

BAB 2

TINJAUAN TEORI

2.1 Konsep Teori

2.1.1 Kontrasepsi KB Suntik 3 Bulan

2.1.1.1. Definisi KB Suntik 3 Bulan

Definisi KB Suntik Salah satu jenis kontrasepsi efektif yang menjadi pilihan dan merupakan salah satu bagian dari program KB Nasional saat ini adalah KB suntik. Suntikan tiga bulanan adalah jenis KB suntik dan merupakan salah satu alat kontrasepsi yang sangat efektif, tidak mengganggu senggama atau hubungan suami istri, dan aman. Syarat syarat yang harus dipenuhi oleh suatu metode kontrasepsi yang baik adalah aman, dapat diandalkan, sederhana, murah dapat diterima oleh orang banyak, pemakaian jangka panjang, namun sampai saat ini belum ada suatu metode kontrasepsi yang benar benar 100 persen ideal.

2.1.1.2. Tujuan KB

- a. Mengatur jarak kehamilan yang di inginkan.
- b. Menjaga kesehatan dan menjaga angka kematian ibu dan bayi.
- c. Meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak dalam mewujudkan keluarga kecil yang bahagia dan sejahtera.

2.1.1.3. Kandungan KB Suntik 3 Bulan

Kontrasepsi DMPA atau kontrasepsi yang di berikan 3 bulan sekali dengan di suntik secara intramuscular (di bokong). Kandungan dari kontrasepsi DMPA atau KB suntik 3 bulan yaitu Depo Medroksiprogesteron Asetat mengandung 150 mg.

2.1.1.4. Efek Samping KB Suntik 3 Bulan

a. Gangguan siklus haid

Tidak mengalami haid, pendarahan berupa tetesan/bercak-bercak, pendarahan di luar siklus haid dan pendarahan haid yang lebih lama dan lebih banyak dari biasanya. Hal ini disebabkan karena ketidakseimbangan hormon sehingga endometrium mengalami perubahan histologi. Keadaan amenorea disebabkan atrofi endometrium.

1) Gejala/keluhan

- a) Tidak mengalami haid (*amenorhea*)
- b) Perdarahan berupa tetesan/bercak-bercak (*spotting*)
- c) Perdarahan di luar siklus haid
- d) Perdarahan haid yang lebih lama dan lebih banyak dari pada biasanya

2) Penyebab

Karena adanya perubahan-perubahan dalam kadar hormon atau histologi endometrium. Keadaan amenorrhea disebabkan oleh atrofi endometrium

3) Penanggulangan dan pengobatan

a) KIE

- 1. Menjelaskan sebab terjadinya.
- 2. Menjelaskan bahwa hal tersebut bukanlah masalah yang serius dan biasanya tidak memerlukan pengobatan.

3. Menjelaskan bahwa gejala tersebut dalam rangka penyesuaian diri dan bersifat sementara.

b) Tindakan medis

1. Amenorrhea, tidak perlu tindakan apapun, cukup konseling saja, bila klien tidak dapat menerima kelainan tersebut, suntikan jangan dilanjutkan. Anjurkan untuk memakai jenis kontrasepsi yang lain.
2. Diberikan tablet estradiol 25mg 3 x 1 tablet selama 3 hari atau 1 tablet pil oral kombinasi per hari untuk 14 hari
3. Spotting, diberikan pil KB 3 x 1 tablet perhari selama 7 hari, pemberian ibuprofen 500 mg 3 x 1 selama 5 hari

b. Perubahan berat badan

1) Gejala

- a) Kenaikan berat badan rata-rata untuk setiap tahun bervariasi antara 1-2 kg).
- b) Kenaikan berat badan rata-rata juga bervariasi antara 1-5 kg (Hartanto,. Hal.171).

2) Penyebab

Kenaikan berat badan, kemungkinan disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak dibawah kulit bertambah, selain tu hormon progesteron juga merangsang pusat pengendali nafsu makan

bertambah dan bukan karena retensi cairan tubuh. Sehingga berat badan bertambah (Hartanto, 2004).

3) Penanggulangan dan pengobatan

- a) KIE, Jelaskan sebab terjadinya perubahan berat badan. penambahan berat badan bersifat sementara dan individu (tidak terjadi pada semua pemakai suntikan, tergantung reaksi tubuh wanita itu terhadap metabolisme progesteron).
- b) Tindakan medis, anjurkan untuk diet rendah kalori dan olahraga yang proporsional untuk menjaga berat badannya

2.1.1.5. Indikasi

Indikasi pemakaian kontrasepsi suntik antara lain jika klien menghendaki pemakaian kontrasepsi jangka panjang, atau klien telah mempunyai cukup anak sesuai harapan, tapi saat ini belum siap. Kontrasepsi ini juga cocok untuk klien yang menghendaki tidak ingin menggunakan kontrasepsi setiap hari atau saat melakukan senggama. Indikasi penggunaan KB suntik sebagai berikut :

- a. Usia produktif
- b. Nullipara yang telah memiliki anak
- c. Menghendaki kontrasepsi jangka panjang dan yang memiliki efektifitas tinggi
- d. Menyusui dan membutuhkan kontrasepsi yang sesuai
- e. Setelah abortus atau keguguran
- f. Setelah melahirkan dan tidak menyusui

- g. Anemia defisiensi besi
- h. Tidak dapat memakai kontrasepsi yang mengandung estrogen
- i. Sering lupa memakai pil
- j. Mendekati usia menopause yang tidak mau atau tidak boleh menggunakan pil kombinasi

2.1.1.6. Kontraindikasi

Klien dengan kontraindikasi pemakaian estrogen, dan klien yang sedang menyusui. Klien yang mendekati masa menopause, atau sedang menunggu proses sterilisasi juga cocok menggunakan kontrasepsi suntik. Kontraindikasi KB suntik sebagai berikut :

- a. Hamil atau dicurigai hamil
- b. Tidak dapat menerima terjadinya gangguan haid terutama amenorrhea
- c. Perdarahan pervaginam yang belum jelas penyebabnya
- d. Riwayat kanker payudara
- e. Diabetes melitus yang disertai dengan komplikasi

2.1.1.7. Keuntungan

Keuntungan dari kontrasepsi suntik ini adalah mencegah kehamilan jangka panjang, tidak mengandung estrogen tidak berdampak buruk pada penyakit jantung dan pembekuan darah, tidak berpengaruh pada hubungan seksual, dan tidak mempengaruhi ASI.

2.1.1.8. Kerugian

Kerugian dari kontrasepsi ini adalah tidak praktis karena melalui suntikan setiap 1 bulan atau 3 bulan. Gangguan perdarahan lebih banyak

dijumpai. Efek samping yang sangat tidak nyaman di rasakan dan kontrasepsi jenis suntik juga bisa di gunakan sebagai kontrasepsi jangka panjang, efek samping lainnya seperti gangguan menstruasi, terlambatnya kembali kesuburan, kenaikan berat badan, timbulnya jerawat, pada pemakaian jangka panjang dapat kepadatan tulang atau densitas.

2.1.2 Konsep Berat badan

2.1.2.1. Definisi Berat Badan

Berat badan merupakan ukuran antropometri yang terpenting yang digunakan sebagai ukuran laju pertumbuhan fisik, disamping itu berat badan digunakan sebagai ukuran perhitungan dosis obat dan makanan. Berat badan menggambarkan jumlah dari protein, lemak, air, dan mineral pada tulang. Berat badan merupakan parameter yang baik dan pilihan untuk melihat dalam waktu singkat perubahan konsumsi makanan dan kesehatan. Perubahan berat badan adalah berubahnya ukuran berat, baik bertambah atau berkurang akibat dari konsumsi makanan yang diubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Perubahan berat badan dibagi menjadi :

- a. Berat badan meningkat atau naik jika hasil penimbangan berat badan lebih besar dibandingkan dengan berat badan sebelumnya.
- b. Berat badan menurun jika hasil penimbangan berat badan lebih rendah dibandingkan berat badan sebelumnya.

2.1.2.2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Berat Badan

Perubahan berat badan dipengaruhi oleh beberapa faktor. Secara umum faktor tersebut dapat dibagi atas dua golongan besar yaitu faktor internal dan faktor eksternal :

- a. Faktor internal adalah faktor yang dapat mempengaruhi berat badan seseorang dan bersumber dari atau pada tubuh, terbagi 3 bagian yaitu usia, kejiwaan dan hereditas. Usia tertentu akan sejalan dengan bertambahnya grafik umur. Aspek kejiwaan (psikologis) juga dominan dalam mempengaruhi kerja metabolisme di dalam tubuh. Hereditas dapat terjadi jika dalam suatu keluarga timbul sifat dominasi dalam hal menurunkan bentuk fisik keturunannya.
- b. Faktor eksternal adalah semua faktor yang dapat berpengaruh terhadap perubahan berat badan secara langsung dan bersumber dari luar tubuh.
 - 1) Makanan, aneka jenis makanan yang dikonsumsi sehari-hari sangat berguna dalam proses pertumbuhan berat badan.
 - 2) Aktivitas fisik berperan penting dalam mencegah penambahan berat badan. Aktivitas fisik dalam waktu beberapa minggu ataupun beberapa bulan dapat menurunkan berat badan lebih banyak dibanding yang hanya membatasi asupan kalori. Seseorang dengan berat badan berlebih atau kegemukan agar mengurangi asupan kalori sebesar 500 kalori daripada melakukan aktivitas fisik untuk membakar 500 kalori setiap hari. Banyaknya aktivitas fisik dapat membakar kalori sehingga berat badan lebih terjaga. Penelitian

menunjukkan bahwa orang yang telah kehilangan lebih dari 50 pon (23 kilogram)-atau lebih dari lima persen berat badan dan berhasil mempertahankan selama lebih dari dua tahun, melakukan aktifitas fisik dengan kadar yang cukup tinggi. Banyak orang perlu melakukan lebih dari 300 menit kegiatan berintensitas sedang per minggu untuk mencegah naiknya kembali berat badan.

- 3) Factor Genetik, penelitian yang dilakukan oleh Sekolah Medis Universitas Boston menemukan bahwa gen bernama INSIG2 bertanggung jawab terhadap obesitas. Gen INSIG2 bertanggung jawab dalam sintesis asam lemak dan kolesterol. Beberapa produk protein dari Varian gen INSIG2 memiliki daya inhibisi yang rendah sehingga orang-orang dengan varian gen ini akan cenderung lebih banyak menumpuk lemak di dalam tubuhnya. Sekitar 1 dari sepuluh orang (10%) diduga membawa varian gen ini.
- 4) Metabolisme, metabolisme secara singkat adalah proses pengolahan (pembentukan dan penguraian) zat-zat yang diperlukan oleh tubuh untuk menjalankan fungsinya. Metabolisme lemak merupakan salah satu faktor penentu dalam diet. Seseorang dapat meningkatkan pembakaran lemak dengan meningkatkan massa otot di dalam tubuh. Ketika massa otot meningkat, metabolisme makanan akan meningkat.
- 5) Gangguan Emosi, gangguan emosi merupakan sebab terpenting obesitas pada remaja. Pada anak yang bersedih hati dan memisahkan

diri dari lingkungannya timbul rasa lapar yang berlebihan sebagai kompensasi terhadap masalahnya. Adanya kebiasaan makanan yang terlampau banyak akan menghilang dengan menyembuhkan gangguan emosi yang dideritanya

2.1.3 Hubungan KB Suntik 3 Bulan dengan Kenaikan Berat Badan

Wanita yang menggunakan kontrasepsi Depomedroxy progesterone acetate (DMPA) atau dikenal KB suntik tiga bulan, rata-rata mengalami peningkatan berat badan sebanyak 11 pon atau 5,5 kilogram dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu tiga tahun pemakaian. Efek samping utama pemakaian DMPA adalah kenaikan berat badan.

Sebuah penelitian melaporkan peningkatan berat badan lebih dari 2,3 kilogram pada tahun pertama dan selanjutnya meningkat secara bertahap hingga mencapai 7,5 kilogram selama enam tahun. Sedangkan pemakaian cyclofem berat badan meningkat rata-rata dua hingga tiga kilogram tahun pertama pemakaian, dan terus bertambah selama tahun kedua (Varney, 2007).

Penyebab pertambahan berat badan karena bertambahnya lemak tubuh dan bukan karena retensi cairan tubuh. Kontrasepsi DMPA (depomedroxy progesteron acetat) merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus menyebabkan akseptor makan lebih banyak (Hartanto, 2010).

Pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor KB suntik akibat pengaruh hormonal dalam KB suntik

sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada di hipotalamus. Nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi dirubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit.

Perubahan berat badan akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Mansjoer, 2013). Efek samping utama pemakaian kontrasepsi suntik adalah kenaikan berat badan. Hasil penelitian menunjukkan kenaikan berat badan selama penggunaan DMPA, hal ini disebabkan kontrasepsi suntik mengandung hormon progesteron dan estrogen yang merangsang pusat nafsu makan yang ada di hipotalamus. Bertambahnya nafsu makan maka karbohidrat yang dikonsumsi dan tidak diubah dalam bentuk energi maka dirubah menjadi lemak yang menyebabkan penumpukan lemak dan menyebabkan berat badan bertambah.

Depo provera ialah 6-alfa-medroksiprogesteron yang digunakan dengan tujuan kontrasepsi perenteral mempunyai efek progestagen yang kuat dan sangat efektif. Dalam penggunaan jangka panjang DMPA (hingga dua tahun) turut memicu terjadinya peningkatan berat badan, kanker, kekeringan pada vagina, gangguan emosi, dan jerawat karena penggunaan hormonal yang lama dapat mengacaukan keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal. Bila sudah dua tahun, kita harus pindah ke sistem KB yang lain, seperti KB kondom, spiral, atau kalender. Kenaikan berat badan, disebabkan karena hormon progesteron mempermudah

perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian suntikan dapat menyebabkan berat badan bertambah. Penambahan berat badan yang terjadi merupakan efek samping pada kontrasepsi suntik, efek samping ini merupakan penyesuaian tubuh terhadap perubahan hormon sehingga kemungkinan penambahan berat badan yang terjadi tidak berlangsung lama (Kemenkes 2014). Alat kontrasepsi hormonal suntik DMPA yaitu alat kontrasepsi yang mengandung hormon progesteron, yang dapat merangsang pusat pengendalian nafsu makan di hipotalamus sehingga menyebabkan terjadinya peningkatan berat badan akseptor. Pola makan dapat dikendalikan dengan memilih responden yang mempunyai pola makan yang teratur dikarenakan efek dari hormon progesteron disini dapat meningkatkan nafsu makan. Penggunaan alat kontrasepsi hormonal dapat menimbulkan berbagai efek samping yang salah satu di antaranya adalah perubahan berat badan akseptor. Hormon progesteron juga mempermudah terjadinya perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah jaringan kulit bertambah. Penambahan berat badan merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan oleh akseptor kontrasepsi hormonal terutama kontrasepsi hormonal suntik KB Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA).

2.1.4 Lama Pemakaian KB Suntik 3 Bulan

KB suntik merupakan suatu metode dari kontrasepsi yang diberikan melalui suntikan. Ini merupakan metode yang mendapatkan peminat yang paling tinggi karena dianggap sebagai cara yang aman, lebih efektif, lebih simpel, tidak mengakibatkan efek samping yaitu tidak mengganggu produksi ASI, serta dapat digunakan pasca melahirkan. Metode dari KB suntik adalah dengan menyuntikkan cairan yang berupa hormon progesteron yang diberikan secara periodik kepada seorang wanita. Setelah disuntikkan, cairan yang berisi hormon progesteron tersebut akan masuk ke dalam pembuluh darah lalu secara bertahap akan diserap oleh tubuh guna mencegah kehamilan. Cara kerja dari KB suntik adalah dengan cara mencegah bertemunya sel telur dengan sperma yaitu dengan jalan menghentikan keluarnya sel telur dari indung telur dengan tujuan untuk menghalangi terjadinya ovulasi. Hal ini akan menyebabkan lendir vagina menjadi lebih kental, sehingga dapat membantu untuk menghalangi sperma masuk ke dalam rahim.

Efek dari Lama pemakaian KB Suntik 3 bulan dapat menyebabkan efek samping seperti menurunkan kepadatan tulang di karenakan penggunaan kontrasepsi KB suntik dalam jangka waktu yang lama akan dapat menyebabkan terjadinya penipisan pada tulang yang pada akhirnya akan berdampak pada penurunan kepadatan tulang (osteoporosis), serta penyuntikan hormon progesteron bisa mengakibatkan pengentalan lendir pada vagina. Selain itu, juga dapat mengubah makanan yang mengandung karbohidrat menjadi lemak yang sulit bereaksi terhadap air. Hal ini berarti bahwa orang yang memiliki penumpukan lemak di badan cenderung memiliki kadar air yang

sedikit dalam tubuhnya. Kondisi ini serupa saat hormon progesteron disuntikkan ke tubuh. Hal tersebut dapat menyebabkan efek samping vagina menjadi kering dan dapat menimbulkan rasa sakit pada saat melakukan hubungan seksual. Dan bisa disebabkan juga oleh faktor – faktor lain seperti status gizi, penyakit, usia, psikologi dan adanya gangguan hormonal. (RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten, 2022).

2.2 Hipotesis

Definisi hipotesis menurut (Sugiyono, 2018) dalam bukunya Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D merupakan suatu jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan.

2.2.1 Hipotesis Kerja (H_a)

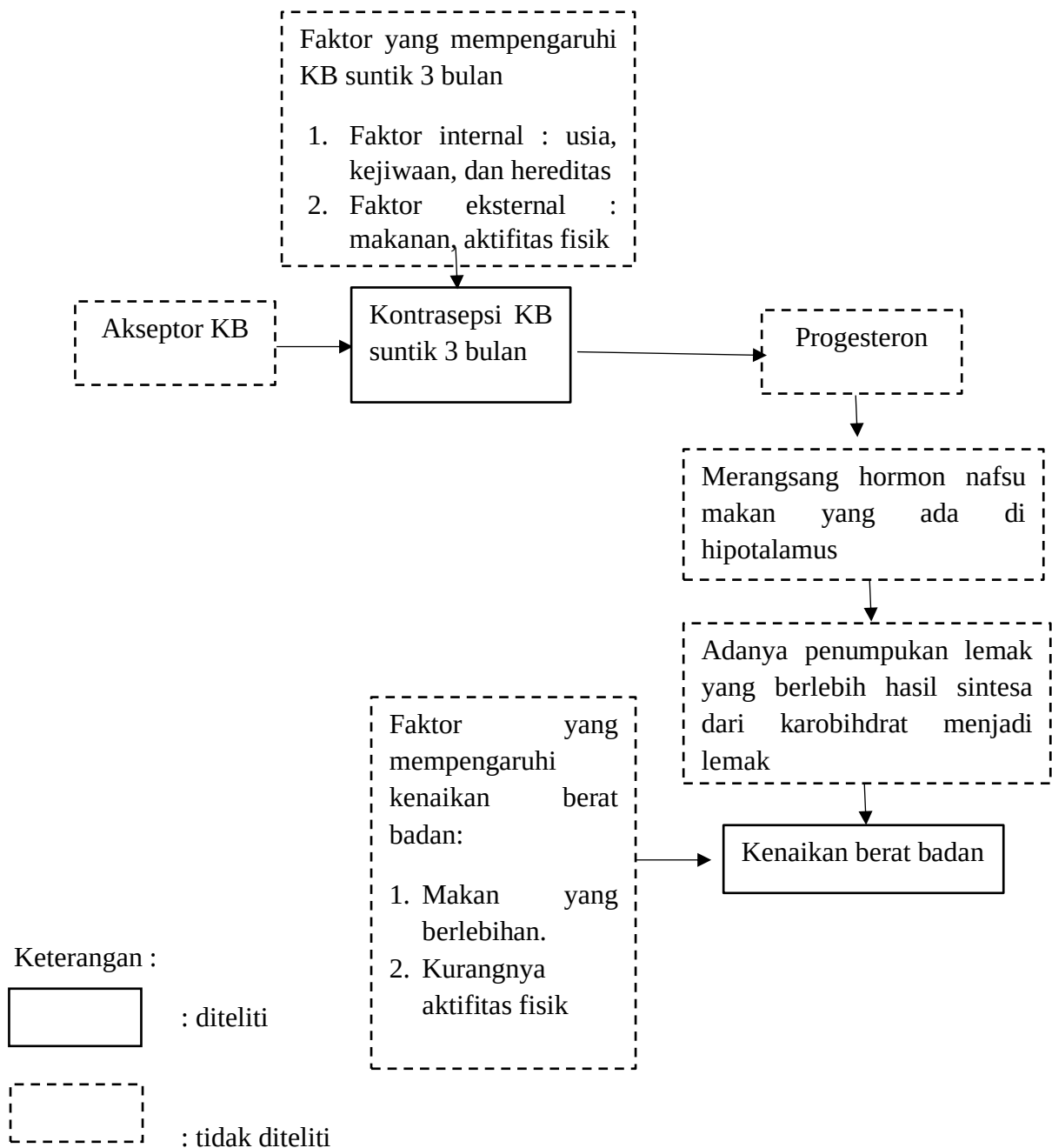
Hipotesis Alternatif (H_a) merupakan pernyataan yang sama dengan parameter populasi yang sama dengan yang digunakan dalam hipotesis nol. Biasanya hipotesis ini merupakan pernyataan yang menyatakan bahwa parameter populasi tersebut memiliki nilai yang berbeda dari pernyataan yang telah disebutkan dalam hipotesis nol (Sugiyono, 2018). Hipotesis kerja pada penelitian ini adalah adakah Hubungan lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan.

2.2.2 Hipotesis Nihil (H_0)

Hipotesis nihil (H_0) merupakan hipotesis yang di uji. Biasanya, hipotesis ini merupakan pernyataan yang menunjukkan bahwa suatu parameter populasi memiliki nilai tertentu. Hipotesis nol biasa dinyatakan dengan kata-

kata “tidak ada Hubungan (Sugiyono, 2018). Hipotesis nihil pada penelitian ini adalah tidak ada hubungan lama penggunaan KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan ibu.

2.3 Kerangka Konsep



Gambar 2. 1 Kerangka Konsep