

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluarga berencana mengacu pada upaya sadar oleh pasangan untuk merencanakan atau menjarangkan jumlah anak melalui penggunaan metode kontrasepsi. Tercatat bahwa keluarga berencana sangat penting untuk mencegah kehamilan yang tidak diinginkan dan aborsi yang tidak aman yang pada akhirnya berkontribusi pada pengurangan kematian ibu dan anak (Widnyaningsih, 2021).

Berdasarkan laporan BPS tahun 2024, persentase wanita usia 15–49 tahun berstatus menikah yang sedang menggunakan alat kontrasepsi berada pada angka 55,06% pada 2021, meningkat menjadi 55,36% pada 2022, dan 55,49% pada 2023. Walaupun terdapat sedikit peningkatan, capaian ini masih lebih rendah dibandingkan periode 2009–2014 yang mencapai lebih dari 60% secara nasional (Badan Pusat Statistik (BPS), 2024).

Menurut Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, dan KB Provinsi Jawa Barat, persentase wanita usia produktif berstatus kawin yang sedang memakai KB di Jawa Barat sekitar 57,56%. Ketimpangan penggunaan KB pada Provinsi Maluku hanya mencapai 34,44%, Papua Barat 29,63%, dan Papua 21,2%, jauh di bawah rata-rata nasional. Di sisi lain, pola pemilihan metode kontrasepsi menunjukkan dominasi metode jangka pendek, terutama suntikan (63,7%) dan pil (17,0%), yang secara total mencakup lebih dari 80% peserta KB aktif di Indonesia, meskipun efektivitasnya lebih rendah

dibandingkan metode jangka panjang seperti IUD dan implant, Penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan menjadi salah satu metode yang paling banyak dipilih, tetapi sering dikaitkan dengan keluhan efek samping, termasuk kenaikan berat badan (Rima Eka Pratiwi et al., 2023).

Data Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah menunjukkan bahwa di Kabupaten Cilacap, sekitar 83,7 % pasangan usia subur telah menjadi peserta KB aktif, dengan 48,3 % memilih metode kontrasepsi suntik sebagai metode utama diikuti pil (17,4 %) dan implan (17,1 %). Dominasi metode suntik ini menegaskan bahwa kontrasepsi suntik jangka tiga bulan merupakan pilihan yang signifikan di wilayah penelitian. Pemilihan metode kontrasepsi suntik menjadikan metode yang paling dominan digunakan oleh akseptor KB dibandingkan dengan metode kontrasepsi lainnya. Sehingga akan lebih banyak akseptor KB yang mendapatkan efek samping dari KB suntik (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2023).

Kontrasepsi suntik tiga bulan yang mengandung DMPA (Depo-Medroxyprogesterone Acetate) atau dikenal sebagai Depo-Provera merupakan metode hormonal yang banyak dipilih karena tingkat efektivitasnya tinggi, biaya relatif ekonomis, serta kemudahan dalam penggunaannya. Meskipun demikian, metode ini tidak terlepas dari berbagai efek samping yang cukup sering dilaporkan oleh akseptor. Berdasarkan laporan World Health Organization dan sejumlah hasil penelitian, pengguna kontrasepsi suntik tiga bulan kerap mengalami gangguan pola menstruasi, seperti spotting, perdarahan tidak teratur, hingga amenore. Selain itu, beberapa keluhan sistemik juga dapat

muncul, antara lain sakit kepala, pusing, perubahan suasana hati, serta penurunan kepadatan tulang apabila digunakan dalam jangka panjang (Yesus et al., 2024).

Peningkatan berat badan pada pengguna kontrasepsi suntik, khususnya Depo Provera, berdasarkan hasil penelitian Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, menunjukkan rata-rata kenaikan sekitar 2,3–2,9 kg per tahun. Kenaikan ini dipengaruhi oleh efek hormon progesteron yang menstimulasi pusat pengatur nafsu makan di hipotalamus, sehingga peningkatan asupan makanan. Asupan berlebihan menyebabkan surplus zat gizi dalam tubuh. Di bawah pengaruh progesteron, kelebihan zat gizi tersebut dikonversi menjadi jaringan lemak dan disimpan di lapisan subkutan. Penambahan berat badan terjadi akibat akumulasi lemak hasil proses sintesis, terutama dari karbohidrat yang diubah menjadi lemak. Selain itu, penggunaan kontrasepsi suntik juga dapat menimbulkan retensi cairan akibat efek progestin atau estrogen, yang berkontribusi pada peningkatan lemak subkutan, terutama di area pinggul, paha dan payudara (Sri Wahyuni et al., 2022).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 Februari 2026 di TPMB N terhadap 10 akseptor KB suntik 3 bulan menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor dengan lama pemakaian lebih dari 12 bulan mengalami keluhan efek samping berupa kenaikan berat badan. Dari enam akseptor yang menggunakan KB suntik 3 bulan lebih dari 12 bulan, lima di antaranya menyatakan bahwa mereka mengalami peningkatan berat badan yang dirasakan cukup mengganggu aktivitas harian maupun kepercayaan diri. Sementara itu,

akseptor dengan pemakaian kurang dari 6 bulan tidak melaporkan keluhan yang sama dalam jumlah yang signifikan. Temuan awal ini mengindikasikan adanya kecenderungan bahwa semakin lama penggunaan KB suntik 3 bulan, semakin besar kemungkinan terjadinya kenaikan berat badan, sehingga menjadi dasar bagi peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan kenaikan berat badan berdasarkan lama pemakaian.

Penelitian pada akseptor KB DMPA di Jombang dan Lampung juga memperkuat bukti adanya hubungan tersebut. Penelitian di TPMB Ny. "S", Jombang, menemukan bahwa 80,2% akseptor mengalami peningkatan berat badan dengan uji chi-square menunjukkan $p = 0,002$, yang menandakan hubungan signifikan antara penggunaan DMPA dan kenaikan berat badan. Demikian pula penelitian di PMB Ekawati, Lampung, menemukan bahwa pemakaian DMPA lebih dari satu tahun berpeluang 2,8 kali lebih besar menyebabkan peningkatan berat badan dibandingkan pemakaian kurang dari satu tahun ($p = 0,001$). Keseluruhan bukti ini menegaskan bahwa penggunaan KB suntik 3 bulan berhubungan erat dengan peningkatan berat badan pada akseptor (Yesus et al., 2024; Yulivantina et al., 2024).

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 kurang percaya diri terhadap lingkungan, akibatnya gangguan body image. Body image sebagai bagian dari citra diri, mempunyai pengaruh terhadap bagaimana cara seseorang melihat dirinya. Merasa minder, tidak nyaman dan canggung dengan tubuh yang

gemuk. Kenaikan berat badan dapat mempengaruhi penampilan, persepsi negatif pada tubuh (kenaikan berat badan). Bila berat badan yang berlebih akan berdampak pada kesehatan antara lain Osteoarthritis (peradangan sendi karena degenerasi) pada sendi yang menopang berat badan seperti lutut, pinggul, dan tulang belakang dan tekanan darah tinggi (hipertensi) sehingga bisa menimbulkan penyakit jantung, diabetes mellitus (Rizati, 2019).

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Tempat Praktik Mandiri Bidan N Kabupaten Cilacap Tahun 2026”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Adakah Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Tempat Praktik Mandiri Bidan N Kabupaten Cilacap Tahun 2026?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan peningkatan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan Di Tempat Praktik Mandiri Bidan N Kabupaten Cilacap Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Gambaran karakteristik Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Tempat Praktik Mandiri Bidan N Kabupaten Cilacap Tahun 2026.
- b. Menganalisis Hubungan Usia Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Tempat Praktik Mandiri Bidan N Kabupaten Cilacap Tahun 2026.
- c. Menganalisis Hubungan Paritas Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Tempat Praktik Mandiri Bidan N Kabupaten Cilacap Tahun 2026.
- d. Menganalisis Hubungan Status gizi Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Tempat Praktik Mandiri Bidan N Kabupaten Cilacap Tahun 2026.
- e. Menganalisis Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB Di Tempat Praktik Mandiri Bidan N Kabupaten Cilacap Tahun 2026.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini berfokus pada analisis hubungan faktor-faktor dengan peningkatan berat badan akseptor KB Di Tempat Praktik Mandiri Bidan N Kabupaten Cilacap. Penelitian ini mencakup pengambilan data sekunder melalui register akseptor KB suntik 3 bulan selama tahun 2025 dan data primer untuk menimbang langsung. Variabel yang dianalisis terdiri dari kenaikan berat badan sebagai variabel dependen dan faktor-faktor sebagai variabel independen. Penelitian ini dibatasi pada akseptor KB suntik 3 bulan

yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, serta tidak mencakup jenis kontrasepsi lainnya.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Bagi Institusi Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi bagi TPMB N dalam meningkatkan kualitas pelayanan KB. Temuan penelitian ini juga dapat digunakan sebagai dasar dalam penyusunan program konseling yang lebih komprehensif bagi akseptor KB.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini memberikan informasi ilmiah mengenai hubungan antara lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan, sehingga dapat membantu tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi yang tepat kepada akseptor mengenai potensi efek samping, pencegahan, serta pemantauan berat badan selama penggunaan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi atau dasar pembanding untuk penelitian lanjutan terkait efek samping ini.

F. Keaslian penelitian

Tabel 1 Keaslian Penelitian Keaslian Penelitian

| No | Judul (Nama dan Tahun) | Metode | Hasil | Persamaan dan perbedaan |
|----|--|---|---|---|
| 1. | Hubungan Pemakaian Kb Suntik 3 Bulan dengan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor : Studi Literatur (Rima Eka Pratiwi et al., 2023) | Metode literature review dengan sumber data yaitu data skunder yang di akses dalam Google Scholar dan PubMed. Analisis penelitian ini didapatkan dari 10 jurnal | Penyebab kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan. Kenaikan berat badan yang dialami ini tidak selalu terjadi karena pemakaian KB suntik 3 bulan, tergantung reaksi metabolisme tubuh akseptor terhadap hormon progesterone. | Persamaan: Topik bahasan dalam penelitian Perbedaan: analisis data, prosedur penelitian |
| 2. | Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Perubahan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Terawan. (Fatmawati et al., 2023) | Penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional | Hasil analisis bivariat menggunakan uji chi square dari 45 sampel terdapat hubungan positif dan signifikan antara Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Perubahan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB dengan nilai P Value: 0,002 (<0,05). | Persamaan: Topik bahasan dalam penelitian Perbedaan: prosedur penelitian |
| 3 | Hubungan Efek Samping Dengan Kecemasan Akseptor KB Suntik 3 Bulan (Jujuren & Anwar, 2022) | Penelitian menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan cross sectional study. | Akseptor KB suntik 3 bulan dengan tidak memiliki efek samping (73.3%), dan tingkat kecemasan ringan (44.0%). Terdapat hubungan yang signifikan antara efek samping dan tingkat kecemasan akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bulango Selatan (p = 0.001). | Variabel penelitian sama yaitu Akseptor KB Suntik 3 Bulan Karakteristik sampel penelitian yang berbeda. Teknik pengumpulan data yang berbeda. |

| No | Judul (Nama dan Tahun) | Metode | Hasil | Persamaan dan perbedaan |
|----|---|--|---|---|
| 4 | Hubungan Kenaikan Berat Badan, Siklus Menstruasi dan Emosional dengan Penggunaan Suntik KB 3 Bulan di BPM Lia Amelia (Amelia, 2023) | Penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional dan menggunakan metode deskriptif analisis. Penelitian ini menggunakan metode analisis Univariat dan analisis Bivariat adalah uji <i>Chi-Square</i> . | Ada hubungan antara siklus menstruasi dengan penggunaan suntik KB 3 bulan dengan <i>P-Value</i> 0,001 dan OR 10.370. Ada hubungan yang bermakna antara emosional dengan penggunaan suntik KB 3 bulan dengan <i>P-Value</i> 0,000 dan OR 30.769. Efek samping yang paling dominan dalam penggunaan KB Suntik 3 Bulan adalah terjadinya kenaikan berat badan. | Persamaan pada metode penelitian. Perbedaan pada karakteristik responden dan variabel penelitian |
| 5 | Perubahan Berat Badan Aseptor Kb Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Kota Karang: Survei Analitik. (Antari et al., 2024) | Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional. | Hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami kenaikan berat badan sebesar 69% dengan jumlah kenaikan berat ≥ 5 kg berjumlah 9 orang (31,1 %), 3-4 kg berjumlah 6 orang (20,7%) dan 1-2 kg sebesar 5 orang (17,2%). | Persamaan variabel penelitian. Perbedaan metode penelitian yang digunakan, teknik pengambilan sampel. |