

## IDENTIFIKASI PERUBAHAN SIKLUS MENSTRUASI DAN PENINGKATAN BERAT BADAN PADA AKSEPTOR KB SUNTIK DI WILAYAH KUTABAWA

Upik Noventi<sup>1</sup>, Priyatin Sulistyowati<sup>2</sup>, Wiwik Priyatin<sup>3</sup>

[upiiiknov99@gmail.com](mailto:upiiiknov99@gmail.com)<sup>1</sup>, [fatikhahrusida@gmail.com](mailto:fatikhahrusida@gmail.com)<sup>2</sup>, [wiwikaura428@gmail.com](mailto:wiwikaura428@gmail.com)<sup>3</sup>

Politeknik Yapermas Banyumas

### ABSTRAK

Latar belakang : Masalah kependudukan merupakan masalah yang bukan hanya dihadapi negara maju tapi juga negara berkembang. Efek samping yang terjadi karena penggunaan alat kontrasepsi hormonal progestin terutama gangguan menstruasi dan peningkatan berat badan merupakan kekurangan yang perlu disampaikan oleh petugas kesehatan kepada klien. Tujuan : Untuk mengidentifikasi perubahan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan pada akseptor KB suntik tiap 3 bulan di Bidan Praktik Mandiri Wilayah Kutabawa. Metode : Penelitian yang digunakan adalah kuantitatif teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel berjumlah 91 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang diisi oleh responden. Hasil : Perubahan siklus menstruasi pada akseptor KB suntik 3 tiap bulan yaitu 63 responden (70%) mengalami amenorea sekunder dan 28 responden (30%) mengalami spotting. Kenaikan berat badan usia menengah 27% dan cukup usia 73%, dan hasil lama pemakaian menunjukkan dari 1-2 tahun 30% rata-rata > 2 tahun 70% dan untuk hasil penelitian diperoleh adanya kenaikan berat badan pada 1-5 kg 75% dan yang tidak naik 25%. Kesimpulan : Perubahan siklus menstruasi pada akseptor KB suntik tiap 3 bulan sebagian besar mengalami amenorea sekunder. Kemudian bahwa KB Suntik tiap 3 bulan sangat berpengaruh terhadap kenaikan berat badan dan diharapkan kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan tentang keluarga berencana agar menjarakan anak dan mencegah kehamilan khususnya di Wilayah Kutabawa.

**Kata Kunci:** Gangguan Siklus Menstruasi; Keluarga Berencana; Peningkatan Berat Badan; Suntik KB Tiap 3 Bulan.

### ABSTRACT

*Background : The population problem is a problem that is faced not only by developed countries but also by developing countries. The effects that occur due to the use of hormonal contraceptives progestins especially menstrual disorders is a deficiency that needs to be delivered by health workers to clients. The purpose : of this study was to determine the description of menstrual cycle disorders in 3 month injection acceptors. The research method : used is descriptive, the sampling technique uses purposive sampling with a total sample of 91 people. Data was collected using a questionnaire filled out by the respondents. The results of the study : found that menstrual cycle disorders in 3-month injection family planning acceptors, namely 63 respondents (70%) experienced secondary amenorrhea and 28 respondents (30%) experienced spotting. The result showed that the average age with weight gain was 27% middle age, and 73% old enough. And for the result of the study showed that the duration of use with an average weight gain of 1-2 years 30% and an average of > 2 years 70% and for research result that showed weight gain at 1-5 kg 75% and those who did not increase 25%. The conclusion : in this study was that the majority of the 3 month injection family planning acceptors experienced amenorrhea secondary to menstrual cycle disorders. So it can be concluded that DMPA injections have a very significant effect on weight gain. It is hope that the public will increase knowledge about family planning to imprison children and prevent pregnancy, especially in Kutabawa.*

**Keywords:** Menstrual Cycle Disorder; 3-Month Family Planning Injection; DMPA KB Injection; Weight Gain.

## **PENDAHULUAN**

Kontrasepsi hormonal yang berbentuk suntikan, merupakan jenis alat kontrasepsi yang paling umum digunakan. Namun pada kontrasepsi hormonal yang terutama terdapat kandungan progestin dapat merubah siklus menstruasi. Meski begitu, teknik kontrasepsi hormonal dianggap sangat efektif. Metode kontrasepsi hormonal yang mengandung progestin antara lain implant, KB suntik DMPA, dan Pil mini (Sety, 2020).

World Health Organization (WHO) menyampaikan penggunaan alat kontrasepsi telah meningkat secara global, khususnya di Asia dan Amerika Latin. Persentase pengguna kontrasepsi modern di seluruh dunia telah menurun drastis, dari 57,9% pada tahun 2021 menjadi 54% pada tahun 2023. Masih banyak kebutuhan kontrasepsi yang belum terpenuhi akan mengakibatkan ketidakadilan akibat pertambahan jumlah penduduk (WHO, 2019).

Menurut data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2022, Penggunaan alat kontrasepsi tablet pil mengalami kenaikan yaitu menambah dari 5% pada tahun 2021 menjadi 17% pada tahun 2022. Kemudian pengguna kontrasepsi suntik meningkat, yakni meningkat dari 13% pada tahun 2021 menjadi 35% di tahun 2022 (SDKI, 2022).

Berdasarkan data Profil Dinkes Jawa Tengah tahun 2021, persentase peserta KB aktif di Provinsi Jawa Tengah yang menerima alat kontrasepsi suntik selama dua tahun sebelumnya adalah sebesar 45,93%. Penggunaan KB suntik cenderung mengalami perubahan karena beberapa keadaan, seperti siklus menstruasi yang tidak teratur dan penambahan berat badan (Dinkes Jateng, 2021).

Informasi laporan kependudukan Indonesia pada dinamika penggunaan kontrasepsi menurut Listyaningsih dan Satiti (2022) di Indonesia terdapat 72,91 %. Data tahun 2024 pada bulan Januari di Wilayah Kutabawa menunjukkan peserta KB sebanyak 1.207 orang, diantaranya akseptor IUD 110 orang, Suntik 927 orang, Pil 16 orang, Implant 64 orang, MOW 73 orang, MOP 9 orang, MAL 6 orang dan pengguna kondom 2 orang. Berdasarkan temuan ini, mereka yang menggunakan kontrasepsi suntik mencapai tingkat keberhasilan tertinggi. Pada bulan Januari tahun 2024 terdapat 927 orang menggunakan alat kontrasepsi suntik yang menetap.

Alat kontrasepsi cair bernama suntik ini memiliki kandungan yang mampu menghentikan kehamilan selama satu hingga tiga bulan. Suntikan progestin, seperti yang ditemukan di Noistat, Depo Provera, dan Depo Progestin, dan kombinasi suntikan progestin dan estrogen propionat, seperti yang ditemukan di Cyclo Provera. Selain itu, obat ini dapat menghambat ovulasi, pelepasan sel telur, dan menghambat kemampuan rahim (dinding rahim) dalam menyerap hasil pembuahan (Sety, 2020).

Masalah kesehatan yang dihadapi pengguna kontrasepsi hormonal antara lain adalah siklus menstruasi yang tidak teratur dan masalah terkait penambahan berat badan (Yanti dan Lamaindi, 2021). Dosis progesteron yang rendah adalah salah satu penyebabnya yang mungkin menjadi masalah bagi sebagian kecil pengguna kontrasepsi suntik. Namun, sebagian kecil pada perempuan mengalami kenaikan berat badan saat menggunakan metode ini (Wahyuni et al., 2022). Menurut penelitian Wardani et al (2021) KB suntik adalah salah satu alat kontrasepsi hormonal yang umum digunakan. Sebab itu, pengguna mungkin mengalami efek samping termasuk siklus menstruasi tidak menetap dan penambahan berat badan.

## **METODE PENELITIAN**

Strategi penelitian deskripsi kuantitatif yaitu mendeskripsikan variabel-variabel yang dievaluasi tanpa melihat hubungan antar variabel untuk menilai perubahan siklus menstruasi dan penambahan berat badan pada akseptor KB suntik. Sumber data diperoleh dari

kunjungan di Bidan Praktek Mandiri Wilayah Kutabawa. Menggunakan teknik wawancara, observasi dan pengumpulan data serta studi dokumentasi. Instrumen yang digunakan yaitu lembar kuesioner berisi beberapa pertanyaan dan menggunakan teknik analisa data yaitu penggabungan data, metatulasi data, tabel dan presentasi data serta penyajian data dan kesimpulan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Data Umum Perubahan Siklus Menstruasi

No.	Karakteristik Usia	N	%
1.	21-35 Tahun	53	58%
2.	> 35 Tahun	38	42%
	Jumlah	91	100%

Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa sebagian besar usia responden akseptor KB Suntik tiap 3 bulan sebanyak 53 responden (58%) berusia 21-35 tahun dan sebanyak 38 responden (42%) berusia > 35 tahun.

### B. Data Khusus Perubahan Siklus Menstruasi

No.	Gangguan Siklus Menstruasi	1-2 tahun		> 2 tahun		Jumlah	
		N	%	N	%	N	%
1.	<i>Amenorea Sekunder</i>	22	24%	40	44%	62	68%
2.	<i>Spotting</i>	12	14%	17	18%	29	32%
	Jumlah	34	38%	57	62%	91	100%

Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa lama pemakaian pada akseptor KB Suntik tiap 3 bulan Sebagian besar mengalami gangguan menstruasi amenorea sekunder dengan lama pemakaian >2 tahun sebanyak 62 responden (68%).

### C. Data Umum Peningkatan Berat Badan

No.	Lama Penggunaan	N	%
1.	1-2 tahun	23	25%
2.	> 2 tahun	68	75%
	Jumlah	91	100%

Berdasarkan tabel hasil penelitian dari responden lama penggunaan KB Suntik tiap 3 Bulan didapatkan sebanyak 23 responden (25%) dengan lama penggunaan 1-2 tahun dan 68 responden (75%) dengan lama pemakaian >2 tahun.

### D. Data Khusus Peningkatan Berat Badan

No.	Usia	Tidak naik		Naik		Jumlah		p-value
		N	%	N	%	N	%	
1.	21-35 tahun	12	13%	54	60%	66	73%	0,002
2.	>35 tahun	11	12%	14	15%	25	27%	
	Jumlah	23	25%	68	75%	91	100%	

Berdasarkan tabel hasil penelitian dari responden didapatkan nilai probabilitas (p-value) sebesar 0,002 artinya  $P < 0,05$  sehingga disimpulkan terdapat hubungan usia pada akseptor KB Suntik tiap 3 Bulan dengan peningkatan berat badan berpengaruh pada Wanita usia subur.

No	Lama Pemakaian	Tidak naik		Naik		Jumlah		p-value
		N	%	N	%	N	%	
1.	1-2 tahun	17	19%	46	50%	63	70%	0,001
2.	>2 tahun	6	7%	22	24%	28	30%	
	Jumlah	23	26%	68	74%	91	100%	

Berdasarkan tabel hasil penelitian didapatkan nilai probabilitas (p-value) sebesar 0,001 artinya  $P < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan lamanya penggunaan

KB Suntik tiap 3 Bulan terhadap peningkatan berat badan.

### **Pembahasan**

Penelitian dilakukan pada tanggal 26 - 28 Januari 2024. Data yang digunakan pada penelitian ini yakni kunjungan dari peserta KB aktif selama bulan Januari 2024 ialah pemantauan secara langsung dimana dilakukan pada 91 responden yang setuju untuk menjadi responden di Bidan Praktik Mandiri. Langkah awal penelitian dimulai dengan memberikan informed consent terlebih dahulu, jika responden setuju kemudian diberikan kuesioner data demografi untuk pengisian kuesioner serta dilakukan penimbangan berat badan.

Pemberian kuesioner dari perubahan siklus menstruasi dan peningkatan berat badan dilakukan di ruang pemeriksaan saat responden melakukan pemeriksaan KB Suntik tiap 3 bulan. Subjek penelitian berjumlah 91 responden yang setuju memenuhi syarat inklusi peserta penelitian dan 9 responden yang tidak setuju untuk mengikuti penelitian tersebut. Apabila responden bersedia maka dijelaskan uraian penelitiannya dan diperoleh persetujuannya, selanjutnya responden yang setuju menjadi responden melakukan pengisian kuesioner dan penimbangan berat badan didampingi oleh peneliti. Setelah kuesioner terisi sebanyak 91 selanjutnya dilakukan pengolahan data oleh peneliti.

Hasil penelitian lama penggunaan KB suntik tiap 3 bulan terhadap siklus menstruasi pada akseptor KB menggambarkan bahwa akseptor KB suntik tiap 3 bulan yang mengalami gangguan siklus menstruasi sebagian besar mengalami amenorea sekunder sebanyak 63 responden (70%) dan sebagian kecil mengalami spotting sebanyak 28 responden (30%). Hal ini menerangkan bahwa Anggraini et al (2021) yang menuliskan tentang efek samping pengguna KB suntik tiap 3 bulan yaitu gangguan menstruasi meliputi tidak haid sama sekali (amenorrhea), perdarahan tidak teratur atau perdarahan bercak (spotting), siklus haid yang memendek (polimenorea) dan memanjang (oligomenorea), perdarahan yang sedikit (hipomenorea). Hasil penelitian tersebut diperkuat dengan teori yang di sampaikan (Purwati dan Muslikhah 2021) yaitu seseorang yang menggunakan alat kontrasepsi suntik dengan kandungan progesteron saja akan mengalami efek samping gangguan menstruasi perdarahan tidak teratur (spotting) dan amenorea,

Hal ini menurut penelitian Anggraini et al (2021) hasil menunjukkan bahwa lama pemakaian KB suntik tiap 3 bulan berhubungan signifikan dimana semakin lama penggunaan KB suntik tiap 3 bulan maka kejadian lama menstruasi akseptor KB suntik tiap 3 bulan semakin memendek bahkan sampai menjadi tidak menstruasi, perubahan lama menstruasi tersebut disebabkan komponen gestagen yang terkandung di dalam DMPA. Hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Istiwardani et al (2022) bahwa pengguna kontrasepsi suntik 36 progestin menyebabkan efek samping pada gangguan menstruasi tergantung pada lama pemakaian kontrasepsi melebihi 2 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor KB suntik tiap 3 bulan di Bidan Praktik Mandiri mengalami amenorea sekunder yaitu sebanyak 40 responden (44%) dengan siklus menstruasi >3 bulan atau tidak mengalami haid dan lama penggunaan >2 tahun. Efek samping gangguan menstruasi yang dialami oleh akseptor KB suntik tiap 3 bulan bersifat sementara dan sedikit mengganggu kesehatan, namun bukan berarti tidak ada kaitannya dengan gangguan kesehatan pada tubuh seorang wanita terutama dengan organ reproduksi primer ataupun sekunder.

Hasil penelitian diketahui bahwa responden yang mengalami peningkatan berat badan selama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA sebesar 75% lebih besar dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami kenaikan berat badan yaitu sebanyak 25%. Hal ini sejalan dengan teori Wahyuni et al (2022) yang cenderung mengalami kenaikan berat badan tetapi melakukan aktivitas fisik secara baik seperti olahraga juga dapat mencegah resiko untuk

mengalami peningkatan berat badan sehingga berat badan tetap stabil. Faktor-faktor yang dapat meningkatkan berat badan seseorang adalah herediter (kecenderungan gemuk pada keluarga tertentu), bangsa atau suku, gangguan emosi, fisiologi, gangguan hormon, dan aktivitas fisik.

Berdasarkan data antara usia pengguna KB Suntik tiap 3 Bulan terhadap peningkatan berat badan pada responden diketahui bahwa responden yang usianya >35 tahun sekitar 11% tidak mengalami peningkatan berat badan dan 15% berat badan naik. Dan usia 21-35 tahun sekitar 13% tidak mengalami peningkatan berat badan dan 60% mengalami peningkatan berat badan dengan (p-value) 0,002. Hasil data tersebut menunjukkan bahwa ada kecenderungan peningkatan berat badan pada Wanita usia subur terhadap kenaikan berat badan pada akseptor KB Suntik tiap 3 Bulan. Hal ini sejalan dengan teori yang ditemukan oleh Wardani et al (2021) yang berpendapat bahwa penyebab adanya kenaikan berat badan pada usia 21-35 tahun dikarenakan tingkat kesuburan lebih tinggi dibandingkan dengan usia lebih dari 35 tahun.

Hal ini sejalan dengan teori yang ditemukan oleh Setyoningsih (2020) yang berpendapat bahwa setiap berbagai kemudahan hidup juga menyebabkan berkurangnya aktivitas fisik, dan kegemukan dapat terjadi bukan hanya karena makanan berlebih. Kemudian hasil penelitian bahwa responden yang telah lama memakai kontrasepsi suntik dari 1-2 tahun sebesar 19% yang tidak mengalami kenaikan berat badan dan 50% yang mengalami kenaikan berat badan. Untuk pemakaian >2 tahun sebesar 6% yang tidak mengalami kenaikan berat badan dan 24% mengalami kenaikan berat badan dengan (p-value) 0,001.

Hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara usia dengan peningkatan berat badan dapat disebabkan oleh beberapa faktor lainnya. Contoh faktornya yaitu kegemukan dapat terjadi bukan hanya karena makanan berlebih tetapi kurangnya aktivitas fisik atau olahraga, fisiologi, gangguan hormon, dan aktivitas fisik. Akan tetapi semakin bertambahnya usia terjadi kenaikan berat badan tergantung responden menjalankan kegiatan sehari-harinya.

Hal ini sejalan dengan teori yang ditemukan oleh Wahyuni et al (2022) terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata berat badan sesudah pemakaian alat kontrasepsi suntik DMPA yaitu jangka waktu penggunaan dari 1-2 tahun dan pada pemakaian >2 tahun rata-rata berat badan mengalami peningkatan.

## **KESIMPULAN**

Perubahan siklus menstruasi pada akseptor KB suntik tiap 3 bulan sebagian besar mengalami amenorea sekunder. Kemudian KB Suntik tiap 3 bulan sangat berpengaruh terhadap kenaikan berat badan dengan didapatkan nilai probabilitas (p-value) sebesar 0,002 sehingga nilai  $P < 0,05$ . Sehingga terdapat hubungan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anggraini, D. D., Hapsari, W., & Hutabarat, J. (2021). Pelayanan Kontrasepsi. In Pelayanan Kontrasepsi. Medan : Yayasan Kuta Menulis. kitamenulis.id . Diakses tanggal 23 Desember 2023.
- Dinkes Jateng, P. (2021). PROFIL KESEHATAN JAWA TENGAH. Jawa Tengah : Dinas Kesehatan RI. Diakses tanggal 23 Desember 2023.
- Haslan, H., & Indryani, I. (2020). Hubungan Penggunaan KB dengan Berat Badan dan Siklus Haid Akseptor KB. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 347–352. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.279>. Diakses tanggal 25 Desember 2023.
- Istiwardani, A., Nurmainah, & Susanti, R. (2022). Analisis Perbedaan Tekanan Darah Pada Akseptor Pengguna Kontrasepsi Suntik Depo Medroxyprogesterone Acetate . *Journal Syifa Sciences*

- and Clinical Research (JSSCR), 4(2), 475–483. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jsscr/article/view/14794>. Diakses tanggal 28 Desember 2023.
- Listyaningsih, U., & Satiti, S. (2022). Dinamika fertilitas dan prevalensi kontrasepsi di Indonesia. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 16(2), 153. <https://doi.org/10.14203/jki.v16i2.595>. Diakses tanggal 23 Desember 2023.
- Meysetri, F. R., Amir, A. Y., & Jesica, F. (2020). Pengaruh KB Suntik Pada Akseptor KB Terhadap Efek Samping Pemakaian Kontrasepsi Suntik. *Jurnal Syedza Saintika*, 1(1), 533–539. Diakses tanggal 26 Desember 2023.
- Mustofa, Z., Nafiah, N., & Septianingrum, D. P. (2020). Hukum Penggunaan Alat Kontrasepsi Dalam Prespektif Agama Islam. *MA'ALIM: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(02), 85–103. <https://doi.org/10.21154/maalim.v1i02.2625> Diakses tanggal 26 Desember 2023.
- Purwati, Y., & Muslikhah, A. (2021). Gangguan Siklus Menstruasi Akibat Aktivitas Fisik dan Kecemasan. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 16(2), 217–228. <https://doi.org/10.31101/jkk.1691>. Diakses tanggal 3 Januari 2024.
- SDKI. (2022). Laporan Pendahuluan BPS Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. Jakarta : Kemenkes RI. Diakses tanggal 23 Desember 2023.
- Setyoningsih, F. Y. (2020). Efek Samping Akseptor Kb Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (Dmpa) Di Bpm Fitri Hayati. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(3), 298–304. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i3.2743>. Diakses tanggal 10 Februari 2024.
- Wahyuni, S., Saryani, D., & Altika, S. (2022). Hubungan Penggunaan Kb Suntik 3 Bulan Dengan Kejadian Peningkatan Berat Badan Dan Kejadian Spotting Pada Akseptor Kb Di Desa Ngagel Kecamatan Dukuhseti Kabupaten Pati Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 13(2), 43–47. Diakses tanggal 17 Februari 2024.
- Wardani, Kusuma, P., Ifayanti, Hikmah, & Nurrofiqoh, S. D. (2021). Hubungan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Hormonal dengan Gangguan Siklus Menstruasi dan peningkatan Berat Badan pada Wanita Usia Subur di PMB Wiwit Setiyorini Desa Varia Agung Lampung Tengah. *Jurnal Maternitas Aisyah*, 10(2), 15–24. Diakses tanggal 22 Februari 2024.
- WHO. (2019). Penggunaan kontrasepsi. *Penggunaan Kontrasepsi*, 6(2), 436–444. Diakses 24 Desember 2023.
- Yanti, L. C., & Lamaindi, A. (2021). Pengaruh Pengaruh KB Suntik DMPA Terhadap Gangguan Siklus Menstruasi pada Akseptor KB. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 314–318. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.596> Diakses tanggal 30 Januari 2024.