

# PENGUNAAN ALAT KONTRASEPSI HORMONAL TERHADAP PERUBAHAN FISIK IBU DI KLINIK ANITA MEDAN

Mey Elisa Safitri

Dosen Akademi Kebidanan Helvetia Medan

## ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan dengan mengamati perubahan fisik yang terjadi pada pengguna kontrasepsi hormonal yang terdiri dari 3 cara yaitu: (1) disuntikkan depo provera yang berisikan hormone estrogen dan progesterone, (2) meminum pil kontrasepsi, (3) menanamkan kontrasepsi implant pada lengan atas ibu. Metode pengamatan sampel dilakukan secara kuantitatif dengan cara pengukuran berat badan dan lingkar pinggang ibu. Selain itu dilakukan juga pengamatan secara kualitatif dengan melihat perubahan fisik seperti muncul jerawat pada wajah dan gangguan siklus menstruasi. Penelitian ini akan dilaksanakan di Klinik Anita Medan dengan 30 akseptor kontrasepsi hormonal yang terdiri dari 10 akseptor kontrasepsi suntikan, 10 akseptor kontrasepsi pil dan 10 akseptor implant, dengan lama pemakaian < dari 1 tahun dan >1 tahun. Hasil penelitian diperoleh bahwa berdasarkan jenis alat KB hormonal yang digunakan yaitu pil, suntik dan implan maka alat KB hormonal pil yang paling berpengaruh secara signifikan terhadap perubahan fisik ibu terutama pada perubahan berat badan dan perubahan lingkar pinggang. Dan hasil uji berdasarkan jenis perubahan fisik ibu terhadap penggunaan KB hormonal (Pil, suntik, implan) maka diperoleh faktor perubahan berat badan dan faktor lingkar pinggang yang memengaruhi secara signifikan. Dari penelitian ini disarankan kepada petugas kesehatan untuk memberikan konseling kepada calon akseptor KB mengenai efek samping penggunaan KB hormonal sehingga para ibu sebagai/akseptor KB dapat mengetahui dan mengatasi efek samping yang akan terjadi setelah menggunakan KB hormonal.

**Kata kunci:** Alat kontrasepsi hormonal, Akseptor, Perubahan fisik

## PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organisation* (WHO), dewasa ini hampir 380 juta pasangan menjalankan keluarga berencana dan 65-75 juta diantaranya di negara berkembang menggunakan kontrasepsi hormonal seperti kontrasepsi oral, suntik, dan implant. Kontrasepsi hormonal memiliki pengaruh positif dan negatif terhadap berbagai organ wanita. Kontrasepsi hormonal merupakan metode kontrasepsi yang dapat diandalkan para perempuan untuk mengatur kesuburannya. Kontrasepsi ini menggunakan hormon, dari progesteron sampai kombinasi estrogen dan progesteron. Penggunaan kontrasepsi ini dalam bentuk pil, suntikan dan implant.

Kontrasepsi hormonal merupakan kelompok kontrasepsi yang pemakaian berada pada urutan ketiga di seluruh dunia. Sebagian besar (85%) menggunakan kontrasepsi oral, sedangkan kontrasepsi implan dan suntik hanya 15%. Namun,

beberapa negara mungkin banyak mengandalkan salah satu metode tertentu. Sebagai contoh, program nasional Afrika Selatan sangat mengandalkan kontrasepsi suntik.

Fakta yang perlu diperhatikan adalah pola kecenderungan pemakaian kontrasepsi di Indonesia. Dari 61,4% pengguna metode kontrasepsi di Indonesia, sebanyak 31,6% menggunakan suntik. Sedangkan yang memakai pil hanya 13,2%, memakai IUD (*Intra Uterine Device*) 4,8%, implant 2,8%, dan kondom 1,3%, sisanya vasektomi dan tubektomi. Demikian disampaikan Kepala Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), Dr. Sugiri Sjarief, MPA saat media edukasi Kontrasepsi Sebagai Suatu Kebutuhan. Sugiri menyampaikan, terjadi kenaikan pemakaian metode kontrasepsi suntik dari tahun 1991 sampai 2007 lalu. Menurut survei yang dilakukan oleh BKKBN tentang pengguna metode kontrasepsi suntik pada tahun 1991 hanya 11,7%, pada tahun 1994 menjadi

15,2%, 1997 menjadi 21,1%, 2003 menjadi 27,8%, dan pada tahun 2007 mencapai 31,6%. Dalam media edukasi tersebut, Sugiri juga menambahkan bahwa kesadaran akan pentingnya alat kontrasepsi di Indonesia masih perlu ditingkatkan, selain untuk mengatur jumlah dan jarak anak, kontrasepsi juga dibutuhkan untuk mencegah terjadinya ledakan penduduk.

Sering kali akseptor mengeluhkan peningkatan berat badan, wajah berjerawat dan gangguan pada siklus menstruasi yang masing-masing individu berbeda keluhannya. Pada awalnya mereka mengalami sedikit penambahan berat badan, tetapi biasanya penambahan berat badan disebabkan oleh perubahan diet dan olahraga. Umumnya penambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama. Penyebab penambahan berat badan tidak jelas, tampaknya terjadi karena bertambahnya lemak tubuh dan bukan karena retensi cairan tubuh. Karena DMPA (Depo Medrosiprogesteron) merangsang pusat pengendali nafsu makan di Hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari pada biasanya.

Efek samping dari penggunaan hormon estrogen adalah penambahan berat badan siklis yang di sebabkan retensi cairan dan timbulnya cerawat pada wajah. Sedangkan efek samping dari progesteron adalah menyebabkan nafsu makan bertambah dan berat badan juga bertambah besar dan siklus menstruasi terkadang terganggu.

## **METODE PENELITIAN**

### **Tahapan Penelitian**

#### **a. Pemilihan akseptor KB hormonal**

Mempersiapkan akseptor kontrasepsi hormonal dengan cara memilih: (a) 10 orang akseptor pil yang terbagi 2 dengan kriteria lama pemakaian < 1 tahun dan > 1 tahun. (b) 10 orang akseptor suntikan yang terbagi 2 dengan kriteria lama pemakaian < 1 tahun dan > 1 tahun. (c) 10 orang akseptor implant dengan kriteria lama pemakaian < 1 tahun dan > 1 tahun.

#### **a. Persiapan alat kontrasepsi hormonal**

Mempersiapkan alat dan bahan yang terdiri dari: 10 vial cyclofen dengan alat suntik, 10 papan pil KB kombinasi, 10 implanon dengan trochar untuk memasukkan susuk KB.

#### **b. Pemasangan alat kontrasepsi hormonal**

Akseptor KB hormonal yang akan ulangan disuntikkan cyclofen 10 orang, 10 orang akseptor KB pil diberikan pil kombinasi untuk diminum setiap hari, dan akseptor implant dilakukan pemasangan implant pada lengan bagian atas sebelah kiri yang sebelumnya membuka implant yang lalu.

### **Parameter yang diamati**

#### **a. Jumlah Berat Badan (kg)**

Pengamatan jumlah kenaikan atau penurunan berat badan ibu dihitung dengan cara menimbang badan ibu pada timbangan khusus. Perhitungan jumlah kenaikan atau penurunan berat badan dilakukan secara manual dengan cara ibu naik keatas timbangan dan dinilai berdasarkan jarum menunjukkan angka pada saat berhenti. Perhitungan ini dilakukan pada saat akseptor telah mendapatkan kontrasepsi hormonal sampai 12 minggu setelah dilakukan pemasangan kontrasepsi hormonal tersebut, dengan interval waktu 4 minggu sekali.

#### **b. Lingkar Pinggang (cm)**

Pengukuran lingkar pinggang bertujuan untuk mengamati adanya perubahan bentuk tubuh ibu yang dilakukan dengan cara melingkarkan pita meteran di pinggang ibu dan menilai pada akhir meteran membentuk lingkaran di pinggang ibu. Pengukuran ini dilakukan secara manual pada saat ibu datang ke Klinik untuk mendapatkan kontrasepsi hormonal hingga 12 minggu kedepan dengan interval 4 minggu sekali.

#### **c. Siklus Menstruasi dan Jerawat pada Wajah (subjektif)**

Pengamatan adanya perubahan pada siklus menstruasi dan timbulnya jerawat pada wajah dilakukan secara personal dan wawancara langsung ke individu dengan menggunakan angket. Hasilnya tergambar

berdasarkan jawaban yang diberikan akseptor pada saat wawancara, dan ini dilakukan setelah 4 minggu pemasangan kontrasepsi hormonal dan diulang kembali setelah 4 minggu diberikan pengobatan pada akseptor yang mengalami perubahan.

#### Alat dan Bahan

##### a. Bahan

Bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah: cyclofen, pil kombinasi, implanon dengan jumlah masing-masing 10 bahan, alcohol, betadin, kapas, lidokain.

##### b. Alat

Alat-alat yang diperlukan dalam penelitian ini adalah: jarum suntuk 3 cc, bak instrumen kecil, bak instrumen sedang, trochar, scapel, bisturi, kom sedang tertutup, kasa steri, plester, pita lila, pita meteran, timbangan, alat-alat tulis.

#### Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif *cross sectional*. Dimana penelitian *cross sectional* adalah suatu penelitian untuk mempelajari dimanika korelasi antara faktor – faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi dan mengumpulkan data sekaligus pada waktu bersamaan. Artinya, setiap subjek penelitian

hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap suatu karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan.

#### Teknik Pengumpulan Data dan Analisa Data

Teknik pengumpulan data dilakukan selama penelitian dilakukan pengamatan terhadap parameter yang diamati meliputi: ukuran lingkaran lengan atas (cm), jumlah berat badan (kg), jumlah lingkaran pinggang (cm), dan perubahan siklus menstruasi dan jerawat pada wajah (subjektif). Data hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan komputer dengan perangkat lunak paket statistik SPSS 16 dengan menganalisa datanya adalah analisa multivariat dalam penelitian ini menggunakan anova.

#### HASIL PENELITIAN

##### 1. Pengaruh KB Hormonal terhadap Perubahan Fisik Ibu

Pengamatan perubahan berat badan setelah diberikan Kb Hormonal berupa alat kontrasepsi implanon, suntikan dan pil maka diperoleh hasil pengamatan dari ketiga parameter tersebut yang disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Pengaruh KB Hormonal Terhadap Perubahan Fisik Ibu

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
berat badan	Between Groups	2.867	2	1.433	9.439	.001
	Within Groups	4.100	27	.152		
	Total	6.967	29			
lingkar pinggang	Between Groups	1.867	2	.933	4.941	.015
	Within Groups	5.100	27	.189		
	Total	6.967	29			
menstruasi	Between Groups	1.800	2	.900	2.132	.138
	Within Groups	11.400	27	.422		
	Total	13.200	29			
Jerawat	Between Groups	.600	2	.300	1.421	.259
	Within Groups	5.700	27	.211		
	Total	6.300	29			

Berdasarkan hasil uji anova untuk melihat pengaruh KB hormonal terhadap perubahan fisik ibu diperoleh bahwa;

a. Berat badan

Dilihat dari tabel 3 diperoleh bahwa nilai signifikansi pada faktor berat badan yaitu 0,001 dimana  $p (0,001 < 0,05)$  dengan demikian ada pengaruh pemberian KB hormonal berupa implan, pil dan suntikan terhadap kenaikan berat badan. Hal ini sejalan dengan teori yang mengatakan bahwa perubahan berat badan merupakan kelainan metabolisme yang paling sering dialami oleh manusia. Perubahan kenaikan berat badan ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti faktor hormonal yang terkandung dalam kontrasepsi, yaitu hormon estrogen dan progesteron.

b. Lingkar pinggang

Dilihat dari tabel 3 diperoleh bahwa nilai signifikansi pada faktor berat badan yaitu 0,015 dimana  $p (0,015 < 0,05)$  dengan demikian ada pengaruh pemberian KB hormonal berupa implan, pil dan suntikan terhadap perubahan lingkar pinggang.

c. Masalah jerawat

Dilihat dari tabel 3 diperoleh bahwa nilai signifikansi pada faktor berat badan yaitu 0,259 dimana  $p (0,259 > 0,05)$  dengan demikian tidak ada pengaruh pemberian KB hormonal berupa implan, pil dan suntikan terhadap masalah timbulnya jerawat

d. Gangguan menstruasi

Dilihat dari tabel 3 diperoleh bahwa nilai signifikansi pada faktor berat badan yaitu 0,138 dimana  $p (0,138 > 0,05)$  dengan demikian ada pengaruh pemberian KB hormonal berupa implan, pil dan suntikan terhadap gangguan siklus menstruasi

Dari ke empat faktor perubahan fisik tersebut terlihat bahwa dengan pemakaian KB hormonal faktor yang paling signifikan memengaruhi adalah faktor kenaikan berat badan.

### **1. Jenis KB Hormonal yang Paling Memengaruhi Perubahan Fisik**

Untuk melihat jenis alat KB hormonal (implan, pil dan suntik) yang memengaruhi signifikan terhadap perubahan fisik ibu dijelaskan pada tabel-tabel dibawah ini:

Table 2. Berat Badan

		Subset for alpha = 0.05	
	kb hormonal	N	
			1                      2
Tukey HSD <sup>a</sup>	pil	10	.2000
	suntik	10	.8000
	implan	10	.9000
	Sig.		1.000                      .835
Means for groups in homogeneous subsets are displayed.			
a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 10,000.			

Tabel 3. Lingkar Pinggang

		Subset for alpha = 0.05	
	kb hormonal	N	
			1                      2
Tukey HSD <sup>a</sup>	pil	10	.3000
	suntik	10	.7000
	implan	10	.9000
	Sig.		.118                      .565
Means for groups in homogeneous subsets are displayed.			
a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 10,000.			

Tabel 4. Gangguan Menstruasi

		Subset for alpha = 0.05	
	kb hormonal	N	
			1
Tukey HSD <sup>a</sup>	implan	10	.3000
	pil	10	.6000
	suntik	10	.9000
	Sig.		.116
Means for groups in homogeneous subsets are displayed.			
a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 10,000.			

Tabel 5. Masalah Jerawat

		Subset for alpha = 0.05	
	kb hormonal	N	
			1
Tukey HSD <sup>a</sup>	pil	10	.5000
	suntik	10	.8000
	implan	10	.8000
	Sig.		.326
Means for groups in homogeneous subsets are displayed.			
a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 10,000.			

Dari tabel di atas terlihat bahwa alat kontrasepsi hormonal jenis pil yang paling signifikan memengaruhi perubahan fisik yaitu yaitu perubahan berat dan lingkar pinggang. Sedangkan alat kontrasepsi suntik dan implant tidak signifikan memengaruhi

perubahan fisik ibu. Hal ini sejalan dengan teori yang mengatakan bahwa penggunaan pil KB memiliki efek samping. Efek samping dapat dibagi menjadi dua golongan, yakni efek samping yang ringan dan efek samping yang berat.

Efek samping yang ringan berupa penambahan berat badan, perdarahan di luar daur haid, mual, depresi, kandidiasis, tidak menstruasi setelah peminuman pil, retensi cairan dan keluhan-keluhan *gastrointestinal*. Umumnya efek sampingnya ini timbul dalam beberapa bulan pertama pemakaian pil. Umumnya efek samping ini akan berkurang dan hilang dengan sendirinya, ada pula yang hilang jika pasien berpindah ke pil yang lain, dengan kadar *esterogen* dan *progesterone* yang lebih sesuai.

Pada beberapa wanita, penambahan berat badan memang di sebabkan oleh kontrasepsi oral. Pil oral dapat menaikkan berat badan 5-10 kg atau lebih. Menurut Hartanto (2004), penambahan berat badan pada pemakaian pil oral disebabkan:

- a. Retensi cairan karena progestin dan estrogen di dalam pil oral.
- b. Penambahan berat badan yang disebabkan oleh estrogen, mengakibatkan bertambahnya lemak subkutan, terutama pada pinggul, paha dan payudara, ini tampak beberapa bulan minum pil oral.
- c. Nafsu makan yang bertambah dan makan banyak disebabkan progestin. Ini terjadi secara perlahan-lahan dan membutuhkan waktu bertahun-tahun.
- d. Kurang olah raga, perubahan dalam kebiasaan makan.

Dengan demikian dapat diasumsikan bahwa kontrasepsi pil banyak digunakan karena memiliki angka kegagalan yang rendah, tidak mahal dan praktis penggunaannya. Wanita Indonesia juga pada umumnya banyak yang menggunakan alat kontrasepsi pil dengan berbagai jenisnya dan merek dagangnya hanya saja, kontrasepsi dengan metode ini juga berisiko meningkatkan nafsu makan sehingga berpotensi meningkatkan berat badan dan lemak abdominal (perut), yang merupakan salah satu komponen dari sindroma metabolic yang berkaitan dengan peningkatan risiko penyakit jantung, stroke, dan diabetes.

## PENUTUP

1. Hasil penelitian diperoleh bahwa berdasarkan jenis alat KB hormonal yang digunakan yaitu pil, suntik dan implan maka alat KB hormonal pil yang paling berpengaruh secara signifikan terhadap perubahan fisik ibu terutama pada perubahan berat badan dan perubahan lingkaran pinggang.
2. Hasil uji berdasarkan jenis perubahan fisik ibu terhadap penggunaan KB hormonal (Pil, suntik, implan) maka diperoleh faktor perubahan berat badan ( $p=0,001$ ) dan faktor lingkaran pinggang ( $p=0,015$ ) yang memengaruhi secara signifikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanto. 2008. *Pengolahan Data Statistik dengan SPSS 16,0*. Jakarta: Salemba Infotek.
- Arum, D dan Sujatini. 2009. *Panduan Lengkap Pelayanan KB Terkini*. Jogjakarta: Mitra Cendikia.
- BKKBN. 2006. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Everett, Suzanne. 2008. *Kontrasepsi dan Kesehatan seksual Reproduksi*. Jakarta: EGC.
- Glasier, A dan Gebbie, A. 2006. *Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2007. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Wiknjosastro, Hanifa. 2007. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina. Pustaka
- Anonim. 2008. *Efek Pil KB, Mitos atau Fakta*. (<http://kuliahibidan.wordpress.com>, diakses oleh: Mey, 23-03-2014, 15.45 wib).