

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Uraian Teori

1. pengertian Kontrasepsi

Kontrasepsi berasal dari kata kontra dan konsepsi. Kontra berarti mencegah atau melawan sedangkan konsepsi yaitu proses bertemunya sel telur (ovum) dan sel sperma yang mengakibatkan terjadinya pembuahan dan berakibat pada kehamilan. Sehingga dapat dikatakan bahwa kontrasepsi berarti mencegah adanya pertemuan antara sel telur (ovum) dan sel sperma sehingga tidak terjadi pembuahan dan tidak mengakibatkan kehamilan. Kontrasepsi merupakan usaha-usaha untuk mencegah terjadinya kehamilan. (Harahap, 2021)

Kontrasepsi merupakan upaya untuk menghindari kehamilan yang tidak diinginkan, baik bersifat sementara, maupun permanen. Sebaliknya Mochtar mengatakan kontrasepsi adalah metode untuk mencegah terjadinya konsepsi dengan menggunakan alat atau obat-obatan. Mochtar juga mengatakan keluarga berencana mencoba mengurangi atau merencanakan berapa banyak yang akan terjadi sebagai suatu usaha menjarangkan atau merencanakan jumlah dan jarak kehamilan dengan memakai kontrasepsi. Menurut BKKBN sendiri, kontrasepsi merupakan cara menghindari atau mencegah

terjadinya kehamilan sebagai akibat pertemuan antara sel telur yang matang dengan sel sperma (Wahyu, 2020).

2. Tujuan Kontrasepsi

Tujuan kontrasepsi adalah untuk menunda kehamilan, menjarangkan kehamilan, dan menghentikan atau mengakhiri kehamilan/ kesuburan. Kontrasepsi yang ideal seharusnya selain efektif dan aman, haruslah tidak menimbulkan nyeri, tidak mengganggu spontanitas, tidak mengotori, tidak berbau, mudah digunakan, harga terjangkau, tidak bertentangan dengan budaya setempat. (Nursamsiyah & Rohmah, 2021)

3. Jenis Kontrasepsi

Terdapat berbagai jenis alat kontrasepsi yang biasa digunakan masyarakat, yaitu kontrasepsi dengan metode alamiah (metode kalender, metode suhu basal, metode lendir serviks, metode simpto-termal), metode pantang berkala, kondom, diafragma, spermisida, kontrasepsi hormonal per-oral (pil), kontrasepsi hormonal injeksi (suntik), implant, IUD, MOP, MOW. Berbagai jenis alat kontrasepsi ini diciptakan untuk mencapai sasaran dari program keluarga berencana yang heterogen, seperti pasangan usia subur yang ingin menunda/ menjarangkan/ mengatur jumlah anak, ibu yang memiliki jumlah anak agar dapat menurunkan angka kematian ibu dan angka kematian bayi akibat faktor multiparitas, dan ibu yang mempunya

resiko tinggi jika mengalami kehamilan (menderita penyakit tertentu) (Nursamsiyah & Rohmah, 2021).

Ada beberapa metode pencegahan kehamilan atau kontrasepsi yang tersedia untuk calon akseptor, antara lain Metode Amenore Laktasi (MAL), Metode Keluarga Berencana Alamiah (KBA), sanggama terputus, metode barrier (kondom, diafragma, spermisida), kontrasepsi kombinasi yang berisi hormon estrogen dan progesterone yang dikemas dalam bentuk pil kombinasi dan suntikan kombinasi, kontrasepsi progestin (kontrasepsi suntikan progestin, kontrasepsi pil progestin, kontrasepsi implant, AKDR dengan progestin), Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR), dan kontrasepsi mantap Tubektomi, Vasektomi, Rekanalisasi (Yani & Wulandari, 2024).

4. Kontrasepsi Suntik

Kontrasepsi suntik adalah alat kontrasepsi yang disuntikkan ke dalam tubuh dalam jangka waktu tertentu, kemudian masuk ke dalam pembuluh darah diserap sedikit demi sedikit oleh tubuh yang berguna untuk mencegah timbulnya kehamilan. Tujuan utama kontrasepsi suntik adalah kontrasepsi yang kerjanya lama dan tidak membutuhkan pemakaian setiap harinya atau setiap akan bersenggama. (Hartanto, 2019)

5. Jenis kontrasepsi suntik

Terdapat beberapa jenis kontrasepsi suntik yaitu:

1. Kontrasepsi suntik 1 bulan (Kombinasi)

Sangat efektif (0,1-0,4 kehamilan per 100 perempuan) selama tahun pertama penggunaan. Cara kerja suntikan kombinasi adalah menekan ovulasi, membuat lendir serviks menjadi kental sehingga penetrasi sperma terganggu, terjadi perubahan pada endometrium (atrofi) sehingga implantasi terganggu, dan menghambat transportasi gamet oleh tuba. Jenis suntikan kombinasi adalah 25 mg depo medroksiprogesteron asetat dan 5 mg estradiol sipionat yang diberikan injeksi I.M. sebulan sekali (Cyclofem), dan 50 mg noretrindron enantat dan 5 mg estradiol valerat yang diberikan injeksi I.M. sebulan sekali (Rufaridah, et al., 2020).

2. Kontrasepsi suntik 3 bulan (Progestin)

Kontrasepsi suntik 3 bulan (progestin) adalah kontrasepsi yang hanya mengandung hormon progestin saja. Kontrasepsi suntikan progestin sangat efektif dan cocok digunakan saat masa laktasi karena tidak menghambat produksi ASI. Cara kerja kontrasepsi ini mencegah ovulasi, mengentalkan lendir serviks sehingga menurunkan kemampuan penetrasi sperma, menjadikan selaput lendir rahim tipis dan atrofi, dan menghambat transportasi gamet oleh tuba. Tersedia dua jenis kontrasepsi suntikan yang hanya mengandung progestin, yaitu Depo metroksiprogesteron asetat (DMPA), yang mengandung

150 mg DMPA, yang diberikan setiap tiga bulan dengan cara disuntikan intramuskuler dan Depo noretisteron ananat (Depo Noristerat), yang mengandung 200 mg noretindron enanat, diberikan setiap dua bulan dengan cara disuntikan intramuskuler. (Arsesiana et al., 2022)

6. Mekanisme kerja kontrasepsi suntik 3 bulan(progestin)

Menurut (Zubaidah, 2021) mekanisme kerja kontrasepsi suntik 3 bulan(progestin) terbagi dua yaitu :

1. primer

Mencegah ovulasi endometrium menjadi dangkal dan atrofis dengan kelenjar-kelenjar yang tidak aktif. Sering stroma menjadi oedeomatus. 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.

2. Sekunder

Lendir serviks menjadi kental dan sedikit, sehingga merupakan barier terhadap spermatozoa dan membuat endometrium menjadi kurang baik atau kurang layak untuk implantasi dari ovum yang telah dibuahi.

Cara kerja kontrasepsi suntik menurut Irianto (2013) adalah sebagai berikut:

- a. Mencegah ovulasi
- b. Mengentalkan lendir rahim sehingga sulit ditembus oleh sperma
- c. Mencegah transformasi gamet oleh tuba fallopi

7. Kerugian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan (Progestin)

kerugian kontrasepsi suntik 3 bulan (progestin) antara lain:

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
- e) Klien sering mengalami pusing, mual dan muntah
- f) Klien sangat bergantung pada tempat sarana pelayanan kesehatan
- g) Tidak dapat dihentikan sewaktu-waktu sebelum suntikan berikutnya
- h) Permasalahan berat badan
- i) Terlambatnya kembali kesuburan setelah penghentian pemakaian
- j) Terjadi perubahan pada lipid serum pada penggunaan jangka panjang
- k) ada penggunaan jangka panjang dapat sedikit menurunkan kepadatan tulang

- l) Pada penggunaan jangka panjang dapat menimbulkan kekeringan vagina

8. Keuntungan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan (Progestin)

Menurut (melyani, 2020) keuntungan kontrasepsi suntik 3 bulan (progestin) adalah:

1. Pemberiannya sederhana setiap 12 minggu
2. Tingkat efektivitasnya tinggi
3. Hubungan seks dengan KB suntikan bebas
4. Pengawasan medis yang ringan
5. Dapat diberikan pasca persalinan, pasca keguguran, atau pasca menstruasi
6. Tidak mengganggu proses laktasi dan tumbuh kembang bayi

Sedangkan menurut (melyani, 2020) keuntungan suntikan progestin adalah:

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 tahun sampai

perimenopause

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 (*sickle cell*)
9. Upaya Pencegahan Peningkatan Berat Badan Akseptor

Upaya mencegah peningkatan berat badan pada akseptor DMPA dapat dilakukan dengan cara mengatur pola makan.. Pemakaian kontrasepsi suntik baik kontrasepsi suntik satu bulanan maupun tiga bulanan seperti DMPA mempunyai efek samping utama yaitu perubahan berat badan. Faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan akseptor KB DMPA adalah adanya hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hipotalamus lateral. (Noviantari et al., 2019)

Nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya tubuh akan kelebihan zat-zat gizi. Kelebihan zat-zat gizi oleh hormon progesteron diubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit, perubahan berat badan ini akibat adanya penumpukan lemak yang berlebih hasil sintesa dari karbohidrat menjadi lemak.berat badan yang bertambah umumnya tidak terlalu besar, hal ini bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama. Sebagian besar wanita dari pasangan usia subur yang merupakan

akseptor pengguna alat kontrasepsi mengalami peningkatan berat badan.(Noviantari et al., 2019)

10. Hubungan Lama Pemakaian KB Suntik 3 Bulan Dengan Berat Badan

Masalah utama pada penggunaan depo medroksi progesteron asetat (DMPA) adalah perdarahan, menstruasi yang tidak teratur, nyeri payudara, peningkatan berat badan, dan depresi. Sejauh ini, masalah yang paling umum adalah perubahan pada menstruasi. Dalam sebuah penelitian internasional, alasan medis paling umum untuk menghentikan DMPA selama 2 tahun penggunaan adalah sebagai berikut: sakit kepala (2,3%), penambahan berat badan (2,1%), pusing (1,2%), nyeri perut (1,1%), kecemasan (0,7%). Depresi, kelelahan, penurunan libido, dan hipertensi juga dijumpai, namun apakah DMPA menyebabkan efek samping ini sulit diketahui karena mereka adalah keluhan yang sangat umum terjadi pada non pengguna .(Sumantri, 2019)

Efek pada kepadatan tulang, penggunaan kontrasepsi DMPA dikaitkan dengan hilangnya kepadatan tulang jangka pendek, hal ini dikaitkan dengan fakta bahwa kadar estrogen dalam darah dengan DMPA relatif lebih rendah dibandingkan dengan siklus menstruasi normal, sebuah penjelasan yang didukung oleh demonstrasi bahwa pengobatan estrogen mencegah terjadi kehilangan kepadatan tulang. Perbandingan antara pengguna DMPA dengan bukan pengguna,

kepadatan tulang di pinggul dan tulang belakang pengguna DMPA menurun 0,5- 3,5% setelah 1 tahun dan 5,7-7,5% setelah 2 tahun penggunaan. Tingkat kehilangan terbesar selama 1-2 tahun pertama penggunaan. (Sumantri, 2019)

Penggunaan kontrasepsi hormonal seperti pil dan suntikan tidak dianjurkan untuk pemakaian jangka panjang mengingat efek samping yang dapat ditimbulkannya. Kontrasepsi hormonal sebaiknya digunakan tidak lebih dari dua tahun, jika ingin menggunakan kontrasepsi jangka panjang maka bisa direkomendasikan untuk menggunakan kontrasepsi jenis *intra uterin device* (IUD) atau tubektomi/vasektomi jika tidak ingin merencanakan kehamilan lagi (Sumantri, 2019)

B. Berat Badan

1. Definisi Berat Badan

Berat badan adalah suatu ukuran yang diperlukan untuk sebuah pengukuran pertumbuhan fisik dan diperlukan untuk seseorang menerima dosis obat yang diperlukan. Definisi lain dari berat badan yaitu beberapa jumlah komponen tubuh seperti protein, lemak, air, mineral. Sedangkan untuk peningkatan berat badan adalah kondisi dimana jumlah berat badan seseorang melebihi normal dan melebihi berat badan semula. (Anggraeni et al., 2023)

Berat badan adalah hasil dari penurunan maupun peningkatan pada semua jaringan tubuh, antara lain tulang, otot, lemak, dan

cairan tubuh lainnya. Sehingga, peningkatan berat badan dapat diartikan berubahnya ukuran berat, yang di akibatkan dari peningkatan maupun penurunan konsumsi makan yang diubah menjadi lemak dan disimpan dibawah kulit .(Anggraeni et al., 2023)

2. Peningkatan Berat Badan

Berat badan adalah suatu ukuran yang diperlukan untuk sebuah pengukuran pertumbuhan fisik dan diperlukan untuk seseorang menerima dosis obat yang diperlukan. Definisi lain dari berat badan yaitu beberapa jumlah komponen tubuh seperti protein, lemak, air, mineral. Sedangkan untuk peningkatan berat badan adalah kondisi dimana jumlah berat badan seseorang melebihi normal dan melebihi berat badan semula (Susilowati, 2021).

Berat badan adalah hasil dari penurunan maupun peningkatan pada semua jaringan tubuh, antara lain tulang, otot, lemak, dan cairan tubuh lainnya. Sehingga, peningkatan berat badan dapat diartikan berubahnya ukuran berat, yang di akibatkan dari peningkatan maupun penurunan konsumsi makan yang diubah menjadi lemak dan disimpan dibawah kulit (Uliarta Marbun, 2021).

3. Akibat dari Peningkatan Berat Badan yang Berlebih

Peningkatan berat badan yang berlebih akan menyebabkan timbulnya beberapa penyakit seperti obesitas, hipertensi, diabetes mellitus, dan penyakit jantung. Upaya yang perlu dilakukan tenaga kesehatan memberikan KIE (Komunikasi, Informasi serta Edukasi)

tentang penyebab terjadinya, dan anjurkan klien untuk melakukan diet rendah kalori serta olahraga yang teratur (Harahap, 2021).

4. Hubungan KB Suntik dengan Peningkatan Berat Badan

KB suntik adalah alat kontrasepsi yang berupa cairan lalu disuntikkan kedalam tubuh, ada yang 1 bulan sekali yang berisi estrogen dan progesteron, tetapi ada juga yang 3 bulan sekali yang hanya berisi progesteron. KB suntik 1 bulan dan 3 bulan sama-sama mengandung hormon progesteron yang mempunyai efek terhadap meningkatnya nafsu makan. Namun demikian, kandungan hormon progesteron pada KB suntik DMPA lebih besar dibandingkan KB suntik kombinasi yaitu 25 mg untuk suntik kombinasi dan 150 mg untuk suntik DMPA. Kandungan hormon progesteron pada KB suntik DMPA lebih besar dibandingkan dengan KB suntik kombinasi, sehingga pengaruh terhadap peningkatan berat badan juga lebih besar DMPA dibanding kombinasi .(Uliarta Marbun, 2021)

Hormon progesteron yang nantinya dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan yang disebut dengan hipotalamus. Semakin banyak hormon progesteron yang merangsang hipotalamus, maka semakin besar nafsu makan seseorang. Sehingga akseptor KB suntik DMPA dapat lebih besar nafsu makannya dibanding KB suntik 1 bulan. Penambahan berat badan terjadi karena progesteron yang dapat meningkatkan nafsu makan serta mempermudah perubahan

karbohidrat menjadi lemak, sehingga penumpukan lemak yang menyebabkan berat badan semakin bertambah. Sedangkan estrogen juga mempengaruhi metabolisme lipid yang mengarah ke peningkatan cadangan lemak tubuh, khususnya di daerah perut, sehingga mengakibatkan peningkatan berat badan.(Uliarta Marbun 2021)

Selain itu, komponen estrogen juga dapat menyebabkan retensi cairan sehingga terjadi penambahan berat badan. Peningkatan berat badan pada KB suntik 3 bulan ini rata-rata 1-5 kg pada tahun pertama. Sedangkan, Peningkatan berat badan pada KB suntik 1 bulan rata 2-3 kg pada tahun pertama pemakaian (Rufaridah, 2020).

5. Hubungan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan (Progestin) dengan Berat Badan

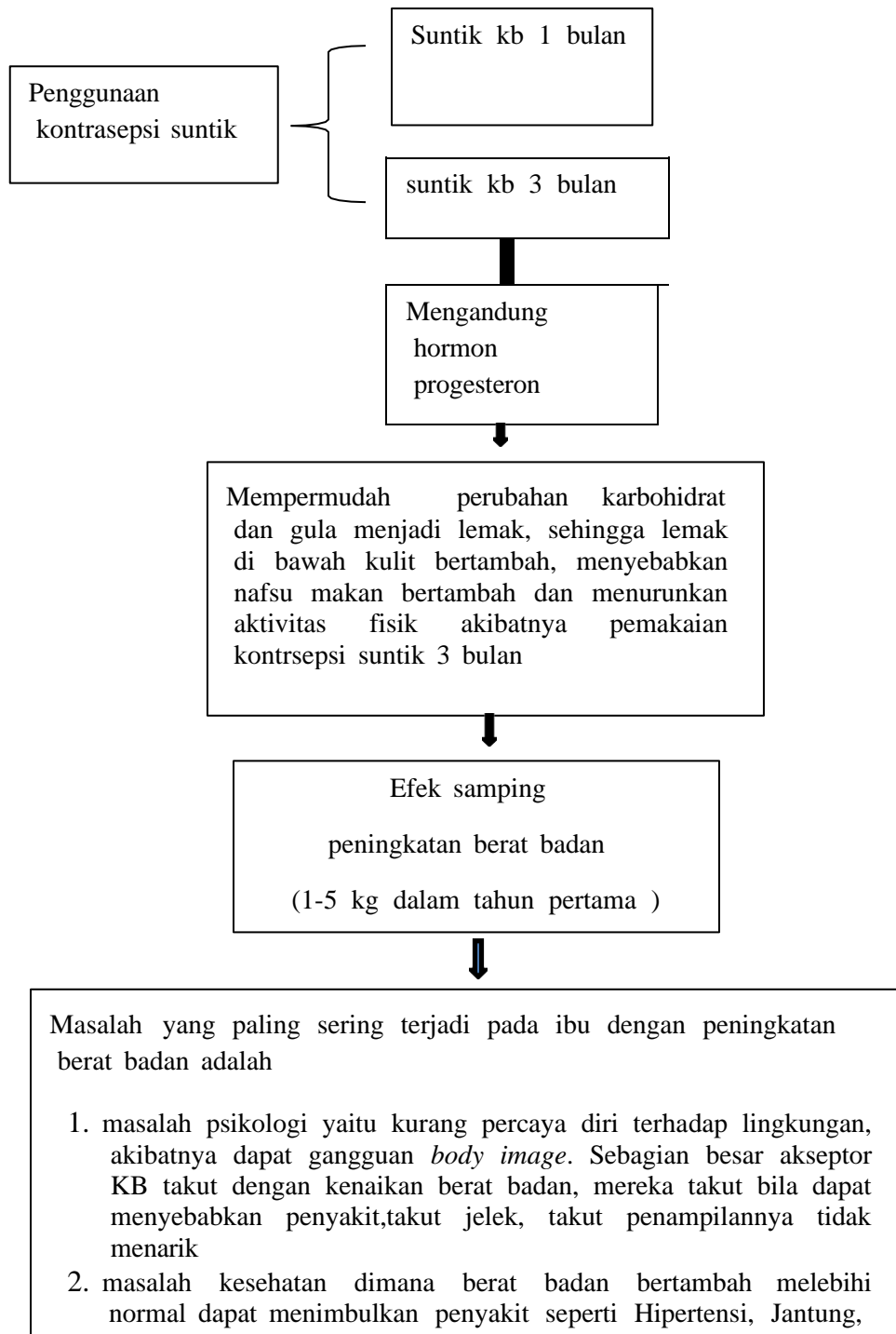
Peningkatan berat badan setelah penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dapat bervariasi tergantung durasi pemakaian dan kondisi metabolik tiap individu. Menurut penelitian oleh Henny Sahriani (2021), wanita yang menggunakan KB suntik DMPA selama lebih dari 1 tahun mengalami kenaikan berat badan rata-rata sebesar 2–5 kg, dan bisa mencapai 4–10 kg setelah penggunaan selama 3–5 tahun. Kenaikan berat badan ini berhubungan dengan perubahan metabolisme akibat hormon progestin yang merangsang nafsu makan dan memengaruhi metabolisme lemak.

Menurut para ahli DMPA KB suntik mempengaruhi adanya perubahan berat badan. Pengaruh KB suntik terhadap perubahan berat badan yaitu bahwa kandungan hormone progesterone dalam bentuk hormone sintetis Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA) mempermudah metabolisme perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga lemak dibawah kulit bertambah dan menurunkan aktivitas fisik. Selain itu hormone Progesteron (DMPA) juga merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan nafsu makan bertambah sehingga akseptor makan lebih banyak dari biasanya. Akibatnya pemakaian kontrasepsi dapat menyebabkan perubahan berat badan diantaranya terjadi peningkatan berat badan .(Harahap, 2021)

Kegemukan yang terjadi pada akseptor KB suntik DMPA pada dasarnya dikarenakan hormon progesteron yang dapat menyebabkan nafsu makan bertambah apabila dosis yang tinggi dan berlebihan karena menurut para ahli

DMPA merangsang pusat pengendali nafsu makan di hipotalamus yang menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya (Harahap, 2021).

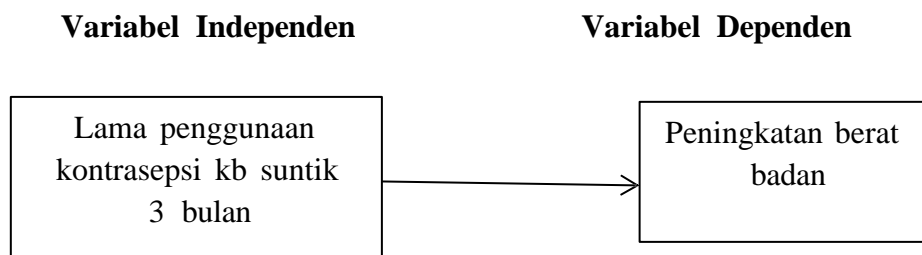
6 kerangka teori



Gambar 6. Hubungan kontrasepsi suntik DMPA dengan berat badan

7 Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah abstraksi dari suatu realita agar dapat dikomunikasikan dan membentuk suatu teori yang menjelaskan keterkaitan antar variabel, baik variabel yang diteliti maupun variabel yang tidak diteliti. Variabel independen dalam penelitian ini adalah kontrasepsi suntik 3 bulan (progestin) sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah peningkatan berat badan.



Gambar 2.2.7 Kerangka konsep

8 Hipotesis Penelitian

Menurut (Sugiyono (2022) hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori. Hipotesis dirumuskan atas dasar kerangka pikir yang merupakan jawaban sementara atas masalah yang dirumuskan.

1. Ha: Ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi kb suntik 3 bulan (progestin) dengan peningkatan berat badan akseptor di klinik pratama lina

2. Ho: Tidak ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi kb suntik 3 bulan (progestin) dengan peningkatan berat badan akseptor di Klinik pratama lina