

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Teori

2.1.1 Keluarga Berencana

Keluarga Berencana atau biasa disebut KB merupakan usaha suami istri untuk mengukur jumlah dan jarak anak yang diinginkan. Usaha yang dimaksud termasuk kontrasepsi atau pencegahan kehamilan dan perencanaan keluarga. Prinsip dasar metode kontrasepsi adalah mencegah sperma laki laki mencapai dan membuahi telur wanita (fertilisasi) atau mencegah telur yang sudah dibuahi untuk berimplantasi (melekat) dan berkembang di dalam rahim (Purwoastuti & Walyani, 2015).

a. Tujuan KB

1) Umum

Meningkatkan Kesejahteraan ibu dan anak dalam rangka mewujudkan NKKBS (Norma Keluarga Kecil Bahagia Sejahtera) yang menjadi dasar terwujudnya masyarakat yang sejahtera dengan mengendalikan kelahiran sekaligus menjamin terkendalinya penambahan penduduk (Purwoastuti & Walyani, 2015).

2) Khusus

Meningkatkan penggunaan alat kontrasepsi dan kesehatan keluarga berencana dengan cara pengaturan jarak kelahiran (Purwoastuti & Walyani, 2015).

b. KB Suntik

Kontrasepsi suntikan adalah cara untuk mencegah terjadinya kehamilan melalui suntikan yang mengandung suatu cairan berisi zat hormon esterogen dan progesteron ataupun hanya progesteron saja untuk jangka waktu tertentu. Kontrasepsi suntik bulanan merupakan metode suntikan yang diberikannya tiap bulan dengan jalan penyuntikan secara intra muskular sebagai upaya pencegahan kehamilan yang berupa hormon esterogen dan progesteron pada wanita usia subur. Penggunaan kontrasepsi suntik mempengaruhi hipotalamus dan hipofisis yaitu menurunkan kadar FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luteinizing Hormone*) sehingga perkembangan dan kematangan folikel de graaf tidak terjadi.

Kontrasepsi suntikan adalah cara untuk mencegah terjadinya kehamilan dengan melalui suntikan hormonal. Kontrasepsi hormonal jenis KB suntikan ini di Indonesia semakin banyak dipakai karena kerjanya yang efektif, pemakaiannya yang praktis, harganya relatif murah dan aman. Umumnya pemakaian suntikan KB mempunyai persyaratan sama dengan pemakaian pil, begitu pula bagi orang yang tidak boleh memakai suntikan KB, termasuk penggunaan cara KB hormonal selama maksimal lima tahun. Jenis KB yang digunakan adalah suntikan 1 bulan contohnya (*Cyclofem*) dan KB suntik tiga bulan contohnya (*Depoprovera dan Depogeston*).

c. KB Suntik Tiga Bulan

Suntikan KB ini mengandung hormon *Depo Medroxy Progesterone Acetate* (hormon progestin) 150mg. Sesuai dengan namanya, suntikan ini diberikan setiap 3 bulan (12 Minggu). Suntikan pertama biasanya diberikan 7 hari pertama periode menstruasi Anda, atau 6 minggu setelah melahirkan. Suntikan KB tiga bulan ada yang dikemas dalam cairan 3ml atau 1ml (Raidanti dan Wahidin, 2021).

d. Efektivitas Kontrasepsi Suntik Tiga Bulan

- 1) DMPA sangat efektif sebagai metode kontrasepsi. kurang dari 1 per 100 wanita akan mengalami kehamilan dalam 1 tahun pemakaian KB suntik tiga bulan
- 2) Kontrasepsi suntikan sama efektifnya seperti POK (Pil Oral Kombinasi) dan lebih efektif daripada IUD (*Intra Uterine Device*)
- 3) Dosis KB suntik tiga bulan dengan daya kerja kontraseptif yang paling sering dipakai – 150 mg setiap 3 bulan adalah dosis yang tinggi. Setelah suntikan 150 mg, ovulasi tidak akan terjadi untuk minimal 14 minggu. Sehingga terdapat periode “tenggang waktu atau waktu kelonggaran” selama 2 minggu untuk akseptor KB suntik tiga bulan yang disuntik ulang setiap 3 bulan sekali.
- 4) Penelitian dalam skala kecil akhir akhir ini menemukan bahwa dosis lebih rendah dari DMPA 100 mg sekali setiap 3 bulan hampir sama efektifnya dengan suntikan 150 mg dengan angka kegagalan 0,44 per 100 wanita per tahun. Sedangkan pemberian sekali setiap 6 bulan

dengan dosis 250, 300, 400 atau 450 mg DMPA umumnya menunjukkan angka kegagalan yang sedikit lebih tinggi 0- 3,6 kehamilan per 100 wanita per tahun

e. Mekanisme Kerja Kontrasepsi Suntik Tiga Bulan

1) Primer : Mencegah ovulasi

Kadar *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) dan *Luteinizing Hormone* (LH) menurun dan tidak terjadi sentakan LH. Respon kelenjar hipofise terhadap gonadotropin releasing hormon eksogenous tidak berubah, sehingga memberi kesan proses terjadi di hipotalamus daripada dikelenjar hipofisis. Ini berbeda dengan POK, yang tampaknya menghambat ovulasi melalui efek langsung pada kelenjar hipofisis. Penggunaan kontrasepsi suntikan tidak menyebabkan keadaan hipoestrogenik. Pada pemakaian suntik 3 bulan, endometrium menjadi dangkal dan atrofis dengan kelenjar kelenjar yang tidak aktif. Sering stroma menjadi oedematous. Dengan pemakaian jangka lama, endometrium dapat menjadi sedemikian sedikitnya, sehingga tidak didapatkan atau hanya didapatkan sedikit sekali jaringan bila dilakukan biopsi. Tetapi, perubahan perubahan tersebut akan kembali menjadi normal dalam waktu 90 hari setelah suntikan DMPA yang terakhir (Hartanto, 2010).

2) Sekunder

a) Lendir servik menjadi kental dan sedikit sehingga merupakan barier terhadap spermatozoa.

- b) Membuat endometrium menjadi kurang baik untuk implantasi dari ovum yang telah dibuahi.
- c) Mungkin mempengaruhi kecepatan transportasi ovum didalam tuba falopi (Hartanto, 2010).

f. Keuntungan

Keuntungan suntikan progestin (Prawirohardjo 2016).

- 1) Sangat efektif
- 2) Pencegahan kehamilan jangka panjang
- 3) Tidak berpengaruh pada hubungan suami istri
- 4) Tidak mengandung estrogen sehingga tidak berdampak serius terhadap penyakit jantung dan gangguan pembekuan darah
- 5) Tidak memiliki pengaruh terhadap ASI
- 6) Sedikit efek samping
- 7) Klien tidak perlu menyimpan obat suntik
- 8) Dapat digunakan oleh perempuan usia >35 th sampai perimeopause
- 9) Membantu mencegah kanker endometrium dan kehamilan ektopik
- 10) Menurunkan kejadian penyakit jinak payudara
- 11) Mencegah beberapa penyebab penyakit radang panggul
- 12) Menurunkan krisis anemia bulan sabit

g. Keterbatasan

- 1) Sering ditemukan gangguan haid seperti :
 - a) Siklus haid yang memendek atau memanjang.
 - b) Perdarahan yang banyak atau sedikit.

- c) Perdarahan tidak teratur atau perdarahan bercak (*spotting*).
 - d) Tidak haid sama sekali.
- 2) Ketergantungan klien terhadap pelayanan kesehatan (klien harus kembali untuk mendapatkan suntikan ulang).
 - 3) Tidak dapat dihentikan sewaktu-waktu sebelum suntikan berikutnya.
 - 4) Penambahan berat badan merupakan efek samping tersering.
 - 5) Tidak melindungi diri dari PMS atau HIV/AIDS.
 - 6) Terlambatnya pemulihan kesuburan setelah penghentian pemakaian.
 - 7) Terlambatnya pemulihan kesuburan bukan karena kerusakan/kelainan pada organ genitalia melainkan karena belum habisnya pelepasan obat suntikan.
 - 8) Terjadinya perubahan pada lipid serum dalam penggunaan jangka panjang.
 - 9) Pada penggunaan jangka panjang dapat sedikit menurunkan kepadatan tulang (densitas).
 - 10) Pada penggunaan jangka panjang dapat menimbulkan kekeringan pada vagina, menurunkan libido, gangguan emosi, sakit kepala, nervositas, jerawat (Prawirohardjo, 2016).

h. Indikasi

Indikasi pada pengguna suntik tiga bulan (Prawirohardjo, 2016).

- 1) Usia reproduksi
- 2) Nulipara dan yang telah memiliki anak

- 3) Menghendaki kontrasepsi jangka panjang dan yang memiliki efektifitas tinggi
- 4) Menyusui dan membutuhkan kontrasepsi yang sesuai
- 5) Setelah melahirkan dan tidak menyusui
- 6) Setelah abortus atau keguguran
- 7) Telah banyak anak tetapi belum menghendaki tubektomi
- 8) Perokok
- 9) Tekanan darah <180/110, dengan masalah gangguan pembekuan darah atau anemia bulan sabit
- 10) Menggunakan obat untuk epilepsy atau obat tuberculosis
- 11) Tidak dapat memakai kontrasepsi yang mengandung estrogen
- 12) Sering lupa menggunakan pil kontrasepsi
- 13) Anemia defisiensi besi
- 14) Mendekati usia menopause yang tidak mau atau tidak boleh menggunakan pil kontrasepsi kombinasi

i. Kontra Indikasi

Kontra Indikasi pada pengguna suntik tiga bulan (Prawirohardjo, 2016).

- 1) Hamil atau dicurigai hamil
- 2) Perdarahan pervaginam yang belum jelas penyebabnya
- 3) Tidak dapat menerima terjadinya gangguan haid terutama amenore
- 4) Menderita kanker payudara atau riwayat kanker payudara
- 5) Diabetes mellitus disertai komplikasi

j. Waktu Mulai Menggunakan Kontrasepsi Suntik Tiga Bulan

Waktu mulai menggunakan kontrasepsi suntikan progestin (Prawirohardjo, 2016)

- 1) Setiap saat selama siklus haid, asal ibu tersebut tidak hamil
- 2) Mulai hari pertama sampai hari ke-7 siklus haid
- 3) Pada ibu yang tidak haid, injeksi pertama dapat diberikan setiap saat, asalkan saja ibu tersebut tidak hamil. Selama 7 hari setelah suntikan tidak boleh melakukan hubungan seksual
- 4) Ibu yang menggunakan kontrasepsi hormonal lain dan ingin mengganti dengan kontrasepsi suntikan. Bila ibu telah menggunakan kontrasepsi hormonal sebelumnya secara benar, dan ibu tersebut tidak hamil, suntikan pertama dapat segera diberikan. Tidak perlu menunggu sampai haid berikutnya datang.
- 5) Bila ibu sedang menggunakan jenis kontrasepsi jenis lain dan ingin menggantinya dengan jenis kontrasepsi suntikan yang lain lagi, kontrasepsi suntikan yang akan diberikan dimulai pada saat jadwal kontrasepsi suntikan yang sebelumnya.
- 6) Ibu yang menggunakan kontrasepsi non hormonal dan ingin menggantikannya dengan kontrasepsi hormonal, suntikan pertama kontrasepsi hormonal yang akan diberikan dapat segera diberikan, asal saja ibu tersebut tidak hamil, dan pemberiannya tidak perlu menunggu haid berikutnya datang. Bila ibu disuntik setelah hari ke-7 haid, ibu

tersebut selama 7 hari setelah suntikan tidak boleh melakukan hubungan seksual

- 7) Ibu ingin menggantikan AKDR (Alat Kontrasepsi Dalam Rahim) dengan kontrasepsi hormonal. Suntikan pertama dapat diberikan pada hari pertama sampai hari ke-7 siklus haid, atau dapat diberikan setiap saat setelah hari ke-7 siklus haid, asal saja yakin ibu tersebut tidak hamil
- 8) Ibu tidak haid atau ibu dengan perdarahan tidak teratur. Suntikan pertama dapat diberikan setiap saat, asal saja ibu tersebut tidak hamil, dan selama 7 hari setelah suntikan tidak boleh melakukan hubungan seksual

k. Cara Penggunaan Kontrasepsi Suntik Tiga Bulan

- 1) Kontrasepsi suntikan DMPA diberikan setiap 3 bulan dengan cara di suntikan intramuskuler dalam didaerah pantat. Apabila suntikan diberikan terlalu dangkal, penyerapan kontrasepsi suntikan akan lambat dan tidak bekerja segera dan efektif. Suntikan diberikan setiap 90 hari.
- 2) Bersihkan kulit yang akan di suntik dengan kapas alkohol yang dibasahi oleh etil atau isopropil alkohol 60-90%. Biarkan kulit kering sebelum disuntik, setelah kulit kering baru disuntik
- 3) Kocok dengan baik, dan hindarkan terjadinya gelembung gelembung udara. Kontrasepsi suntik tidak perlu didinginkan. Bila terdapat

endapan putih pada dasar ampul, upayakan menghilangkannya dengan cara menghangatkannya (Prawirohardjo, 2016).

I. Informasi Lain yang Perlu Disampaikan

- 1) Pemberian kontrasepsi suntikan sering menimbulkan gangguan haid (*Amenorhea*). Ganggaun haid ini biasanya bersifat sementara dan sedikit sekali mengganggu kesehatan.
- 2) Dapat terjadi efek samping seperti peningkatan berat badan, sakit kepala, dan nyeri payudara. Efek efek samping ini, jarang tidak berbahaya dan cepat hilang
- 3) Karena terlambat kembalinya kesuburan, penjelasan perlu diberikan kepada ibu usia muda yang ingin menunda kehamilan, atau bagi ibu yang merencanakan kehamilan berikutnya dalam waktu dekat
- 4) Setelah suntikan dihentikan, haid tidak segera datang. haid baru datang kembali pada umumnya setelah 6 bulan. Selama tidak haid tersebut dapat saja terjadi kehamilan. Bila setelah 3-6 bulan tidak haid klien harus kembali ke dokter atau ke tempat pelayanan kesehatan untuk dicari penyebab tidak haid tersebut
- 5) Bila klien tidak dapat kembali pada jadwal yang telah ditentukan, suntikan dapat diberikan 2 minggu sebelum jadwal. Dapat juga diberikan 2 minggu setelah jadwal yang ditetapkan, asal saja tidak terjadi kehamilan. Klien tidak dibenarkan untuk berhubungan seksual selama 7 hari, atau menggunakan metode kontrasepsi lainnya selama 7 hari. Bila perlu juga bisa menggunakan kontrasepsi darurat

- 6) Bila Klien, misalnya, sedang menggunakan salah satu kontrasepsi suntikan dan kemudian meminta untuk diganti dengan kontrasepsi suntikan yang lain, sebaiknya jangan dilakukan. Andai kata terpaksa juga dilakukan, kontrasepsi yang akan diberikan tersebut di injeksi sesuai jadwal suntikan dari kontrasepsi hormonal yang sebelumnya.
- 7) Bila klien lupa jadwal suntikan, suntikan dapat segera diberikan, asal saja diyakini ibu tersebut tidak hamil (Prawirohardjo, 2016).

m. Peringatan Bagi Pemakaian Suntik Tiga Bulan

- 1) Setiap terlambat haid harus dipikirkan adanya kemungkinan kehamilan
- 2) Nyeri abdomen bawah yang berat kemungkinan gejala kehamilan ektopik terganggu
- 3) Timbulnya abses atau perdarahan tempat injeksi
- 4) Sakit kepala migrain, sakit kepala berulang yang berat atau kabur penglihatan
- 5) Perdarahan berat yang dua kali lebih panjang dari masa haid atau dua kali lebih banyak dalam satu periode masa haid (Prawirohardjo, 2016).

n. Efek Samping

Gangguan haid, ini yang paling sering terjadi dan yang paling mengganggu. Pola haid yang normal dapat berubah menjadi Amenorhe, perdarahan irreguler, perdarahan bercak dan perubahan dalam frekuensi, lama dan jumlah darah yang hilang. Efek pada pola haid tergantung pada lama pemakaian. Insiden yang tinggi pada

amenorhe diduga berhubungan dengan atrofi endometrium (Hartanto,2010).

2.1.2 Kepatuhan

a. Pengertian Kepatuhan

Kepatuhan adalah istilah yang dipakai untuk menjelaskan ketaatan atau pasrah pada tujuan yang telah ditentukan. Dengan definisi seperti itu kepatuhan memiliki nada yang cenderung otoriter. Kepatuhan berbanding lurus dengan tujuan yang dicapai pada program pengobatan yang telah ditentukan. Kepatuhan pada program kesehatan merupakan perilaku yang dapat diobservasi dan dengan begitu kepatuhan dapat langsung diukur (Saragih & Yosephine, 2016).

Kepatuhan pasien adalah sejauh mana perilaku pasien sesuai dengan ketentuan yang diberikan oleh profesional kesehatan. Pasien mungkin tidak mematuhi tujuan atau mungkin melupakan begitu saja atau salah mengerti instruksi yang telah diberikan (Bangun, 2020). Dikatakan patuh dalam melakukan kunjungan ulang suntik tiga bulan yaitu ketika akseptor datang tepat waktu sesuai jadwal yang sudah ditentukan oleh bidan.

Kepatuhan (*compliance*) merupakan salah satu dari tiga konsep utama, selain konformitas (*conformity*) dan ketaatan (*obidience*) yang sering dikemukakan oleh para ahli psikologi sosial berkaitan dengan pengaruh tekanan sosial terhadap perilaku individual (Myers, 2012). Selanjutnya, Myers (2012) mengemukakan bahwa kepatuhan

(*compliance*) merupakan salah satu dari kedua bentuk konformitas (*conformity*) selain penerimaan (*acceptance*).

Kepatuhan pertama tama didorong oleh adanya motivasi untuk mendapat hadiah (*reward*) atau menghindari hukuman (*punishment*) tertentu sebagai akibat dari perilaku patuh tersebut. Apabila kepatuhan tertuju pada perintah eksplisit tertentu, maka disebut ketaatan (*obidience*). Kepatuhan merupakan suatu perubahan perilaku dari perilaku yang tidak mentaati peraturan ke perilaku yang mentaati peraturan.

b. Faktor Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan

Faktor yang mempengaruhi akseptor KB dalam melakukan KB suntik berdasarkan teori perilaku Lawrence Green, yaitu:

1) Faktor Predisposisi

a) Umur

Umur merupakan hal yang sangat berperan dalam penentuan untuk menggunakan alat kontrasepsi karena pada fase-fase tertentu dari umur menentukan tingkat reproduksi seseorang. Umur yang terbaik bagi seorang wanita adalah antara 20-30 tahun karena pada masa inilah alat-alat reproduksi wanita sudah siap dan cukup matang untuk mengandung dan melahirkan anak. Umur akan menentukan ibu dalam pemilihan jenis kontrasepsi yang digunakan. Perempuan yang usianya belum mencapai 20 tahun tidak disarankan untuk menggunakan KB suntik dikarenakan bisa mengganggu pola haid

b) Pendidikan

Pada umumnya, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah menyerap informasi. Pendidikan adalah sebuah proses perubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok dan juga usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan, untuk sebuah visi pendidikan yaitu mencerdaskan manusia. Tingkat pendidikan turut menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami tentang KB suntik yang mereka pahami berdasarkan kebutuhan dan kepentingan keluarga. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, tingkat pendidikan dibagi tiga, yaitu Pendidikan Dasar (SD dan Madrasah Ibtidaiyah atau bentuk lain yang sederajat serta SMP dan Madrasah Tsanawiyah atau bentuk lain yang sederajat), Pendidikan Menengah (SMA, Madrasah Aliyah, SMK, dan Madrasah Aliyah Kejuruan atau bentuk lain yang sederajat), dan Pendidikan Tinggi (Akademi, Politeknik, Sekolah Tinggi, Institut, atau Universitas).

c) Pendapatan Keluarga

Pendapatan keluarga merupakan salah satu faktor sosial ekonomi yang dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Pemenuhan kebutuhan hidup salah satunya adalah pemeliharaan kesehatan. Akseptor KB suntik dapat tidak patuh melakukan kunjungan ulang karena status

ekonomi yang rendah, sehingga tidak mampu membiayai KB suntik.

2) Faktor Pemungkin

a) Akses terhadap Fasilitas Kesehatan

Jarak pelayanan alat kontrasepsi berdasarkan kriteria yang dibuat oleh Badan Pusat Statistik (BPS) dalam mengelompokkan rata-rata jarak terdekat dari rumah tangga ke fasilitas umum yaitu dikategorikan dengan jika jarak dari rumah ke puskesmas $\leq 2,5$ km dan jauh jika jarak dari rumah puskesmas $> 2,5$ km. Semakin tersedia suatu alat kontrasepsi maka responden akan cenderung memilih alat kontrasepsi suntik. Hal ini terjadi karena keikutsertaan seseorang ber-KB dipengaruhi oleh adanya pelayanan kontrasepsi yang dapat diperoleh secara mudah, murah dan dapat terjangkau dalam artian alat kontrasepsi tersedia dalam berbagai metode sesuai dengan keinginan, harganya murah dan terjangkau oleh semua lapisan masyarakat.

3) Faktor Pendorong

a) Dukungan suami

Dukungan suami merupakan dorongan terhadap ibu secara moral maupun material, dimana dukungan suami mempengaruhi ibu untuk menjadi akseptor KB terutama pemilihan KB suntik.

b) Dukungan tenaga kesehatan

Tenaga kesehatan memegang peranan penting dalam memberikan informasi tentang metode KB. Pemberian informasi ini dilakukan melalui konseling dengan menggunakan Alat Bantu Pengambilan Keputusan (ABPK) ber-KB. Dukungan tersebut meliputi pemberian informasi tentang alat kontrasepsi yang akan dipilih oleh responden dan efek sampingnya serta memberikan kebebasan kepada responden dalam menggunakan alat kontrasepsi yang sesuai dengan kondisinya.

c. Dimensi Kepatuhan

Dimensi Kepatuhan terhadap peraturan memiliki dimensi-dimensi yang mengacu pada dimensi kepatuhan Blass sebagaimana yang dikutip oleh Septi Kusumadewi menjelaskan bahwa seseorang dapat dikatakan patuh terhadap orang lain apabila seseorang dapat dikatakan patuh terhadap orang lain apabila seseorang tersebut memiliki tiga dimensi kepatuhan yang terkait dengan sikap dan tingkah laku patuh. Berikut dimensi kepatuhan tersebut

1) Mempercayai (*belief*)

Kepercayaan terhadap tujuan dari kaidah-kaidah bersangkutan, terlepas dari perasaan atau nilai- nilainya terhadap kelompok atau pemegang kekuasaan maupun pengawasannya.

2) Menerima (*accept*)

Menerima norma atau nilai-nilai. Seseorang dikatakan patuh apabila yang bersangkutan menerima baik kehadiran norma-norma ataupun dari suatu peraturan baik tertulis maupun tidak tertulis. Penerimaan adalah kecenderungan orang mau dipengaruhi oleh komunikasi persuasif dari orang yang berpengetahuan luas atau orang yang disukai, dan juga merupakan tindakan yang dilakukan dengan senang hati karena percaya terhadap tekanan atau norma sosial dalam kelompok atau masyarakat.

3) Melakukan (*act*)

Melakukan sesuatu atas perintah atau perintah orang lain. Artinya adalah penerapan norma-norma atau nilai-nilai itu dalam kehidupan. Seseorang dikatakan patuh jika norma-norma atau nilai-nilai dari suatu peraturan diwujudkan dalam perbuatan, bila norma atau nilai itu dilaksanakannya maka dapat dikatakan bahwa ia patuh. “*Belief*” dan “*accept*” merupakan dimensi kepatuhan yang terkait dengan sikap, dan “*act*” merupakan dimensi kepatuhan yang terkait aspek tingkah laku patuh pada seseorang. Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang dikatakan patuh apabila sudah mempercayai, menerima, dan melakukan sesuatu yang diperintah oleh orang lain

d. Indikator Penilaian Kepatuhan

Dilihat dari kartu KB yang dimiliki klien, jika klien datang sesuai jadwal yang sudah diberikan di awal, maka dikatakan klien tersebut patuh, sebaliknya jika klien datang melewati jadwal yang sudah ditentukan, maka dikatakan klien tidak patuh terhadap kunjungan ulang suntik 3 bulan.

2.1.3 Siklus Haid

Siklus haid adalah waktu yang dimulai dari hari pertama muncul haid hingga hari pertama haid berikutnya. Siklus haid yang normal berkisar antara 21-35 hari. Namun siklus haid seringkali tidak teratur dan cenderung bervariasi. Menstruasi dikatakan normal bila didapatkan siklus menstruasi tidak kurang dari 21 hari, tetapi tidak melebihi 35 hari, lama haid 3-7 hari, dengan jumlah darah selama haid berlangsung tidak melebihi 80 ml, dengan frekuensi ganti pembalut 2-6 kali / hari (Harzif et al., 2018).

a. Sistem Hormonal yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi

Sistem hormonal yang memengaruhi siklus menstruasi adalah:

- 1) FSH-RH (*follicle stimulating hormone releasing hormone*) yang dikeluarkan hipotalamus untuk merangsang hipofisis mengeluarkan FSH.
- 2) LH-RH (*luteinizing hormone releasing hormone*) yang dikeluarkan hipotalamus untuk merangsang hipofisis mengeluarkan LH

- 3) PIH (prolactine inhibiting hormone) yang menghambat hipofisis untuk mengeluarkan prolactin (Durmaz, 2017).

b. Tahapan Siklus Haid

Siklus menstruasi di bedakan dalam dua tahap :

1) Tahap sebelum ovulasi

Merupakan jangka waktu antara hari pertama haid sampai saat ovulasi. lamanya tahap sebelum ovulasi dapat berubah ubah pada seseorang dan berbeda beda di antara para wanita.

2) Tahap sesudah ovulasi

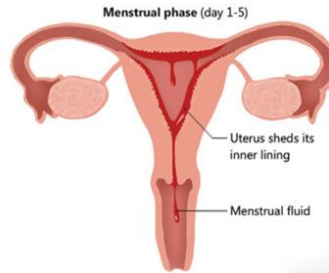
Merupakan jangka waktu antara ovulasi sampai hari pertama haid berikutnya. untuk semua siklus haid, lamanya tahap sesudah ovulasi adalah tetap dan sama, yaitu rata – rata 14 hari oleh karena itu, perbedaan dalam panjang pendeknya siklus haid di tentukan oleh tahap sebelum ovulasi.

c. Mekanisme Terjadinya Haid

1) Fase Haid

Fase keluarnya darah haid ini dimulai pada hari pertama haid dan berlangsung sampai hari ke-5 dari siklus haid. Pada fase ini, lapisan rahim luruh dan keluar dalam bentuk darah haid, darah yang keluar sekitar 10 ml sampai 80 ml. Pada fase haid ini kamu mungkin mengalami kram atau nyeri pada perut. Kram atau nyeri ini disebabkan oleh kontraksi rahim dan otot-otot

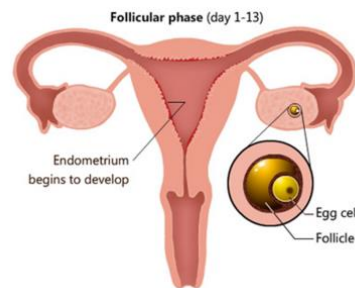
perut untuk mengeluarkan lapisan dinding rahim yang luruh (Harzif et al., 2018).



Gambar 2.1 Fase Menstruasi

2) Fase Folikuler

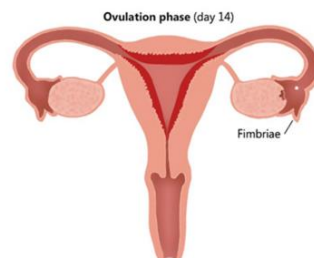
Fase ini disebut fase folikuler karena kelenjar pituitari (hipofisis) di otak melepaskan hormon yang disebut *Follicle Stimulating Hormone* (FSH), yang merangsang pematangan folikel dalam ovarium. Fase ini juga dimulai dari hari pertama haid, tetapi berlangsung sampai hari ke-13 dari siklus haidnya. Pada fase ini, kelenjar pituitari mengeluarkan hormon yang menstimulasi sel telur di ovarium untuk tumbuh. Salah satu sel telur mulai matang dalam bentuk seperti kantung yang disebut folikel. Dibutuhkan 13 hari bagi sel telur untuk dapat matang. Ketika sel telur telah matang, folikel mengeluarkan hormon yang merangsang rahim untuk membentuk lapisan pembuluh darah dan jaringan lunak yang disebut endometrium (Harzif et al., 2018).



Gambar 2.2 Fase Folikuler

3) Fase Ovulasi

Pada hari ke-14 dari siklus, kelenjar pituitari mengeluarkan hormon yang merangsang ovarium untuk melepaskan sel telur yang telah matang. Sel telur yang telah dilepaskan ini bergerak di sepanjang tuba falopi dan ditangkap oleh fimbria. Fimbria berbentuk seperti jari-jari yang terletak di ujung tuba falopi dekat dengan ovarium. Pada fase ini, seorang perempuan dikatakan dalam masa suburnya sehingga sel telur siap dibuahi (Harzif et al., 2018).

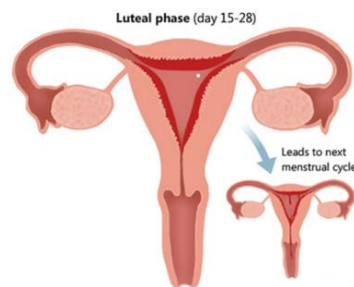


Gambar 2.3 Fase Ovulasi

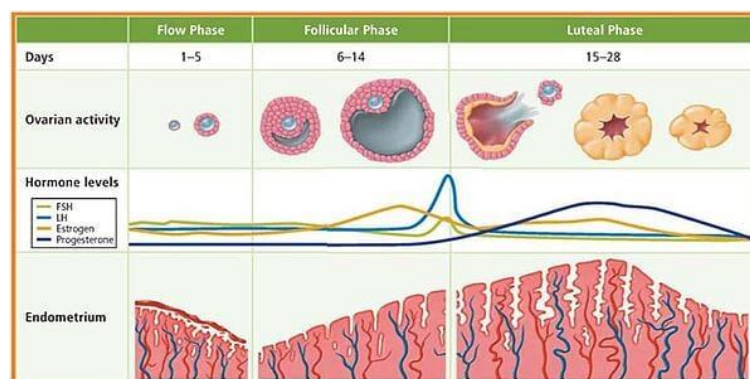
4) Fase Luteal

Disebut fase luteal karena pada fase menstruasi ini terbentuk korpus luteum pada ovarium yang merupakan bekas folikel setelah ditinggal sel telur. Korpus luteum menghasilkan hormon progesteron.

Fase ini merupakan fase haid yang terakhir. Fase luteal dimulai pada hari ke-15 dan berlangsung sampai akhir siklus haidnya. Pada fase ini, sel telur yang dilepaskan selama fase ovulasi tetap berada di tuba fallopi selama 24 jam. Jika sel sperma tidak membuahi sel telur dalam waktu itu, sel telur akan diserap kembali oleh tubuh. Endometrium menjadi tebal serta dilengkapi banyak pembuluh darah. Jika tidak ada kehamilan, korpus luteum akan berdegenerasi sehingga hormon progesteron dan estrogen akan menurun pada akhir siklus. Hal ini menyebabkan dimulainya kembali fase siklus haid berikutnya (Harzif et al., 2018).



Gambar 2.4 Fase Luteal



Gambar 2.5 Siklus Menstruasi

d. Gangguan atau Kelainan Siklus Haid

Kelainan haid atau menstruasi yang dapat dijumpai berupa kelainan siklus atau kelainan dari jumlah darah yang dikeluarkan dan lamanya perdarahan (Manuaba, 2016) adalah:

1) Amenorrhea

Tidak haid selama 3 bulan atau lebih. Amenorrhea primer bila wanita belum pernah mendapat haid sampai umur 18 tahun. Amenorrheasekunder bila wanita pernah mendapat haid tetapi tidak mendapat haid lagi.

2) Pseudoamenorrhe

Ada haid tetapi darah haid tidak dapat keluar karena tertutupnya cervik, vagina atau hymen.

3) Menstruasi Praecox

Timbulnya haid yang terjadi pada umur yang sangat muda 8- 10 tahun.

4) Hypomenorrhea

Haid teratur tetapi jumlah darahnya sedikit.

5) Oligomenorrhea

Haid yang jarang karena siklusnya panjang lebih dari 35 hari.

6) Polymenorrhea

Haid sering datang, siklusnya pendek, kurang dari 25 hari.

7) Metrorragieba

Perdarahan rahim diluar waktu haid

8) Dysmenorhea

Nyeri sewaktu haid, nyeri terasa pada perut bagian bawah, nyeri terasa sebelum haid, sesudah haid, selama haid dan bersifat kolik atau terus menerus

e. Faktor tidak Langsung yang Mempengaruhi Ketidakteraturan Siklus Haid pada Akseptor KB Suntik Tiga Bulan

1) Umur

Menurut Elizabeth yang dikutip Nursalam, umur adalah usia individu yang dihitung mulai waktu dilahirkan sampai berulang tahun. Sedangkan menurut Hurlock semakin cukup umur, tingkat kekuatan dan kematangan seorang akan lebih matang dalam bekerja dan berfikir. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya daripada orang yang belum tinggi kedewasaannya. Hal ini akan dipengaruhi dari kematangan jiwa dan pengalaman.

Ketidakteraturan waktu haid dan makin berkurangnya jumlah cairan haid biasanya berhubungan erat dengan makin dekatnya masa menopause. Ini karena masa haid erat pula hubungannya dengan hormone seks wanita. Wanita di atas usia 35 tahun tidak dianjurkan untuk hamil lagi, karena secara biologis tubuhnya sudah tidak

mendukung untuk mengalami kehamilan, sehingga risiko komplikasi pun akan semakin besar (Susilowati & Prasetyo, 2015).

2) Lama Pemakaian

Penggunaan kontrasepsi suntik sering menimbulkan perubahan pada siklus haidnya. Pola haid tergantung pada lamanya penggunaan kontrasepsi suntik. Semakin lama penggunaan KB suntik tiga bulan maka kejadian lama haid akseptor semakin memendek bahkan sampai menjadi tidak haid. Perubahan lama haid tersebut disebabkan komponen gestagen yang terkandung di dalam KB suntik tiga bulan. Perubahan ini sejalan dengan berkurangnya darah pada akseptor KB suntik tiga bulan (Susilowati & Prasetyo, 2015).

Perubahan ini sejalan dengan berkurangnya darah haid pada akseptor KB suntik tiga bulan. Kejadian gangguan siklus pada pemakaian suntik tiga bulan yaitu amenorea berubah menjadi keadaan tidak haid sama sekali setelah pemakaian kontrasepsi. Gangguan haid berupa amenorea disebabkan karena progesteron dalam komponen DMPA menekan LH sehingga endometrium menjadi lebih dangkal dan atropis dengan kelenjar-kelenjar yang tidak aktif. Amenorea berkepanjangan pada pemberian progesteron tidak diketahui membahayakan, dan banyak wanita dapat menerima dengan baik. Pada beberapa wanita perubahan menstruasi merupakan alasan utama untuk menghentikan penggunaan KB suntik tiga bulan (Susilowati & Prasetyo, 2015).

3) Riwayat Penyakit Penyerta

Beberapa efek dapat muncul seiring berlangsung lamanya penggunaan KB suntik tiga bulan meliputi, terjadinya efek stres oksidatif dan berubahnya profil lipid dan metabolik, meningkatnya resiko obesitas, meningkatnya resiko penyakit DM (Diabetes melitus) tipe 2 dan menurunnya kepadatan, meningkatnya resiko penyakit artherosklerosis, jantung, hipertensi dan kanker.

a) Penyakit Kanker Payudara

Pemicu kanker payudara dari kontrasepsi hormonal tersebut adalah hormon esterogen dan progesteron. Penyebab pertama berasal dari resiko mutasi sel saat pembelahan meningkat. Profilerasi sel oleh dua hormon tersebut juga meningkat. Penyebab kedua, hormon esterogen dan progesteron merangsang peningkatan sel-sel kanker. Meski demikian kontrasepsi hormonal bukan satusatunya penyebab kanker payudara, faktor internal juga berperan penting seperti genetika (Desitha, 2019).

b) Penyakit Diabetes Melitus

Menurut Kusmiran, adanya penyakit-penyakit endokrin seperti diabetes, hipotiroid, serta hipertiroid yang berhubungan dengan menstruasi. Prevalensi amenorrhea dan oligomenorrhea lebih tinggi pada pasien diabetes

c) Penyakit jantung koroner (PJK)

Penyakit jantung koroner adalah penyakit jantung yang disebabkan oleh adanya sumbatan pada pembuluh darah koroner. Pembuluh darah koroner adalah pembuluh darah yang memperdarahi jantung. Sumbatan dari pembuluh darah tersebut diakibatkan oleh adanya proses aterosklerosis atau penumpukan lemak/plak di pembuluh darah sehingga diameter pembuluh darah makin kecil dan mengeras atau kaku. Proses aterosklerosis terjadi perlahan - lahan seiring dengan waktu, tetapi pada orang - orang dengan kadar lemak di dalam darah yang tinggi, proses ini di pembuluh darah menjadi semakin cepat dan banyak.

Kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik tiga bulan berkisar antar 1-2 kg per tahun. Penyebabnya, hormon progestin pada KB suntik dapat menambah nafsu makan dengan cara mempengaruhi pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus. Jika berat badan anda di atas normal, atau memiliki riwayat obesitas, sebaiknya atur pola makan anda dan perbanyak olahraga untuk menjaga agar berat badan tetap ideal (Desitha, 2019).

d) Osteoporosis

Osteoporosis adalah penyakit degeneratif pada tulang yang ditandai dengan rendahnya massa tulang dan penipisan jaringan tulang. Hal tersebut dapat menyebabkan tulang menjadi rapuh dan

mudah patah. Diagnosis dari penyakit ini berdasarkan massa tulang. Disebut osteoporosis apabila massa tulang $< -2,5$ standar deviasi (SD) massa tulang normal, dan disebut osteopenia apabila massa tulang antara -1 hingga $-2,5$ SD. Karena penyakit ini tidak memberikan gejala hingga terjadi patah tulang, maka penting untuk dilakukan skrining untuk mencegah penyakit ini. Selain itu, penderita juga harus menjadi diri dan melakukan penyesuaian agar tidak mudah jatuh, misalnya kamar mandi menggunakan lantai yang kasar. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan KB suntik dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan terjadinya penipisan tulang yang akhirnya menjadi penyebab penurunan kepadatan tulang (osteoporosis) (Kusmiran E, 2011).

e) Hipertensi

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Hipertensi merupakan masalah kesehatan di dunia karena menjadi faktor risiko utama dari penyakit kardiovaskular dan stroke (Yulanda & Lisiswanti, 2017).

Peningkatan berat badan (BB) karena efek suntik tiga bulan, akan sejalan dengan akumulasi lemak dalam tubuh. Hipoestrogen dihubungkan dengan penumpukan lemak visceral (viseral fat), yang

merupakan penanda gangguan metabolik, berhubungan dengan penyakit kardiovaskuler, resistensi insulin, DM (Diabetes Melitus) tipe 2, dan kematian usia dini (Wahyuni, 2017).

4) Kepatuhan

Kontrasepsi suntik tiga bulan diberikan setiap 3 bulan dengan cara suntikan Intra Muskular dalam (IM). Apabila suntikan diberikan terlalu dangkal, penyerapan kontrasepsi suntikan akan lambat dan tidak bekerja segera dan kurang efektif. Suntikan diberikan setiap 90 hari (Wahyuni, 2017).

Penelitian Endah Susilowati menyatakan bahwa adanya gangguan dalam siklus haid apabila akseptor tidak secara teratur dalam penyuntikan ulang sesuai jadwal yang telah ditetapkan sesuai dengan buku saku. Apabila responden kurang memperhatikan jadwal maka terjadi gangguan dalam siklus haidnya. Penggunaan kontrasepsi suntik tiga bulan menuntut akseptornya untuk rutin melakukan pemeriksaan sesuai jadwal dan melakukan kunjungan ulang untuk suntik periode berikutnya. Tidak rutinnya dalam melakukan kunjungan ulang suntik akan mengakibatkan perdarahan saluran genital yang tidak terdiagnosis (Susilowati & Prasetyo, 2015).

Pada pemakaian lebih dari setahun akan mengalami amenorea, infrequent bleeding dan irregular bleeding. Amenorea merupakan perubahan perdarahan yang positif bagi banyak wanita akan meningkat. Gangguan haid, khususnya irregular bleeding dan

prolonged bleeding pada pengguna KB suntik tiga bulan disebabkan karena ketidakseimbangan hemostatis endometrium dan kerusakan struktural pada pembuluh darah endometrium akibat kelainan angiogenesis. Selain dilatasi, dinding pembuluh darah juga menjadi tipis dan rapuh pada seluruh permukaan endometrium (Wahyuni, 2017).

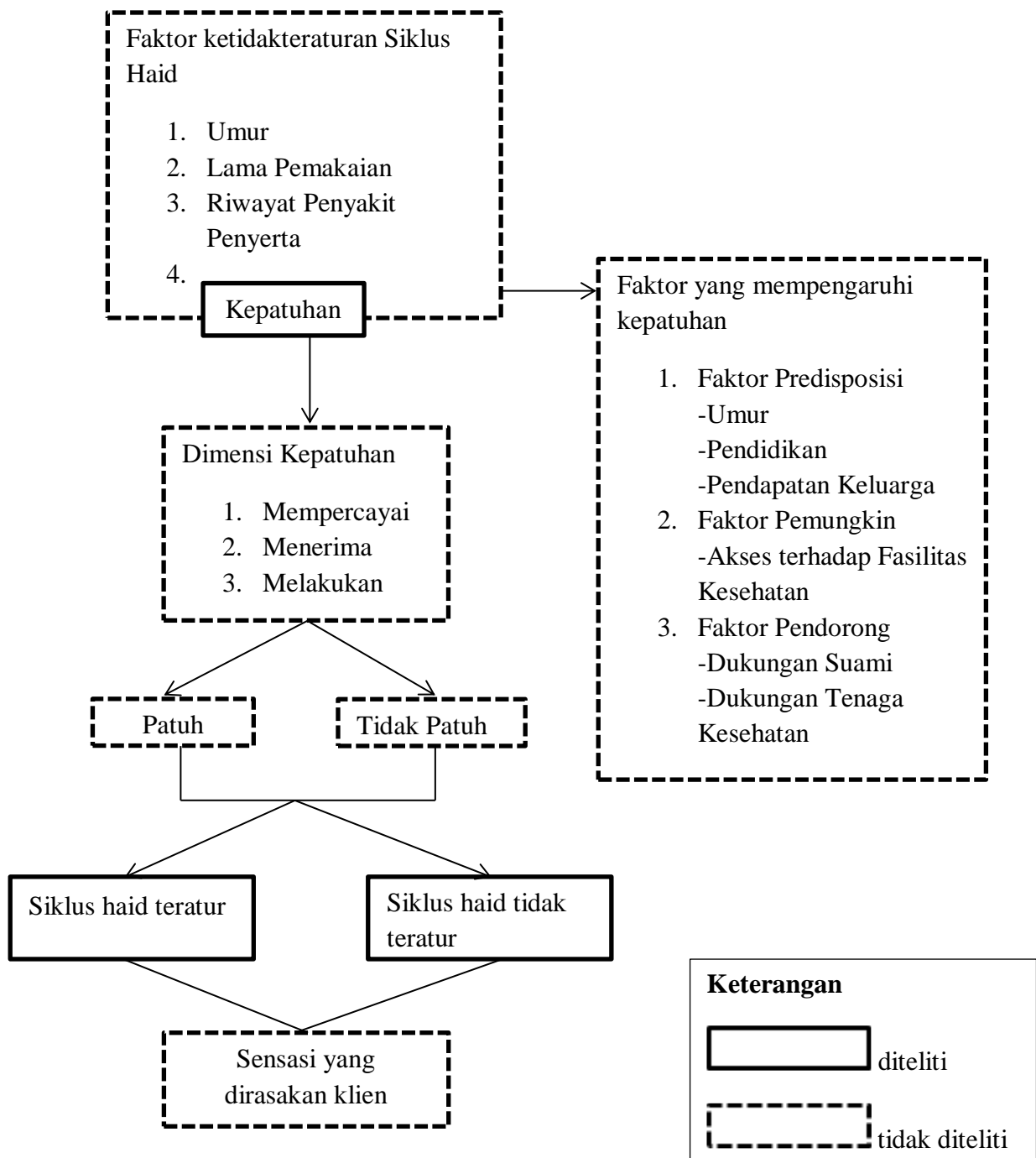
2.1.4 Hubungan Kontrasepsi Injeksi 3 Bulan terhadap Siklus Menstruasi

Kontrasepsi injeksi adalah metode yang paling diminati, baik per 1 bulan atau per 3 bulan. Meskipun jenis kontrasepsi paling diminati karena efektivitasnya, pemberian kontrasepsi suntik yang semakin lama atau lebih rutin setiap 3 bulan akan mempengaruhi estrogen dalam tubuh sehingga menimbulkan efek samping. Salah satu efek samping dari kontrasepsi suntik adalah gangguan haid. Sejumlah faktor bisa meningkatkan kemungkinan siklus haid yang tidak teratur. Kebanyakan berhubungan dengan produksi hormon. Dua hormon yang memengaruhi menstruasi adalah estrogen dan progesteron. Seorang pengguna kontrasepsi dikatakan mengalami gangguan haid jika terjadi perubahan siklus, pola, dan durasi haid. Durasi penggunaan kontrasepsi injeksi DMPA \leq 1 tahun proporsi responden yang mengalami gangguan haid bercak lebih besar (50%) dibandingkan gangguan haid lainnya dan untuk durasi penggunaan kontrasepsi injeksi DMPA $>$ 1 tahun responden yang mengalami gangguan haid amenore (tidak adanya mhaid selama 3 bulan) lebih besar (92,9%) dibandingkan gangguan menstruasi lainnya. Hasil penelitian ini dapat dirangkum bahwa gangguan haid paling sering dialami

oleh responden yang menggunakan kontrasepsi injeksi suntik tiga bulan selama lebih dari 1 tahun sebanyak 56 responden (Wanjaya, 2020)

Salah satu efek samping dari penggunaan kontrasepsi hormonal suntik adalah perubahan siklus haidnya, dan biasanya, siklus haid akan kembali normal setelah berhenti digunakan selama kurang lebih 3-6 bulan. Efek samping lain yang dapat terjadi karena penggunaan kontrasepsi suntik adalah tidak adanya haid setidaknya selama tiga bulan (amenore), dan perdarahan bercak dapat terjadi. Biasanya, siklus haid disebabkan oleh produksi hormon estrogen dalam tubuh yang cukup. Setiap orang memiliki pengaruh yang berbeda terhadap kerja hormon estrogen dalam tubuh, sehingga siklus haid setiap orang berbeda. Faktor lain yang mempengaruhi perubahan siklus haid dalam penggunaan akseptor injeksi kontrasepsi hormonal adalah kondisi psikologis, aktivitas fisik, usia, dan komorbiditas. Beberapa gangguan haid juga menyebabkan sakit perut saat menstruasi, haid terlambat atau haid tidak teratur, dan haid yang lama. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa responden lebih sering mengalami gangguan siklus haid akibat penghentian penggunaan kontrasepsi suntik. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi oral mengurangi panjang dan aliran haid. (Kurniawati & Latifah, 2022).

2.2 Kerangka Konsep



Gambar 2.6 Kerangka Konsep

2.3 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada fakta fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik (Prof. Dr. Sugiyono, 2021).

Ho: Tidak ada hubungan kepatuhan kunjungan ulang dengan siklus haid pada akseptor KB suntik tiga bulan di PMB Riningsih Hidayati

Ha: Ada hubungan kepatuhan kunjungan ulang dengan siklus haid pada akseptor KB suntik tiga bulan di PMB Riningsih Hidayati