara variabel bebas (*independent variable*) dengan variabel terikat (*dependent variable*). Untuk membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat digunakan analisis korelasi *Spearman-Rank*, pada batas kemaknaan perhitungan statistic  $p$  value (0,05). Apabila hasil perhitungan menunjukkan nilai  $p < p$  value (0,05) maka dikatakan ( $H_0$ ) ditolak, artinya kedua variabel secara statistik mempunyai hubungan yang signifikan.

### 4.9 Etika Penelitian

Etik penelitian keperawatan merupakan masalah yang penting dalam penelitian, karena penelitian keperawatan berhubungan langsung sama manusia, maka perlu memperhatikan aspek etik penelitian. Isu-isu etis yang perlu diperhatikan antara lain sebagai berikut (Nursalam, 2020) :

1. *Ethical clearance* (ijin etis)

Ijin etis adalah alat untuk mengukur penerimaan etis dari berbagai proses penelitian. Izin etika penelitian menjadi acuan bagi peneliti untuk menjunjung tinggi nilai-nilai kejujuran, dan keadilan dalam melakukan penelitian. Selain itu, untuk melindungi peneliti dari klaim terkait etika penelitian.

2. *Informed consent*

*Informed consent* merupakan bentuk kesepakatan antara peneliti dan responden. *Informed consent* diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan formulir persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan dari informed consent adalah agar subjek memahami tujuan dan sasaran penelitian, untuk menyadari dampaknya.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan informasi)

*Confidentiality* jaminan atas kerahasiaan hasil penelitian, baik masalah informasi maupun lainnya. Kerahasiaan semua informasi yang dikumpulkan dijamin oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan ditunjukkan dalam hasil penelitian.

4. *Anonymity* (kerahasiaan identitas)

*Anonymity* merupakan etika penelitian dimana peneliti tidak mencantumkan nama responden dan tanda tangan pada lembar alat ukur, tetapi hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data. Kode yang digunakan berupa nama responden.

## BAB 5

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 5.1 Hasil Penelitian

##### 5.1.1 Data Umum

#### 1. Karakteristik responden berdasarkan umur wanita usia subur (WUS)

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur wanita usia subur (WUS) di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek bulan Juni tahun 2023.

No.	Umur WUS	Frekuensi	Persentase (%)
1.	≤ 20 tahun	0	0
2.	20-35 tahun	21	47
3.	≥ 35 tahun	24	53
	Jumlah	45	100

Sumber: data primer 2023

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur ≥ 35 tahun yaitu sebanyak 24 responden (53%).

#### 2. Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pendidikan di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek bulan Juni tahun

No.	Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	SD	18	40
2.	SMP	12	26,7
3.	SMA	15	33,3
4.	PT	0	0
	Jumlah	45	100

2023.

Sumber: data primer 2023

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa hampir separuh dari responden memiliki tingkat pendidikan SD yaitu sebanyak 18 responden (40%).

### 3. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek bulan Juni tahun 2023.

No.	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	IRT	29	64,4
2.	Wiraswasta	8	17,8
3.	Petani	8	17,8
Jumlah		45	100

Sumber: data primer 2023

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden bekerja sebagai IRT yaitu sebanyak 29 responden (64,4%).

### 4. Karakteristik responden berdasarkan jumlah anak

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jumlah anak di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek bulan Juni tahun 2023.

No.	Jumlah anak	Frekuensi	Persentase (%)
1.	0	2	4,4
2.	1	17	37,8
3.	2	12	26,7
4.	3	5	11,1
5.	≥ 3	9	20,0
Jumlah anak		45	100

Sumber: data primer 2023

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa hampir separuh dari responden mempunyai 1 anak yaitu sebanyak 17 responden (37,8%).

### 5. Dukungan suami

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan dukungan suami di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek bulan Juni tahun 2023.

No.	Dukungan suami	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Mendukung	45	100
2.	Tidak mendukung	0	0,0
Jumlah		45	100

sumber data primer 2023

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa seluruh responden mendapat dukungan suami dalam penggunaan kontrasepsi yaitu sebanyak 45 responden (100%).

#### 6. Lama pemakaian kontrasepsi hormonal

Tabel 5.6 Distribusi frekuensi responden berdasarkan lama pemakaian kontrasepsi hormonal di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek bulan Juni tahun 2023.

No.	Lama pemakaian	Frekuensi	Persentase (%)
1.	1-5 tahun	45	100
2.	>5 tahun	0	0,0
	Jumlah	45	100

Sumber: data primer 2023

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan bahwa seluruh responden lama pemakaian kontrasepsi hormonal yaitu 1-5 tahun (100%).

#### 6.1.2 Data Khusus

##### 1. Kontrasepsi hormonal

Tabel 5.7 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kontrasepsi hormonal yang dipakai oleh wanita usia subur (WUS) di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek bulan Juni tahun 2023.

No.	Kontrasepsi hormonal	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Pil/oral	11	24,4
2.	Suntik	34	75,6
3.	Implant	0	0,0
	Jumlah	45	100

Sumber: data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memakai kontrasepsi hormonal jenis suntik yaitu sebanyak 31 responden (75,6%).

## 2. Perubahan berat badan

Tabel 5.8 Distribusi frekuensi responden berdasarkan perubahan berat badan pada wanita usia subur pengguna kontrasepsi hormonal di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek bulan Juni tahun 2023.

No.	Perubahan berat badan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Meningkat	31	69
2.	Tetap	7	15,5
3.	Menurun	7	15,5
	Jumlah	45	100

Sumber: data primer 2023

Berdasarkan tabel 5.8 menunjukkan bahwa sebagian besar perubahan berat badan responden meningkat yaitu sebanyak 31 responden (69%).

## 3. Hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan.

Tabel 5.9 Tabulasi silang hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek bulan Juni tahun 2023.

No	Jenis Kontrasepsi	Perubahan Berat Badan						Total	
		Meningkat		Tetap		Menurun		Σ	%
		Σ	%	Σ	%	Σ	%		
1	Pil	12	26,7	4	8,9	2	4,4	18	40
2	Suntik	19	42,2	3	6,6	5	11,1	27	60
3	Implant	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
	Total	31	69,8	7	15,5	7	15,5	45	100
<b>Uji Spearman's rho</b>								ρ=0,01	

Sumber: data primer 2023

Berdasarkan tabel 5.9 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden menggunakan kontrasepsi hormonal mengalami perubahan berat badan yaitu meningkat sebanyak 31 orang (69,8%). Berdasarkan hasil uji Spearman-rank dengan derajat kesalahan  $\alpha = 0,05$  didapatkan hasil nilai  $p = 0,01 < \alpha = 0,05$ . Hal ini berarti  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang mengartikan ada hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek.

## 5.2 Pembahasan

### 5.2.1 Penggunaan kontrasepsi hormonal di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek

Berdasarkan tabel 5.7 didapatkan bahwa sebagian besar responden memakai kontrasepsi hormonal jenis suntik. Menurut opini peneliti wanita usia subur banyak memilih menggunakan kontrasepsi suntik karena dianggap aman dan praktis, selain itu memiliki efektivitas tinggi dengan tingkat keberhasilan 99%. Kontrasepsi jenis suntik juga disukai karena tidak mempersulit akseptor berbeda dengan pil KB yang harus diminum setiap hari. Responden juga mengatakan bahwa dalam penggunaan kontrasepsi suntik itu sangatlah mudah dan terasa nyaman, sehingga mereka tidak merasa kesulitan dalam ber KB. Sejalan dengan penelitian Anggriani, (2019) wanita banyak memilih menggunakan kontrasepsi suntik karena kerjanya efektif, pemakaiannya yang praktis, harganya murah dan aman, bekerja dalam waktu lama, tidak mengganggu menyusui, dan dapat dipakai segera setelah keguguran atau setelah masa nifas.

Karakteristik data umum berdasarkan dukungan suami seluruh dari responden di Polindes Romben Rana Kecamatan Dungkek mendapat dukungan. Menurut peneliti dukungan suami sangat berpengaruh besar dalam pengambilan keputusan istri untuk menggunakan kontrasepsi atau tidak dan metode apa yang akan digunakan, dimana bentuk dukungan suami yang diberikan dapat berupa mengingatkan untuk kontrol, mengantar untuk mendapatkan pelayanan KB, menyediakan dana serta memberikan persetujuan terhadap alat kontrasepsi yang akan digunakan istrinya. Sejalan

dengan penelitian Pinamangun *et al.*, (2018) yang mengatakan dukungan suami dalam KB merupakan bentuk nyata dari kepedulian dan tanggung jawab para pria dimana suami yang merupakan kepala keluarga harus bijak dalam mengambil keputusan, baik keluarganya termasuk istrinya untuk memilih kontrasepsi yang akan digunakan.

Menurut penelitian Ainun, (2017) dukungan dari suami dalam penggunaan kontrasepsi sangat diperlukan karena tanpa adanya dukungan dari suami rasa nyaman untuk menggunakan kontrasepsi tidak akan didapatkan. Istri merasa tenang menjadi peserta KB bila suami memberikan dukungan penuh, termasuk menemani ketika konseling, pemasangan alat kontrasepsi, menemani kontrol, dan selalu mengayomi istri apalagi ketika ketika sesuatu yang tidak diinginkan terjadi.

Karakteristik data umum berdasarkan umur responden di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek menunjukkan sebagian besar dari responden berusia  $\geq 35$  tahun. Menurut opini peneliti pada usia  $\geq 35$  tahun produksi hormon estrogen dan progesteron wanita akan menurun. Hal tersebut tidak menutup kemungkinan potensi kehamilan jika wanita tersebut belum memasuki menopause. Sehingga, penggunaan kontrasepsi masih dibutuhkan. Menurut Depkes RI (2017) pada usia kurang dari 20 tahun merupakan masa menunda kehamilan, usia 20-35 tahun menjarangkan kehamilan dan pada usia diatas 35 tahun merupakan masa dimana wanita untuk mencegah kehamilan.

### 5.2.2 Perubahan berat badan pengguna kontrasepsi hormonal di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek

Berdasarkan tabel 5.8 sebagian besar perubahan berat badan yang dialami responden yaitu meningkat. Karakteristik data umum umur responden sebagian besar berumur  $\geq 35$  tahun. Asumsi peneliti usia  $\geq 35$  tahun merupakan kurun usia reproduksi tua, resiko tinggi dalam kehamilan dan persalinan karena semakin bertambah umur seseorang maka akan cenderung kehilangan otot dan menurunnya fungsi organ reproduksinya. Kehilangan otot akan mengurangi pembakaran kalori, apalagi jika tidak dilakukan diet seimbang dan aktivitas fisik yang rutin maka akan mengakibatkan kenaikan berat badan. Sejalan dengan penelitian Sikalak, *et al.*, (2017) yang mengatakan ketika usia bertambah atau semakin tua dan seseorang tersebut kurang aktif bergerak, maka masa otot tubuh akan cenderung menurun dan menyebabkan perlambatan tingkat pembakaran kalori, sehingga tubuh akan sulit membakar kalori yang masuk dan terjadi penumpukan energi.

Berdasarkan jenis pekerjaan responden dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga (IRT). Menurut opini peneliti ibu yang tidak bekerja dapat memicu berat badan meningkat karena sering menghabiskan waktu di rumah akan lebih sulit dalam mengontrol pola makan, karena setelah ibu melakukan pekerjaan rumah maka ibu akan menghabiskan waktunya dengan menonton televisi dan juga disertai dengan mengkonsumsi makanan ringan, dengan mengkonsumsi makanan ringan yang berlebihan itulah yang dapat memicu meningkatnya berat badan ibu. Ibu yang hanya di rumah saja juga sulit untuk

melakukan olahraga yang mampu membakar kalori secara optimal sehingga juga memicu kenaikan berat badan. Sejalan dengan penelitian Novitasari (2017) wanita yang tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga (IRT) aktivitas fisiknya kurang sehingga berat badannya mudah meningkat.

Berdasarkan lama pemakaian kontrasepsi hormonal pada responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memakai kontrasepsi hormonal  $\geq 1$  tahun. Menurut peneliti responden menggunakan kontrasepsi hormonal selama  $\geq 1$  tahun karena responden tidak ingin menghentikannya dengan alasan lebih praktis. Wanita usia subur lebih memilih menggunakan alat kontrasepsi jangka panjang karena memiliki efektifitas yang lebih baik selain itu juga dapat memberikan kesempatan kepada wanita usia subur untuk membatasi dan menunda terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan sehingga bisa mengatur kapan waktu yang tepat untuk melahirkan kembali. Namun semakin lama penggunaan kontrasepsi maka semakin meningkat berat badan akseptor. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya Pramasari, (2017) yang menyatakan bahwa pemakaian kontrasepsi suntik lebih dari 1 tahun cenderung terjadi peningkatan berat badan pemakainya. Menurut penelitian Shinta, (2017) penggunaan kontrasepsi dalam jangka panjang juga dapat memicu terjadinya kenaikan berat badan yang dialami oleh akseptor KB. Dalam penggunaan jangka panjang KB hormonal turut memicu terjadinya peningkatan berat badan, kanker, kekeringan pada vagina, gangguan pada emosi, dan jerawat karena penggunaan hormonal yang lama dapat mengacaukan keseimbangan hormone estrogen dan progesterone dalam tubuh sehingga mengakibatkan

terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal. Bila sudah 2 tahun, kita harus pindah kesistem KB yang lain, seperti KB kondom, dan spiral.

### 5.2.3 Hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek

Berdasarkan tabel 5.9 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden menggunakan kontrasepsi hormonal mengalami perubahan berat badan yaitu meningkat. Hasil analisis didapatkan  $p = 0,01$   $\alpha < 0,05$  maka  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak berarti ada hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur.

Menurut peneliti terdapat hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek karena sebagian besar dari responden menggunakan kontrasepsi hormonal jenis suntik, di dalamnya terdapat kandungan hormon progesterone yang dapat menyebabkan nafsu makan akseptor bertambah dan menyebabkan peningkatan berat badan. Sejalan dengan penelitian Setyoningsih, (2020) mengatakan bahwa kontrasepsi suntikan baik satu bulan dan tiga bulan sama-sama mengandung hormon progesteron yang mempunyai efek terhadap meningkatnya nafsu makan. Namun demikian, kandungan hormon progesteron pada kontrasepsi suntik 3 bulan lebih besar dibandingkan kontrasepsi suntik satu bulan sehingga pengaruh terhadap peningkatan berat badan juga lebih besar suntik 3 bulan dibanding suntik 1 bulan. Hormon progesteron yang nantinya dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan yang disebut dengan hipotalamus.

Semakin banyak hormon progesteron yang merangsang hipotalamus, maka semakin besar nafsu makan seseorang. Sehingga akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan dapat lebih besar nafsu makannya dibanding kontrasepsi suntik 1 bulan.

Hasil penelitian penelitian Shintya (2022), yang menemukan bahwa penggunaan kontrasepsi hormonal mempunyai hubungan terhadap kenaikan berat badan ibu-ibu di Desa Motoling. Sejalan dengan penelitian Alpaljri, (2020) Hasil penelitian Terdapat hubungan penggunaan KB suntik DMPA dengan peningkatan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Balai Permai Kota Batam tahun 2019.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memakai kontrasepsi hormonal  $\geq 1$  tahun sehingga terjadi peningkatan berat badan. Dari hasil penelitian penulis kenaikan berat badan maksimal adalah 5 kg, hal tersebut menunjukkan bahwa ada kecenderungan semakin lama responden memakai kontrasepsi ( $\geq 1$  tahun) maka semakin meningkat berat badan responden. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya Pramasari, (2017) yang menemukan bahwa pemakaian kontrasepsi suntik lebih dari 1 tahun cenderung terjadi peningkatan berat badan pemakainya.

Menurut penelitian Hartanto, (2019) pemakaian kontrasepsi suntik jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kenaikan berat badan karena adanya kandungan hormon progesteron yang dapat menyebabkan nafsu makan bertambah apabila pemakaian dosis yang tinggi atau berlebih karena dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak. Umumnya efek samping

kenaikan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari <sup>7</sup> 1-5 kg dalam 1 tahun pertama, rata-rata tiap tahun naik antara 2,3-2,9 kg.



## **BAB 6**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Kesimpulan**

1. Penggunaan kontrasepsi hormonal pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek sebagian besar adalah suntik.
2. Perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek sebagian besar yaitu meningkat
3. Ada hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan berat badan pada wanita usia subur di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek.

#### **6.2 Saran**

1. Bidan Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek  
Disarankan kepada Bidan Polindes Desa Romben Rana agar lebih aktif dalam memberikan edukasi dalam penggunaan kontrasepsi hormonal kepada akseptor KB, jika lebih dari 5 tahun pemakaian kontrasepsi hormonal dianjurkan kepada responden untuk diberhentikan dan dilanjutkan pemakaian kontrasepsi non hormonal.
2. Bagi peneliti selanjutnya  
Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan melibatkan faktor-faktor lain yang berkaitan dengan penggunaan kontrasepsi hormonal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia 2018 [*Indonesia Health Profile 2018*]. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Arum, D. N. S. (2019). Panduan lengkap pelayanan KB terkini. *Medical Book*: Jakarta Badan Koordinasi Keluarga Berencanan Nasional, Badan Pusat Statistik, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, & USAID.
- Febriani, R., & Ramayanti, I. (2020). Analisis Perubahan Berat Badan Pada Pemakaian KB Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA)
- Septalia, R., & Puspitasari, N. (2017). Faktor Yang Memengaruhi Pemilihan Metode Kontrasepsi. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*
- Yeni, Y., Mutahar, R., Etrawati, F., & Utama, F. (2017). Paritas Dan Peran Serta Suami Dalam Pengambilan Keputusan Terhadap Penggunaan Metode Kontrasepsi.
- Yulidasari, F., Lahdimawan, A., & Rosadi, D. (2016). Hubungan Pengetahuan Ibu dan Pekerjaan Ibu Dengan Pemilihan Kontrasepsi Suntik. *Jurnal Berkala Kesehatan*
- Dewiyanti, N. (2020). Hubungan Umur dan Jumlah Anak Terhadap Penggunaan Metode Kontrasepsi Di Puskesmas Bulak Banteng Surabaya. *Medical Technology and Public Health Journal*
- Devi Kurniasari, Susilawati, Nabela Gyandra (2020). Pengaruh Kontrasepsi Suntik 3 Bulan terhadap Kenaikan Berat Badan Ibu di Puskesmas Air Kota Bandar Lampung Tahun 2020. *Jurnal Medika Malahayati*. Vol 4 No 4
- Nursalam (2020) Manajemen Keperawatan, Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (P. P. Lestari (ed.);5th ed.).
- Ramayanti, I. (2020). Analisis Perubahan Berat Badan pada Pemakaian KB Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA).
- Handayani, Pebri, Pertiwi Perwiraningtyas & Susmini. (2019). "Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB."
- Irawati, Ayu. (2017). "Pengaruh Kontrasepsi Suntik Terhadap Peningkatan Berat Badan Dengan Lama Penggunaan Pada Akseptor KB Di Puskesmas Lompoe Kota Parepa
- Febriani R. Perubahan Berat Badan Pada Pemakaian Kb Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (Dmpa). Published online 2020
- Bakri, Kundre, & Bidjuni. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Metode Kontrasepsi Pada Wanita Usia Subur di Wilayah Kerja Puskesmas Ranotana Weru (Vol. 7, Issue 1)
- Hartini & Prabusari (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dan Usia terhadap
- Hasibuan. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Pemilihan Kontrasepsi di Puskesmas Sipiongot. 21.

- Ipaljri, A. (2020). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kb di Puskesmas Baloi Permai Kota Batam Tahun 2019. 10(1).
- Pratiwi, D. (2018). Hubungan Antara Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan di Puskesmas Lapai Kota Padang.
- Putri, Pradnyaparamitha, & Ani. S. (2019). Hubungan Karakteristik Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Pemilihan Alat Kontrasepsi pada Pasangan Usia Subur di Kecamatan Sidemen Kabupaten Karangasem Bali.
- Roza, E. (2018). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Di Puskesmas Tapus Sumatera Barat Tahun 2017.
- Sahrani, Sartika, & Dewi. (2021). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan (Progestin) dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB di Desa Sialambue Kabupaten Padang Lawas Tahun 2020.
- Sriama, M. (2017). Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Depo Medroxyyl Progestin Asetat (DMPA) di Puskesmas Pejeruk tahun 2017.
- Tohir, T. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Terhadap Pemakaian Alat Kontrasepsi Di Wilayah Keluarga Binaan Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Angkatan 2016 Di Kecamatan Medan Johor Sumatera Utara Tahun 2019.





# HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI HORMONAL DENGAN PERUBAHAN BERAT BADAN PADA WANITA USIA SUBUR (Di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek)

## ORIGINALITY REPORT

5%

SIMILARITY INDEX

4%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

1%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://repo.stikesicme-jbg.ac.id">repo.stikesicme-jbg.ac.id</a> Internet Source	3%
2	Rika Anjani, Ummi Kalsum. "Umur Sebagai Modifikasi Efek Terhadap Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Kejadian Kegemukan Pada Wanita Usia Subur", Jurnal Kesmas Jambi, 2020 Publication	<1%
3	Submitted to Ateneo de Manila University Student Paper	<1%
4	Devi Kurniasari, Susilawati Susilawati, Nabela Gyandra Fenniokha. "PENGARUH KONTRASEPSI SUNTIK 3 BULAN TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN IBU DI PUSKESMAS GEDONG AIR KOTA BANDAR LAMPUNG TAHUN 2020", Jurnal Medika Malahayati, 2020 Publication	<1%
5	<a href="http://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Internet Source	<1%

6	<a href="https://repository.stikesdrsoebandi.ac.id">repository.stikesdrsoebandi.ac.id</a> Internet Source	<1 %
7	Nurul Hidayah, Desi Lestia Dwisalmarini. "Analisis Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik DI BPM HJ. M", Proceeding Of Sari Mulia University Midwifery National Seminars, 2019 Publication	<1 %
8	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	<1 %
9	<a href="http://ejournal.unsrat.ac.id">ejournal.unsrat.ac.id</a> Internet Source	<1 %
10	<a href="http://123dok.com">123dok.com</a> Internet Source	<1 %
11	<a href="https://repository.unair.ac.id">repository.unair.ac.id</a> Internet Source	<1 %
12	<a href="https://repository.stikes-bhm.ac.id">repository.stikes-bhm.ac.id</a> Internet Source	<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off

# HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI HORMONAL DENGAN PERUBAHAN BERAT BADAN PADA WANITA USIA SUBUR (Di Polindes Desa Romben Rana Kecamatan Dungkek)

GRADEMARK REPORT

FINAL GRADE

GENERAL COMMENTS

**/0**

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9

PAGE 10

PAGE 11

PAGE 12

PAGE 13

PAGE 14

PAGE 15

PAGE 16

PAGE 17

PAGE 18

PAGE 19

PAGE 20

---

PAGE 21

---

PAGE 22

---

PAGE 23

---

PAGE 24

---

PAGE 25

---

PAGE 26

---

PAGE 27

---

PAGE 28

---

PAGE 29

---

PAGE 30

---

PAGE 31

---

PAGE 32

---

PAGE 33

---

PAGE 34

---

PAGE 35

---

PAGE 36

---

PAGE 37

---

PAGE 38

---

PAGE 39

---

PAGE 40

---

PAGE 41

---

PAGE 42

---

PAGE 43

---

PAGE 44

---

PAGE 45

---

