

## **HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KB SUNTIK DMPA DENGAN PENINGKATAN BERAT BADAN DI KLINIK UMUM DAN RUMAH BERSALIN DELTA MUTIARA SIDOARJO**

**Sandy Maria Talaud<sup>1</sup>, Anik Latifah<sup>2</sup>, Solichatin<sup>3</sup>**

**Universitas PGRI Adi Buana Surabaya**

**Email : [sandymaritalaud@gmail.com](mailto:sandymaritalaud@gmail.com)<sup>1</sup>, [aniklatifah80@gmail.com](mailto:aniklatifah80@gmail.com)<sup>2</sup>, [solichatin@unipasby.ac.id](mailto:solichatin@unipasby.ac.id)<sup>3</sup>**

### **ABSTRAK**

Latar Belakang : Indonesia sebagai negara berkembang dengan berbagai masalah dalam mengendalikan pertumbuhan penduduk yang pesat. Salah satu upaya utama pemerintah melalui BKKBN adalah Program Keluarga Berencana (KB), yang bertujuan untuk mengatur jarak kehamilan dan jumlah anak. Di antara berbagai metode kontrasepsi yang tersedia, kontrasepsi suntik menjadi pilihan populer karena efektivitas dan kemudahannya. Namun, efek samping seperti peningkatan berat badan sering dilaporkan oleh para pengguna. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) dan survei awal di Klinik dan Rumah Bersalin Delta Mutiara Sidoarjo, terjadi peningkatan berat badan yang signifikan pada akseptor KB suntik, dengan 73,3% mengalami kenaikan berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara lama penggunaan KB suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di Klinik Umum dan Rumah Bersalin Delta Mutiara Sidoarjo. Metode Penelitian : Desain penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Pengambilan sampel dengan teknik accidental sampling. besar sampel yaitu 31 akseptor dengan lama penggunaan 1-3 tahun, dan > 3-5 tahun. Analisa data menggunakan Uji chis-square. Hasil Penelitian : Lama penggunaan responden 1-3 tahun, sebagian besar sejumlah 17 responden (45%) dan berat badan sesudah pemberian KB suntik DMPA sebagian besar kategori naik yaitu sejumlah 21 responden (68%). Kesimpulan : Ada hubungan yang signifikan antara pemberian suntik DMPA dengan perubahan berat badan pada akseptor. nilai  $p = 0.02$ . Saran : lebih meningkatkan edukasi dan konseling mengenai potensi efek samping, khususnya peningkatan berat badan, pada saat konseling awal dan kunjungan berkala dan diskusikan alternatif kontrasepsi dengan calon akseptor untuk memilih metode yang sesuai dengan kondisi kesehatan individu.

**Kata Kunci:** Lama Penggunaan, Peningkatan Berat Badan.

### **ABSTRACT**

*Background : Indonesia as a developing country with various problems in controlling rapid population growth. One of the main efforts of the government through BKKBN is the Family Planning Program (KB), which aims to regulate the distance between pregnancies and the number of children. Among the various contraceptive methods available, injectable contraception is becoming a popular choice due to its effectiveness and convenience. However, side effects such as weight gain are often reported by users. Based on data from the Central Statistics Agency (BPS) and an initial survey at the Delta Mutiara Sidoarjo Clinic and Maternity Home, there was a significant weight increase in injectable birth control acceptors, with 73.3% experiencing weight gain. This study aims to determine the relationship between the length of use of DMPA injectable birth control and weight gain at the General Clinic and Delta Mutiara Sidoarjo Maternity Home.*  
*Research Method : The research design used is observational analysis with a sectional cross approach. Sampling by accidental sampling technique. The sample size was 31 acceptors with a period of use of 1-3 years, and > 3-5 years. Data analysis using the chis-square test. Results : The*

*duration of use of respondents was 1-3 years, most of them were 17 respondents (45%) and the weight after giving DMPA injection birth control was mostly increased, namely 21 respondents (68%). Conclusion : There is a significant relationship between the administration of DMPA injections and changes in body weight in acceptors. value p= 0.02. Suggestion : increase education and counselling on potential side effects, especially weight gain, during initial counselling and periodic visits and discuss contraceptive alternatives with potential acceptors to choose a method that suits individual health conditions.*

**Keywords:** Length Of Use, Weight Gain.

## PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang, dengan berbagai jenis masalah yang dihadapi di Indonesia, salah satunya adalah di bidang kependudukan, yaitu masih tingginya angka pertumbuhan penduduk. Saat ini pemerintah Indonesia melalui BKKBN, berupaya untuk menekan laju pertumbuhan penduduk, dengan mengajak semua pihak bekerja keras dalam melakukan upaya mengendalikan tingginya jumlah pertambahan penduduk di Indonesia dengan menggunakan metode kontrasepsi. Keluarga Berencana merupakan suatu usaha untuk menjarangkan kehamilan, merencanakan jumlah anak, dan menghindari kehamilan yang tidak diinginkan oleh pasangan suami istri atau individu. dengan adanya Program Keluarga Berencana Ini dapat membangun keluarga sederhana, sesuai dengan kekuatan sosial ekonomi keluarga, sehingga dapat memperoleh keluarga bahagia dan sejahtera (Noviyanti, 2022).

Berdasarkan data pusat statistik (BPS 2023) pasangan usia subur di Indonesia yang menggunakan alat kontrasepsi KB pada tahun 2020 sebanyak 56,04% tahun 2021 sebanyak 55,6% dan tahun 2022 sebanyak 55,36% ( BPS,2023) di Provinsi Jawa Timur, ditemukan wanita yang berumur 15-49 tahun dan berstatus kawin yang sedang menggunakan KB, pada tahun 2021 sebanyak 10.028.915 pada tahun 2022 sebanyak 820.097 dan tahun 2023 sebanyak 81.637

Badan Pusat Statistik (BPS,2023) Jumlah pasangan usia subur dan peserta yang menggunakan KB aktif di kabupaten Sidoarjo IUD, MOW, MOP Sebanyak 297.273 dan peserta aktif yang menggunakan KB suntik, kondom, implan, dan pil tahun 2022 sebanyak 180,530 akseptor. (BPS,2023) Berdasarkan survei awal pada bulan Desember 2023 di Klinik dan Rumah Bersalin Delta Mutiara Sidoarjo, pengguna KB aktif sebanyak 815 peserta, yang menggunakan KB IUD sebanyak 129, KB implan sebanyak 207, suntik sebanyak 447, pil sebanyak 32 peserta.

Berdasarkan data diatas pengguna kontrasepsi suntik yang paling banyak dipilih oleh ibu-ibu di keranakan cara kerjanya yang efektif dan cara pemakaian lebih praktis, selain itu harganya juga lebih murah. Namun salah satu efek samping yang sering dikeluhkan dari penggunaan kontrasepsi suntik adalah kenaikan berat badan.(Sartika dkk., 2021) Hal tersebut sama dengan, survei awal yang di lakukan oleh peneliti di Klinik umum dan rumah bersalin delta mutiara, sejumlah akseptor KB suntik 73,3%, mengalami peningkatan berat badan, dan yang tidak mengalami peningkatan berat badan 20,0% hal ini dikarenakan cocok menggunakan kontrasepsi suntik dan sedang menyusui.

Peningkatan berat badan yang terjadi bervariasi antara 1-5 kg dalam 1 tahun penggunaan.(Kusumawati & Rosidah, 2022) keluhan ibu mengalami peningkatan berat merasa kurang cantik dan tidak memiliki tubuh yang ideal, sehingga secara tidak langsung merasa tidak puas serta tidak menerima bentuk tubuhnya saat ini. Akseptor KB suntikan yang mengalami kenaikan berat badan mengaku bahwa, nafsu makan mereka meningkat, sedangkan pemenuhan nutrisi tidak seimbang dengan pemakanan energi untuk aktivitas, dan mendukung adanya penumpukan lemak serta peningkatan berat badan. Kontrasepsi suntik

merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor KB suntik makan lebih banyak dari pada biasanya dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya penggunaan KB suntik dapat menyebabkan berat badan bertambah. (Susanti, 2022) Apabila berat badan terus bertambah dapat menimbulkan suatu masalah bagi kesehatan maupun psikologi, masalah yang paling sering terjadi pada ibu dengan peningkatan berat badan adalah masalah psikologi yaitu kurangnya percaya diri terhadap lingkungan, dan akan mempengaruhi kesehatan antra lain Osteoarthritis (peradangan sendi kerena degenerasi) pada sendi yang menopang berat badan seperti lutut, pinggul, tulang belakang dan tekanan darah tinggi (hipertensi) sehingga bisa menimbulkan diabetes melitus.(Handayani & Perwiraningtyas, 2019)

Penelitian yang dilakukan Susila dan Triana pada tahun 2015 yang berjudul “Hubungan Kontrasepsi Suntik DMPA Dengan Peningkatan Berat Badan (Studi Di BPS Dwenti K.R. Desa Sumberejo Kabupaten Lamongan)” menunjukkan bahwa, sebanyak 26 akseptor dari 28 akseptor KB Suntik (92,9%) mengalami peningkatan berat badan dan sebagian kecil tidak mengalami peningkatan berat badan sebanyak 2 akseptor dari 28 akseptor KB Suntik DMPA (7,1%). Hal ini menunjukkan adanya hubungan kontrasepsi suntik dengan peningkatan berat badan akseptor.

Menurut Affandi,2013 Suntik DMPA kombinasi yang berisi hormon Progesteron: 150 mg, Depo Medroxy Progesterone Acetate yang diberikan setiap 3 bulan. Di tunjang dengan teori Hartanto (2014) lama penggunaan sangat mempengaruhi terjadinya perubahan berat yaitu  $> 5$  Kg lama penggunaan 1 tahun.

Menurut Wijayanti 2011 lama penggunaan KB DMPA sangat mempengaruhi perubahan BB karena kandungan zat kimia progesteron yang dapat mengakibatkan peningkatan rasa lapar jika penggunaan dosis tinggi atau berlebihan. KB suntik 3 bulan (DMPA) dapat mengaktifasi hormone glukokortikoid. Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) memicu hipoestrogenemia menjadi penumpukan lemak dan penambahan berat badan pada manusia, disebabkan oleh Depo Medroxy Progesterone Acet.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti ditemukan Akseptor KB suntik 3 Bulan mengalami peningkatan berat badan sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Penggunaan KB Suntik 3 Bulan dengan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor.

## METODE

Pada penelitian ini penulis menggunakan jenis penelitian secara kuantitatif, adalah sebuah metode penelitian yang didalamnya menggunakan angka dan menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Desain ini difokuskan untuk mengetahui hubungan lama penggunaan KB suntik DMPA dengan peningkatan berat badan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Umum dan Rumah Bersalin Delta Mutiara yang beralamat di Jl. Raya Luwung Sarirogo RT.07 RW.02 Sidoarjo, yang dikelola oleh direktur dan satu bidan sebagai penanggung jawab klinik. Klinik ini memiliki 10 tenaga medis dan 6 tenaga non-medis, dengan jadwal kunjungan setiap hari pukul 07.00-12.00 dan pukul 16.00-21.00. layanan UGD beroperasi selama 24 jam. Klinik ini juga menyediakan layanan kesehatan ibu dan anak serta keluarga berencana (KB), seperti pil, suntik, IUD, implan, kondom. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2024, dengan pengambilan sampel dari ibu-ibu yang menggunakan KB suntik DMPA dengan durasi penggunaan 1-3

tahun, dan  $\geq$  3-5 tahun yang melibatkan 31 responden.

## Data Umum

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

| Umur  | Frekuensi (n) | Presentase (%) |
|-------|---------------|----------------|
| 20-30 | 8             | 26%            |
| 30-35 | 6             | 19%            |
| 35-50 | 17            | 55%            |
| Total | 31            | 100%           |

Sumber data primer tahun 2024

Berdasarkan tabel 1. didapatkan karakteristik responden berdasarkan umur, sebagian besar responden berusia 35-49 tahun sebanyak 17 responden atau 55%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

| Pendidikan | Frekuensi (n) | Presentase (%) |
|------------|---------------|----------------|
| SD         | 9             | 29%            |
| SMP        | 2             | 6%             |
| SMA        | 20            | 65%            |
| Total      | 31            | 100%           |

Berdasarkan tabel 2. didapatkan sebagian besar responden berpendidikan trakhir SMA sebanyak 20 responden atau 65%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

| Pekerjaan  | Frekuensi (n) | Presentase (%) |
|------------|---------------|----------------|
| IRT        | 19            | 61%            |
| Swasta     | 7             | 23%            |
| Wiraswasta | 5             | 16%            |
| Total      | 31            | 100%           |

Sumber data primer tahun 2024

Berdasarkan tabel 3 sebagian besar responden berkerja sebagai IRT sebanyak 19 responden atau 61%.

## Data Khusus

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Lama Penggunaan

| Lama Penggunaan | Frekuensi (n) | Presentase (%) |
|-----------------|---------------|----------------|
| 1-3 tahun       | 17            | 55%            |
| >3-5 tahun      | 14            | 45%            |
| Total           | 31            | 100%           |

Sumber data primer tahun 2024

Berdarkan tabel 4. frekuensi lama penggunaan KB suntik DMPA sebagian besar responden yang menggunakan KB suntik DMPA dengan lama penggunaan 1-3 tahun 17 responden atau 45%.

Tabel 5. Distribusi frekuensi Berat Badan Sebelum dan Sesudah

| Peningkatan<br>Berat<br>Badan | Berat Badan |      |    |      |
|-------------------------------|-------------|------|----|------|
|                               | n           | %    | n  | %    |
| Naik                          | 0           | 0%   | 21 | 68%  |
| Turun                         | 0           | 0%   | 5  | 16%  |
| Tetap                         | 31          | 100% | 5  | 16%  |
| Total                         | 31          | 100% | 31 | 100% |

Sumber data primer tahun 2024

Berdarkan Tabel 5. frekuensi berat badan sebelum dan sesudah pemberian KB suntik DMPA. Berat badan sebelum tetap 31 responden (100%) dan berat badan setalah naik 21 responden (68%)

### **Analisis Penelitian**

- Hubungan lama penggunaan KB suntik DMPA dengan peningkatan berat badan

Tabel 6. Hubungan Lama Penggunaan KB Suntik DMPA dengan peningkatan Berat badan

#### **Berat Badan**

| Lama<br>Penggunaan | Berat Badan |     |       |     |       |     | <i>P-</i><br><i>Value</i> |  |
|--------------------|-------------|-----|-------|-----|-------|-----|---------------------------|--|
|                    | Naik        |     | Turun |     | Tetap |     |                           |  |
|                    | n           | %   | n     | %   | n     | %   |                           |  |
| 1-3 tahun          | 7           | 23% | 5     | 16% | 5     | 16% | 17 55%                    |  |
| >3-5 tahun         | 14          | 45% | 0     | 0%  | 0     | 0%  | 14 45% 0,02               |  |
| Total              | 21          | 68% | 5     | 16% | 5     | 16% | 31 100%                   |  |

Berdasarkan tabel 6. menunjukkan hubungan antara lama penggunaan KB suntik DMPA dengan peningkatan berat badan. lama penggunaan 1-3 tahun yang naik 7 responden atau 23% lama penggunaan >3-5 tahun naik 14 responden atau (45%) Dari hasil uji chi-square menunjukkan nilai  $p = 0,02$ , nilai ini lebih kecil dari 0,05, yang berarti ada hubungan antara lama penggunaan KB suntik DMPA dengan peningkatan berat badan.

### **Pembahasan**

#### **1. Lama Penggunaan KB suntik DMPA**

Penelitian mengenai lama penggunaan KB suntik DMPA di Klinik Umum dan Rumah Bersalin Delta Mutiara Sidoarjo melibatkan 31 responden wanita yang menggunakan metode kontrasepsi ini. Dari hasil penelitian, mayoritas pengguna KB suntik DMPA memiliki lama penggunaan antara 1-3 tahun, yaitu sebanyak 17 responden atau 55%. Hal ini menunjukkan bahwa KB suntik DMPA merupakan pilihan populer bagi wanita dalam jangka waktu yang relatif pendek hingga menengah. Sebanyak 14 responden atau 45% dari total pengguna memiliki lama penggunaan lebih dari 3-5 tahun. Meskipun proporsi ini lebih kecil dibandingkan dengan kelompok pengguna 1-3 tahun, angka ini tetap signifikan dan menunjukkan bahwa ada kepercayaan dan kepuasan yang cukup tinggi terhadap metode kontrasepsi ini di kalangan pengguna jangka menengah. Namun, tidak ada responden yang menggunakan KB suntik DMPA lebih dari 5 tahun, yang menarik untuk dianalisis lebih lanjut. Penelitian ini sejalan dengan Kunang (2020), mengenai lama penggunaan KB suntik DMPA yaitu penggunaan KB 1-3 tahun sebanyak 10 responden (23,8%), responden dengan lama penggunaan 3-4 tahun sebanyak 15 responden (35,7%) dan responden dengan lama penggunaan >4 tahun yaitu sebanyak 17 responden (40,5%).

Salah satu faktor yang mungkin mempengaruhi preferensi penggunaan KB suntik DMPA dalam jangka waktu 1-3 tahun adalah kenyamanan dan efektivitas yang ditawarkan oleh metode ini. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dewi dan Sari (2017) menemukan bahwa sekitar 55% wanita yang menggunakan KB suntik DMPA memilih durasi penggunaan antara 1 hingga 3 tahun. Studi ini melibatkan 200 responden dan menunjukkan bahwa kebanyakan pengguna merasa durasi ini cukup efektif dan minim efek samping yang signifikan. Suntikan yang diberikan setiap tiga bulan sekali memberikan kemudahan bagi pengguna, tanpa perlu memikirkan kontrasepsi setiap hari. Namun, penggunaan jangka panjang bisa menimbulkan kekhawatiran terkait efek samping seperti dapat menyebabkan penambahan berat badan, kanker, kekeringan vagina, gangguan emosi, dan jerawat. Hal ini disebabkan karena

penggunaan hormonal yang cukup lama dapat mempengaruhi keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadinya perubahan sel yang normal menjadi tidak normal (Yanti and Lamaindi, 2021).

Untuk penggunaan dengan lama penggunaan lebih dari 3-5 tahun, kepercayaan terhadap metode ini kemungkinan besar didukung oleh pengalaman positif dan minimnya efek samping yang serius. Meskipun demikian, ketidakhadiran responden dengan lama penggunaan lebih dari 5 tahun bisa jadi disebabkan oleh anjuran medis untuk beralih ke metode kontrasepsi lain guna menghindari risiko kesehatan jangka panjang, terutama terkait dengan kesehatan tulang. Menurut penelitian oleh Rahayu dan koleganya pada tahun 2019 di Jakarta, penggunaan KB suntik DMPA selama lebih dari 5 tahun dapat berpotensi mengurangi kepadatan mineral tulang. Studi ini melibatkan 300 wanita dan menemukan bahwa pengguna jangka panjang mengalami penurunan signifikan dalam kepadatan tulang dibandingkan dengan pengguna jangka pendek.

Di Klinik Umum dan Rumah Bersalin Delta Mutiara Sidoarjo, penekanan pada edukasi dan konseling seputar penggunaan KB suntik DMPA sangat penting. Dengan adanya konseling yang baik, wanita dapat memahami potensi risiko dan manfaat dari penggunaan kontrasepsi ini, serta menentukan durasi penggunaan yang paling sesuai dengan kondisi dan kebutuhan mereka. Konsultasi rutin dengan tenaga medis juga membantu dalam memantau efek samping dan memastikan metode kontrasepsi yang digunakan tetap aman dan efektif. Hal ini juga menunjukkan pentingnya penelitian lebih lanjut mengenai alasan di balik durasi penggunaan KB suntik DMPA di kalangan wanita di Sidoarjo. Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi pilihan dan durasi penggunaan dapat membantu dalam merancang program edukasi dan layanan kesehatan yang lebih baik. Dengan demikian, klinik dan rumah bersalin dapat memberikan dukungan yang lebih optimal bagi pengguna KB suntik DMPA.

Secara keseluruhan, temuan dari Klinik Umum dan Rumah Bersalin Delta Mutiara Sidoarjo memberikan gambaran yang jelas tentang pola penggunaan KB suntik DMPA di kalangan wanita lokal. Meskipun mayoritas pengguna memilih jangka waktu 1-3 tahun, masih ada proporsi signifikan yang menggunakan metode ini lebih dari 3-5 tahun. Tidak adanya pengguna lebih dari 5 tahun menunjukkan perlunya perhatian lebih terhadap potensi risiko jangka panjang dan pentingnya konsultasi medis yang berkelanjutan.

## **2. Berat badan sebelum dan sesudah pemberian suntik DMPA di klinik umum dan rumah bersalin delta mutiara Sidoarjo.**

Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) adalah metode kontrasepsi hormonal yang banyak digunakan dan diberikan melalui suntikan setiap tiga bulan sekali (Kartika and Ronoatmodjo, 2020). Salah satu kekhawatiran utama yang sering dihadapi oleh pengguna DMPA adalah potensi peningkatan berat badan (Handayani et al., 2022). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pemberian suntik DMPA dengan perubahan berat badan pasien di Klinik Umum dan Rumah Bersalin Delta Mutiara Sidoarjo.

Di Klinik Umum dan Rumah Bersalin Delta Mutiara Sidoarjo, data menunjukkan bahwa sebelum pemberian suntikan DMPA, mayoritas akseptor memiliki berat badan antara 57 kg, mencakup 45% dan sesudah pemberian DMPA peningkatan berat badan akseptor rata-rata 64 kg atau 19%. Peningkatan berat badan naik 21 responden atau 68%, berat badan turun 5 responden atau 16% dan berat badan tetap 5 responden atau 16%. Pemeriksaan kesehatan yang menyeluruh sebelum pemberian suntikan ini termasuk pengukuran berat badan, tekanan darah, dan pemeriksaan riwayat kesehatan, untuk memastikan bahwa DMPA adalah pilihan yang aman bagi pasien.

Sebelum pemberian suntikan DMPA, pasien biasanya menjalani pemeriksaan kesehatan menyeluruh yang mencakup pengukuran berat badan, tekanan darah, dan pemeriksaan riwayat kesehatan. Data awal ini digunakan sebagai dasar untuk memantau perubahan kesehatan yang terjadi setelah pemberian DMPA. Banyak pasien yang khawatir akan peningkatan berat badan sebagai efek samping dari DMPA, sehingga edukasi mengenai potensi perubahan berat badan sangat penting dilakukan oleh tenaga medis.

Setelah pemberian suntikan DMPA, pasien kembali untuk kontrol secara berkala guna memantau kondisi kesehatan dan efek samping yang mungkin terjadi, termasuk perubahan berat badan. Studi menunjukkan bahwa beberapa wanita memang mengalami peningkatan berat badan setelah menggunakan DMPA. Namun, peningkatan berat badan ini bervariasi antar individu dan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pola makan, aktivitas fisik, dan metabolisme tubuh.

Analisis data dari Klinik Umum dan Rumah Bersalin Delta Mutiara Sidoarjo menunjukkan bahwa ada sebagian pasien yang mengalami peningkatan berat badan setelah penggunaan DMPA, tetapi ada juga yang tidak mengalami perubahan signifikan. Hal ini menandakan bahwa respon tubuh terhadap DMPA dapat berbeda-beda. Penting untuk mengedukasi pasien mengenai cara-cara mengelola berat badan yang sehat, termasuk menjaga pola makan seimbang dan rutin berolahraga.

Secara keseluruhan, hubungan antara pemberian suntikan DMPA dan peningkatan berat badan menunjukkan bahwa meskipun ada risiko peningkatan berat badan, efek ini tidak terjadi pada semua pasien. Pemantauan yang cermat dan dukungan dari tenaga medis dapat membantu pasien mengelola perubahan berat badan yang mungkin terjadi. Dengan pendekatan yang tepat, penggunaan DMPA tetap dapat menjadi pilihan kontrasepsi yang efektif tanpa menimbulkan dampak negatif yang signifikan pada berat badan pasien. Penelitian ini menekankan pentingnya evaluasi individual dan pendekatan yang holistik dalam pengelolaan kesehatan pasien.

### **3. Hubungan Lama Penggunaan KB Suntik DMPA dengan Peningkatan**

Berat Badan di Klinik Umum dan Rumah Bersalin Delta mutiara Sidoarjo.

Studi tentang hubungan antara lama penggunaan KB suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di Klinik Umum dan Rumah Bersalin Delta Mutiara Sidoarjo memberikan gambaran yang menarik tentang efek kontrasepsi hormonal ini terhadap kesehatan wanita. Dari 31 responden yang terlibat dalam penelitian ini, pola penggunaan KB suntik DMPA dapat dibagi berdasarkan durasi penggunaan dan perubahan berat badan yang dialami. Lama penggunaan akan berdampak pada adanya peningkatan berat badan. Kenaikan berat badan, kemungkinan disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah.

Hal ini sejalan dengan Lucin & Herlinadiyaningsih (2023) yaitu penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dapat meningkatkan berat badan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan DMPA dapat menyebabkan berat badan bertambah.

Pertama, dalam kelompok pengguna dengan lama penggunaan antara 1-3 tahun, sebanyak 7 responden atau 23% mengalami peningkatan berat badan. Ini menunjukkan bahwa sebagian kecil dari pengguna dengan durasi relatif pendek ini mengalami dampak kenaikan berat badan yang mungkin terkait dengan penggunaan DMPA. Sebaliknya, 5 responden atau 16% melaporkan berat badan mereka tetap stabil, sedangkan 5 responden

lainnya juga mengalami penurunan berat badan sebanyak 16%. Febriani and Ramayanti (2020), bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata berat badan sesudah penggunaan KB suntik DMPA yaitu dalam jangka waktu penggunaan lebih dari satu tahun. Pada pemakaian lebih dari dua tahun rata-rata berat badan mengalami peningkatan.

Di sisi lain, untuk pengguna dengan lama penggunaan lebih dari 3-5 tahun, sebanyak 14 responden atau 45% mengalami peningkatan berat badan. Ini menunjukkan tren yang lebih dominan terhadap kenaikan berat badan dalam jangka waktu yang lebih panjang menggunakan KB suntik DMPA. Meskipun tidak ada responden yang melaporkan berat badan tetap atau turun dalam kelompok ini, proporsi yang signifikan yang mengalami kenaikan berat badan menyoroti dampak jangka panjang dari penggunaan kontrasepsi hormonal ini terhadap metabolisme tubuh dan komposisi lemak. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Sari (2023), bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata kenaikan berat badan dengan lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA, yaitu dalam jangka waktu <1 tahun (40,0%) 8 responden dan >2 tahun (80,0%) 28 responden. Pada pemakaian lebih dari dua tahun rata-rata berat badan mengalami peningkatan. Artinya, dalam penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara lama penggunaan KB suntik dengan peningkatan berat badan yaitu dalam jangka waktu penggunaan >2 tahun sebagian besar mengalami peningkatan berat badan.

Tidak ada responden yang menggunakan KB suntik DMPA selama lebih dari 5 tahun, yang menandakan bahwa penggunaan dalam jangka waktu sangat panjang mungkin tidak umum di antara partisipan dalam penelitian ini. Namun, data tersebut mencerminkan pola penggunaan kontrasepsi yang umum di masyarakat umumnya, dengan mayoritas wanita cenderung memilih metode kontrasepsi hormonal dalam jangka waktu yang lebih singkat atau sedang. Menurut Lucin & Herlinadiyaningsih (2023), Secara teoritis, penggunaan hormonal jangka panjang dapat berpotensi memengaruhi siklus menstruasi, kepadatan tulang, dan bahkan risiko kesehatan jangka panjang lainnya.

Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan-temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa penggunaan KB suntik DMPA dapat mengakibatkan kenaikan berat badan pada sebagian penggunanya. Hormon progestin dalam DMPA dapat mengubah metabolisme tubuh dan menghasilkan efek samping seperti retensi cairan dan peningkatan lemak tubuh, yang kemungkinan besar berkontribusi pada perubahan berat badan yang diamati (Sari, 2023). Pentingnya pemantauan dan konseling terhadap pengguna KB suntik DMPA sangat ditekankan dalam konteks ini. Konseling yang baik harus mencakup penjelasan menyeluruh tentang potensi efek samping seperti kenaikan berat badan dan strategi yang dapat diambil untuk mengelola dampak ini. Pengguna juga perlu diberikan informasi yang jelas tentang pilihan kontrasepsi lain yang mungkin lebih cocok dengan kebutuhan dan preferensi individu mereka.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa tentang Hubungan Lama Penggunaan KB Suntik DMPA dengan Peningkatan Berat Badan di Klinik Umum dan Rumah Bersalin Delta Mutiara Sidoarjo, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Lama penggunaan 1-3 tahun, sebagian besar yaitu 17 responden (45%)
2. Berat badan sesudah pemberian KB suntik DMPA sebagian besar kategori naik yaitu sejumlah 21 responden (68%)
3. Ada hubungan yang signifikan antara pemberian suntik DMPA dengan perubahan berat badan pada akseptor. nilai  $p= 0.02$ .

## Saran

Berdasarkan hasil penelitian data yang telah dilakukan, maka peneliti menyarankan :

1. Bagi peneliti selanjutnya  
Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan variabel lainnya kerena banyak faktor yang dapat digali tentang penggunaan Kb suntik DMPA dalam peningkatan berat badan
2. Bagi Institusi Pendidikan  
Memfasilitasi penelitian lebih lanjut tentang penggunaan KB suntik DMPA dengan fokus pada efek samping yang berpotensi signifikan seperti kenaikan berat badan. Serta menyediakan platform untuk diskusi dan seminar tentang kesehatan reproduksi, termasuk peran kontrasepsi hormonal dalam konteks kesehatan perempuan. Hal ini dapat mempromosikan pertukaran pengetahuan antara mahasiswa, peneliti, dan profesional kesehatan.
3. Bagi Tempat Penelitian lebih meningkatkan edukasi dan konseling mengenai potensi efek samping, khususnya peningkatan berat badan, pada saat konseling awal dan kunjungan berkala dan diskusikan alternatif kontrasepsi dengan calon akseptor untuk memilih metode yang sesuai dengan kondisi kesehatan individu.

## DAFTAR PUSTAKA

- A.N, S. G., Utami, N. W., & Candrawati, E. (2018). Hubungan lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Hormonal Suntikan Depo Medroxy Progesterone Acetate (DMPA) dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB di Wilayah kerja
- Afdahal, komang ayu. (2023) Metode penelitian.edited by aidil amin effendy. surabaya. cipta media nusantara
- Astuti, E. D., & Nardina, E. A. (2024). Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal Dengan Kenaikan Berat Badan. Jurnal Kesehatan Tradisional, 2(1), 256–259. Retrieved from <https://doi.org/10.47861/usd.v2i1.896>
- Azizatul amidiyah, magdalena tri.(2023) Keluarga berencana. edited by rahmani sofianingsih yogyakarta. pustaka ilmu group.
- Bekti putri, N.(2023) Pelayanan kontrsepsidan KB. edited by aeni r. wati. sidanglaut Cirebon.lovrinz publishing.
- Bingan, E. C. S. (2019). Pemakaian KB Suntik 3 Bulan dengan Kecukupan ASI Eksklusif pada Ibu yang Mempunyai Anak Usia 7-23 Bulan. 6.
- Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA) di Klinik Sehat Sentosa, Bandung. Indonesian Journal of Family Planning and Reproductive Health, 14(1), 95-102.
- Dwi purnama, ike putri ayu (2022). Keperawatan marternitas. edited by irfan fahmi rawamangan, jakarta prenada media group.
- Ekawati, Yulivantina, E. V., & Agustiani, M. D. (2024). Hubungan Lama Penggunaan DMPA Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor DMPA Di PMB Ekawati. Jurnal Kesehatan, 13(1).
- Febriani, R., & Ramayanti, I. (2020). Analisis Perubahan Berat Badan pada
- Fitrotul, hidaya. (2022) Unity of sciences teori dietetika berbagai penyakit. edited By wedya wahyu. indramayu. cv adanu abimata.
- Handayani, P., & Perwiraningtyas, P. (2019). Hubungan Pengguna Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Peningkatan Berat Badan pada Akseptor KB. Nursing News, 4.
- Handayani, S., Nugraheni, P., & Susanti, R. (2022). Analisis Berat Badan Akseptor
- Ida priyatni, fedelita. (2022) Perkembangan Metode Kontrasepsi masa kini. edited by marni br. kedung kandang malang. Rena cipta mandiri.
- Kamil, H. (2020). Analisis Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang pada Akseptor Keluarga Berencana di Wilayah Kerja Puskesmas Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar.
- Kunang, A. (2020). Hubungan Lama Pemakaian Kb Suntik 3 Bulan Depo Medrosik Progesteron Asetat (DMPA) Dengan Peningkatan Berat Badan. Jurnal Medika: Karya

- Ilmiah Kesehatan, 5(1). <https://doi.org/10.35728/jmkik.v5i1.115>
- Kusumawati, W., & Rosidah, L. K. (t.t.). (2021 )Hubungan Penggunaan KB Suntik DMPA Terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT). 9(1).
- Pemakaian KB Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA). Jurnal 'Aisyiyah Medika, 5(1). <https://doi.org/10.36729/jam.v5i1.802>
- Puskesmas Arjuno Kota Malang. Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan,3(3),687–694.Retrieved.from <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/1378/963>