

# PERBEDAAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) AKSEPTOR KONTRASEPSI HORMONAL DAN NON HORMONAL PADA WANITA USIA SUBUR

Etika Purnama Sari

Akademi Keperawatan Adi Husada Surabaya

etikaps@gmail.com

## ABSTRAK

Penggunaan kontrasepsi hormonal dan non hormonal akan menimbulkan efek samping. Efek samping yang sering yaitu kenaikan berat badan dan Indeks Massa Tubuh (IMT). Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui adanya perbedaan Indeks Massa tubuh dengan penggunaan alat kontrasepsi hormonal dan non hormonal pada wanita usia subur. Desain penelitian yang digunakan adalah analitik dengan jenis komparasi. Teknik sampling yang digunakan yaitu *simple random sampling*. Penelitian ini menggunakan variabel tunggal yaitu Indeks Massa Tubuh (IMT), Jumlah sampel 46 wanita usia subur di RT 1-4 Kelurahan Kapasan Kecamatan Simokerto dengan kelompok kontrasepsi hormonal 23 responden dan non hormonal 23 responden. Penelitian ini dilakukan dengan mengukur tinggi badan dan berat badan responden. Hasil yang didapatkan dari pengguna kontrasepsi hormonal mengalami kelebihan berat badan sebesar 65%, obesitas 3% sedangkan untuk pengguna kontrasepsi non hormonal mengalami kelebihan berat badan sebesar 13% dan berat badan normal sebesar 87%. Berdasarkan Uji *Mann Whitney* didapatkan nilai *p-value* = 0,000 lebih rendah dari nilai signifikansi ( $\alpha < 0,05$ ). Membuktikan bahwa ada perbedaan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada wanita usia subur yang menggunakan kontrasepsi hormonal dan non hormonal. Kesimpulan dari hasil tersebut responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal mengalami peningkatan berat badan lebih besar dibanding responden yang menggunakan kontrasepsi non hormonal, karena penambahan hormone dapat merangsang peningkatan nafsu makan pada hipotalamus. Hal tersebut dapat dikendalikan dengan olahraga, diet sehat, mengontrol nafsu makan dan rutin mengukur berat badan setiap bulan.

**Kata kunci :** Kontrasepsi, Hormonal, Indeks massa tubuh

## ABSTRACT

*The use of hormonal and non hormonal contraceptives will cause side effects. Common side effects were weight gain and Body Mass Index (BMI). The purpose of this study to determine the differences in body mass index with the use of hormonal and non hormonal contraceptives in women of childbearing age. The research used was analytic with comparative design. The sampling technique used simple random sampling. This variables of this reasearch was Body Mass Index (IMT), the respondent were 46 reproductive women age in RT 1-4 Kelurahan Kapasan District Simokerto with hormonal contraceptive group 23 respondents and non hormonal 23 respondents. This study was conducted by measuring the height and weight of respondents. The results obtained from hormonal contraceptive users were overweight by 65%, obesity 3% while for non hormonal contraceptive users 13% overweight and 87% normal weight. Based on Mann Whitney's test, *p-value* = 0.000 is lower than significance value ( $\alpha < 0,05$ ). So there was a difference in Body Mass Index (BMI) in reproductive women age who use hormonal and non hormonal contraceptives. Conclusions from the results of the respondents who use hormonal contraceptive weight gain greater than respondents who use non hormonal contraceptives, because the addition of hormones can stimulate increased appetite in the hypothalamus. It can be controlled with exercise, healthy diet, appetite control and regular weight-checking every month.*

**Keywords:** Contraception, Hormonal, Body mass index

## PENDAHULUAN

Salah satu masalah terpenting yang dihadapi oleh Negara berkembang, seperti di indonesia yaitu ledakan penduduk. Ledakan penduduk mengakibatkan laju pertumbuhan

penduduk yang pesat, untuk mengatasi permasalahan tersebut pemerintah indonesia telah menerapkan progam keluarga berencana (KB) yang dimulai sejak tahun 1968 dengan mendirikan Lembaga Keluarga B erencana

Nasional (LKBN) yang kemudian dalam perkembangannya menjadi Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). Tujuan utama dari program KB nasional adalah untuk memberikan pelayanan KB dan kesehatan reproduksi yang berkualitas kepada masyarakat, menurunkan tingkat kematian ibu, bayi, anak serta penanggulangan masalah reproduksi dalam rangka membangun keluarga kecil berkualitas. Saat ini tersediaan alat kontrasepsi untuk program KB yang sudah digunakan di kalangan wanita usia subur yaitu metode kontrasepsi hormonal (pil, suntik, implan) dan metode kontrasepsi non hormonal (kondom, diafragma, kontap) <sup>1</sup>. Setiap metode yang dilakukan akan menimbulkan efek samping pada setiap pemakainya, efek samping yang sangat sering yaitu kenaikan berat badan sehingga akan mempengaruhi indeks massa tubuh (IMT) pemakainya. Perubahan berat badan yang terjadi membuat setiap wanita lebih teliti dalam pemilihan kontrasepsi yang akan digunakan <sup>2</sup>.

Secara nasional Pencapaian peserta KB sampai dengan bulan Februari 2015 sebanyak 1.032.054 peserta. Peserta KB yang menggunakan metode jangka panjang (IUD, implan, kontap) sebesar 178.011 peserta (17,25%) dan peserta KB yang menggunakan metode jangka pendek (suntik, pil, kondom) sebesar 854.043 peserta (82,75%).<sup>1</sup> Berdasarkan hasil survey awal di RW 4 RT 1 - 4 kecamatan simokerto dengan metode wawancara didapatkan 8 dari 10 wanita usia subur (80%) menggunakan metode kontrasepsi hormonal dan mengalami berat badan, sedangkan 2 dari 10 wanita usia subur (20%) menggunakan kontrasepsi non hormonal dan tidak mengalami perubahan berat badan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hartiti yang menjelaskan bahwa progesteron yang terkandung dalam kontrasepsi hormonal menyebabkan retensi garam dan natrium dalam tubuh sehingga mengikat air, hal ini juga menyebabkan massa tubuh bertambah sehingga berat badan juga bertambah <sup>3</sup>. Pengaruh pertambahan berat badan tidak hanya pada penggunaan kontrasepsi hormonal namun melibatkan banyak faktor seperti nutrisi, aktivitas fisik, usia, *body image*, depresi dan faktor genetik. Beberapa faktor tersebut mempengaruhi nafsu makan, sehingga nafsu makan yang tidak terkontrol dapat berakibat meningkatkan resiko peningkatan berat badan yang terus

menerus dan akhirnya menimbulkan obesitas. Efek samping pada obesitas yang terjadi dan tidak terkontrol akan meningkatkan resiko penyakit sistem kardiovaskuler terutama keluhan kesehatan terhadap tekanan darah yang tinggi dan keseimbangan kadar gula darah dalam tubuh juga akan mengalami gangguan <sup>4</sup>.

Untuk mengatasi dan mencegah permasalahan tersebut maka, keseriusan diri untuk menjaga kondisi fisik termasuk menjaga keidealannya berat badan sangatlah penting. Kegiatan olahraga rutin, menjaga pola makan dan istirahat yang cukup merupakan cara paling utama yang bisa dilakukan untuk pencegahan diri demi keselamatan dari ancaman penyakit – penyakit yang menyertai saat tubuh mengalami kelebihan berat badan atau obesitas, selain itu pemilihan alat kontrasepsi yang tepat sangat diperlukan sebagai usaha untuk mencegah terjadinya peningkatan berat badan pada wanita.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk mengetahui perbedaan Indeks Massa Tubuh (IMT) akseptor kontrasepsi hormonal dan non hormonal pada wanita usia subur di RT 1 – 4 Kelurahan Kapasan Kecamatan Simokerto Surabaya. Tujuan dari penelitian ini adalah Menjelaskan Perbedaan Indeks Massa Tubuh (IMT) akseptor kontrasepsi hormonal dan non hormonal pada wanita usia subur di RT 1 - 4 RW 4 Kelurahan Kapasan Kecamatan Simokerto Surabaya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan non eksperimental dengan desain penelitian analitik yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan perubahan berat badan akseptor hormonal dan non hormonal. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh masyarakat yang menggunakan kontrasepsi hormonal dan non hormonal masyarakat wanita usia subur yang menggunakan kontrasepsi hormonal atau non hormonal di RT 1 - 4 RW 4 kelurahan kapasan, kecamatan simokerto dengan jumlah populasi 48 responden. Dalam penelitian ini mendapatkan sampel akseptor kontrasepsi hormonal sebesar 23 responden dan akseptor kontrasepsi non hormonal sebesar 23 responden. pengambilan sampel yang digunakan yaitu probability sampling dengan

cara *simple random sampling* merupakan pemilihan sampel dengan seleksi secara acak dari semua populasi. Dalam pengumpulan data langkah pertama yang dilakukan oleh peneliti adalah melakukan survey pendahuluan dan menentukan populasi dalam penelitian, Langkah kedua peneliti memintat izin dari direktur Akper Adi Husada Surabaya, kemudian izin ke BAKESBANGPOL & LINMAS selanjutnya peneliti mengajukan permohonan kepada Kecamatan dan Kelurahan setelah itu peneliti mengajukan izin penelitian kepada ketua RT dan RW ditempat yang diteliti. Langkah ketiga yaitu melakukan pendekatan kepada responden dan menjelaskan tujuan dari penelitian sekaligus memberikan lembar persetujuan dengan menandatangani *informed concent* berdasarkan prinsip etis terhadap hak responden tanpa adanya unsur pemaksaan. Langkah keempat yaitu jika responden bersedia maka peneliti akan melakukan penelitian dengan melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan berdasarkan lembar observasi. Instrumen yang digunakan dalam mengumpulkan data penelitian ini adalah alat penimbang berat badan, dan alat ukur tinggi badan. Dari hasil pengukuran yang didapat akan dihitung untuk mengetahui Perbedaan IMT (Indeks Massa Tubuh) akseptor kontrasepsi hormonal dan non hormonal pada wanita usia subur di RT 1 - 4 RW 4 Kelurahan Kapasan Kecamatan Simokerto Surabaya. Setelah data diperoleh maka dilakukan pengolahan data yang meliputi: *editing, coding, scoring* dan tabulasi. Pada penelitian ini menggunakan uji statistik Mann – Whitney.

## HASIL

Tabel 1 Karakteristik responden (n = 23)

Data	Hormonal		Nonhormonal	
	f	%	f	%
<b>Umur</b>				
19-29	12	52	5	21
30-40	11	48	16	70
41-50	0	0	2	9
<b>Lama pakai</b>				
<2 bulan	0	0	3	13
>2 bulan	23	100	20	87
<b>Pendidikan</b>				
SD	2	9	0	0
SMP	5	21	5	21
SMA	16	70	17	75
PT	0	0	1	4

<b>Olahraga</b>				
tidak pernah	21	91	11	48
kadang	1	1	9	39
sering	1	1	3	13
<b>Pekerjaan</b>				
IRT	20	87	21	91
Dagang	3	13	1	4
Lain-lain	0	0	1	4

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa akseptor kontrasepsi hormonal sebagian besar digunakan oleh responden yang berumur 19 – 29 tahun dengan jumlah 52% dan kontrasepsi non hormonal sebagian besar digunakan oleh responden yang berumur 30 – 40 tahun dengan jumlah 70%.

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa akseptor kontrasepsi hormonal mayoritas penggunaannya lebih dari 2 bulan sebanyak 100% dan 87% untuk pengguna kontrasepsi non hormonal.

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal maupun non hormonal lulusan SMA dengan jumlah 70% dari akseptor kontrasepsi hormonal dan 75% dari akseptor kontrasepsi non hormonal.

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal tidak pernah melakukan olahraga sebesar 91% dan hampir sebagian besar responden akseptor kontrasepsi non hormonal tidak pernah melakukan olahraga sebesar 48%.

Berdasarkan tabel 1 menunjukan bahwa sebagian besar responden pengguna kontrasepsi hormonal maupun non hormonal memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (PRT) sebanyak 87% dari akseptor kontrasepsi hormonal dan 91% dari akseptor kontrasepsi non hormonal.

Tabel 2 Klasifikasi IMT (n = 23)

IMT	Hormonal		Nonhormonal	
	f	%	f	%
<b>Normal</b>	5	22	20	87
<b>Lebih</b>	15	65	3	13
<b>Obesitas</b>	3	13	0	0
<b>Hasil Uji Mann Whitney</b>	<b>0.000</b>			

Dari tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal memiliki Indeks Massa Tubuh yang masuk dalam kategori kelebihan sampai obesitas dengan jumlah 15 responden

(65%) dan responden yang menggunakan kontrasepsi non hormonal sebagian besar memiliki Indeks massa tubuh yang normal dengan jumlah 20 responden (87%). Hasil dari uji statistik mann whitney untuk menguji ada tidaknya perbedaan didapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,000$  lebih rendah dari nilai signifikasi ( $\alpha$ ) sebesar 0,05. Hal ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada wanita usia subur yang menggunakan kontrasepsi hormonal dan non hormonal, maka hipotesis (H1) dapat diterima.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari keseluruhan responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal sebesar 23 responden, 15 responden (65%) mempunyai berat badan yang berlebih, 3 responden (13%) mengalami obesitas dan 5 responden (22%) memiliki berat badan normal. Mekanisme kerja kontrasepsi hormonal yaitu melalui hipotalamus dan hipofisis, estrogen dapat menghambat pengeluaran *follicle stimulating hormone (FSH)* sehingga perkembangan dan pematangan folikel de graaf tidak terjadi. Disamping itu progesterone dapat menghambat pengeluaran *hormone luteinizing (LH)*. Estrogen mempercepat peristaltik tuba sehingga hasil konsepsi mencapai uterus – endometrium yang belum siap menerima implantasi. Progesteron yang terkandung dalam kontrasepsi hormonal menyebabkan retensi garam dan natrium dalam tubuh sehingga mengikat air, hal ini juga menyebabkan massa tubuh bertambah sehingga berat badan juga bertambah dan mempengaruhi nafsu makan, sehingga nafsu makan yang tidak terkontrol dapat berakibat meningkatkan resiko peningkatan berat badan yang terus menerus dan akhirnya menimbulkan obesitas. Berdasarkan hal tersebut wanita usia subur di RT 1 – 4 Kelurahan Kapasan Kecamatan Simokerto yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal mayoritas mereka mempunyai berat badan yang berlebih bahkan sampai obesitas, hal itu terjadi dapat dikarenakan pemakaian alat kontrasepsi yang cukup panjang dan terus menerus lebih dari 2 bulan menyebabkan penambahan hormon dalam tubuh semakin meningkat pada 15 responden, selain hormon yang bekerja dalam tubuh faktor – faktor lain

juga berpengaruh dalam penambahan berat badan, hal ini terjadi pada 21 responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal tidak pernah melakukan kegiatan olahraga karena waktu yang digunakan untuk mengurus rumah dan terdapat juga responden yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal namun mempunyai berat badan yang normal, hal ini bisa disebabkan karena responden melakukan aktivitas lain yang dilakukannya seperti responden no 6 memiliki pekerjaan berdagang sehingga kegiatan fisiknya bertambah dalam pembakaran kalori, hal tersebut membuat responden tidak mengalami kelebihan berat badan.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan sebagian besar responden yang menggunakan alat kontrasepsi non hormonal mempunyai berat badan normal sejumlah 20 responden (87%), dan terdapat 3 responden (13%) mempunyai berat badan berlebih. Berdasarkan dari hasil penelitian nailah tahun 2015 dengan hasil bahwa penggunaan alat kontrasepsi non hormonal yang mengalami kenaikan berat badan hanya 3 responden dari 97 responden. Pengaruh pertambahan berat badan tidak hanya pada penggunaan kontrasepsi hormonal namun kontrasepsi non hormonal, tetapi juga melibatkan banyak faktor lain seperti nutrisi, aktivitas fisik, usia, *body image*, depresi dan faktor genetik. Berdasarkan hal tersebut pengguna kontrasepsi non hormonal cenderung memiliki berat badan yang stabil dan normal sebesar 20 responden (87%) Responden karena tidak terjadi penambahan hormon dalam tubuh. Proses pencegahan konsepsi yang dilakukan pada kontrasepsi non hormonal yaitu hanya menghambat sperma dari luar tubuh sehingga tidak mengganggu kestabilan hormon dalam tubuh. Dilihat dari kegiatan olahraga banyak responden yang menggunakan kontrasepsi non hormonal melakukan olahraga walaupun tidak setiap hari hal tersebut dapat membuat metabolisme didalam tubuh semakin meningkat dan berat badan terkontrol. Di samping itu peneliti mendapatkan bahwa terdapat 3 responden dengan kode responden 25, 37, 43 yang menggunakan alat kontrasepsi non hormonal namun memiliki indeks massa tubuh yang berlebihan, hal tersebut dapat terjadi pada siapa saja, bahkan kepada orang yang tidak menggunakan alat kontrasepsi karena setiap individu mempunyai tingkat metabolisme yang berbeda – beda di tambah dengan pola

makan yang tidak baik dapat memicu terjadinya peningkatan berat badan, efek dari kehamilan dan melahirkan yang terjadi pada responden nomor 25 dan 37 juga dapat menjadi penyebab dari peningkatan berat badan. Untuk responden nomor 43 faktor keturunan juga dapat mengakibatkan berat badan berlebih.

Berdasarkan uji statistik mann whitney tentang perbedaan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada akseptor kontrasepsi hormonal dan non hormonal diperoleh hasil nilai p-value sebesar 0,000 lebih kecil dari nilai signifikansi uji mann whitney sebesar ( $\alpha < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada akseptor kontrasepsi hormonal dan non hormonal pada wanita usia subur. Mekanisme kerja alat kontrasepsi non hormonal kondom/diafragma yaitu Menghalangi terjadinya pertemuan sel sperma dan sel telur dengan cara mengemas sel sperma pada ujung karet sehingga sel sperma tidak bisa masuk ke dalam vagina wanita dan pada AKDR sperma dihancurkan oleh sel-sel makrofag pada tempat – tempat kontak AKDR sehingga sperma yang masuk di dalam tuba sedikit bahkan tidak ada, untuk alat kontrasepsi non hormonal lainnya seperti Aminorea Laktasi yang menggunakan masa menyusui sebagai alat kontrasepsi alami dan pada vasektomi atau tubektomi dilakukan dengan memutus jalannya sperma atau sel telur agar tidak saling bertemu sehingga tidak terjadi konsepsi tanpa memberikan hormon dalam alat kontrasepsi tersebut.<sup>1</sup> Kontrasepsi hormonal adalah alat atau obat kontrasepsi yang bertujuan untuk mencegah terjadinya kehamilan dimana bahan bakunya mengandung preparat hormone estrogen dan progesterone. Pada penggunaan kontrasepsi hormonal menyebabkan pertambahan berat badan akibat terjadinya perubahan anabolik dan stimulasi nafsu makan yang merupakan respon dari hormon di dalam alat kontrasepsi.<sup>5</sup> Dari data dan hasil yang telah diperoleh terdapat Perbedaan IMT antara kelompok hormonal dan non hormonal. Pada kelompok hormonal sebagian besar responden memiliki Indeks Massa Tubuh berlebih sedangkan pada kelompok non hormonal sebagian besar klasifikasi Indeks Massa Tubuhnya normal, hal itu dapat disebabkan karena pada kontrasepsi hormonal mengandung hormon yang ditambahkan dalam tubuh untuk menghambat ovulasi sehingga tidak terjadi

pembuahan, hormon yang terkandung di dalam alat kontrasepsi akan merangsang hipotalamus untuk menambah nafsu makan sehingga akseptor yang menggunakan kontrasepsi hormonal cenderung mempunyai berat badan berlebih sampai obesitas, namun untuk kontrasepsi non hormonal tidak ada hormon yang ditambahkan ke dalam tubuh akseptor tetapi kontrasepsi non hormonal hanya menghambat pertemuan sel telur dan sperma sehingga tidak terjadi pembuahan dan tubuh memiliki keseimbangan hormon yang membuat nafsu makan akseptor normal.

## KESIMPULAN

Indeks Massa Tubuh (IMT) akseptor kontrasepsi hormonal pada wanita usia subur di RT 1 - 4 RW 4 Kelurahan Kapasan Kecamatan Simokerto Surabaya sebagian besar akseptornya mempunyai indeks massa tubuh (IMT) yang berlebih dan mayoritas akseptor yang menggunakan kontrasepsi non hormonal memiliki indeks massa tubuh yang normal sehingga Ada Perbedaan Indeks Massa Tubuh (IMT) akseptor kontrasepsi hormonal dan non hormonal pada wanita usia subur di RT 1 - 4 RW 4 Kelurahan Kapasan Kecamatan Simokerto Surabaya

## SARAN

Bagi responden disarankan agar lebih mengerti efek samping dan cara pemakaian alat kontrasepsi yang akan digunakan sehingga setiap responden mampu untuk mengantisipasi dan lebih berhati-hati dalam menggunakan alat kontrasepsi untuk kesejahteraan bangsa dan keluarga, disamping itu olahraga dan makanan yang sehat juga diperlukan untuk menjadikan tubuh sehat dan mengatasi kelebihan berat badan, mengontrol nafsu makan dan mengontrol berat badan setiap bulan di poyandu atau puskesmas terdekat. Bagi tempat penelitian diharapkan untuk mengadakan kegiatan senam ataupun penimbangan berat badan untuk wanita usia subur secara rutin dan berkerja sama dengan puskesmas terdekat untuk memberikan penyuluhan-penyuluhan tentang metode dan penggunaan kontrasepsi yang sesuai dan benar untuk setiap individu. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk menambah variabel dan meningkatkan jumlah responden sehingga hasil yang diperoleh lebih baik lagi.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. BKKBN. (2015). *Laporan pelayanan kontrasepsi*. Jakarta: direktorat pelaporan dan statistik.
2. Marmi. (2016). *Buku Ajar Pelayanan KB*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
3. Hartiti. (2007). *kadar trigliserid pada pemakaian depomedroksi progesteron acetat peserta kb di wilayah jatisari*, 86.
4. Saifuddin, Bari, Abdul et al. (2008). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
5. Hartanto, Hanafi. 2010. *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan