

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Kontrasepsi suntik 3 bulan menjadi salah satu metode yang paling banyak digunakan oleh pasangan usia subur di Indonesia karena dianggap praktis dan memiliki tingkat efektivitas yang tinggi dalam mencegah kehamilan. Penggunaan kontrasepsi hormonal ini sering menimbulkan efek samping berupa perubahan kondisi fisik, salah satunya kenaikan berat badan pada akseptor. Mekanisme hormon progesteron dalam kontrasepsi suntik dapat memengaruhi pusat nafsu makan dan metabolisme tubuh sehingga terjadi peningkatan berat badan secara bertahap. Kondisi tersebut sering menimbulkan keluhan pada akseptor karena perubahan bentuk tubuh yang tidak diharapkan. Permasalahan ini menjadi perhatian dalam pelayanan kebidanan karena dapat memengaruhi kenyamanan dan kepatuhan penggunaan kontrasepsi. Fenomena tersebut juga ditemukan di berbagai fasilitas kesehatan termasuk Polindes Desa Jeladri Winongan. Kebutuhan penelitian ini muncul untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan secara lebih ilmiah (Prawirohardjo, 2023).

Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa lebih dari 60% akseptor KB di Jawa Timur memilih metode kontrasepsi suntik dibandingkan metode lainnya seperti pil atau implant. Tren penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan terus meningkat karena kemudahan akses dan

efektivitas yang tinggi dalam pengendalian kehamilan. Fenomena di lapangan menunjukkan sebagian akseptor mengalami perubahan berat badan setelah penggunaan dalam jangka waktu tertentu. Studi pendahuluan di Polindes Desa Jeladri Winongan kabupaten Pasuruan pada 20 akseptor menunjukkan 12 orang mengalami kenaikan berat badan setelah penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan. Hasil observasi juga menunjukkan adanya keluhan terkait perubahan bentuk tubuh yang dirasakan oleh akseptor. Kondisi tersebut memperkuat adanya masalah yang terjadi secara nyata di lokasi penelitian. Data empiris tersebut menunjukkan perlunya kajian lebih lanjut mengenai hubungan kedua variabel tersebut (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan dapat mengakibatkan masalah kesehatan yang lebih serius apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat. Kondisi tersebut berpotensi meningkatkan risiko obesitas yang berhubungan dengan penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes melitus. Perubahan fisik yang terjadi juga dapat menurunkan rasa percaya diri akseptor dalam kehidupan sehari-hari. Gangguan psikologis berupa kecemasan terhadap perubahan bentuk tubuh dapat muncul dan memengaruhi kualitas hidup. Ketidaknyamanan tersebut berisiko menyebabkan akseptor menghentikan penggunaan kontrasepsi tanpa konsultasi tenaga kesehatan. Penghentian penggunaan kontrasepsi secara tiba-tiba dapat meningkatkan risiko kehamilan yang tidak direncanakan. Kondisi tersebut pada akhirnya dapat mengganggu keberhasilan program Keluarga Berencana di masyarakat (Rahmawati & Hidayati, 2023).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada Tanggal 02 April 2026 yang dilakukan di Polindes Desa Jeladri Winongan. Berdasarkan informasi yang diperoleh, kenaikan berat badan rata-rata berkisar antara 2–5 kg setelah penggunaan selama 1–3 tahun. Beberapa akseptor menyatakan bahwa peningkatan berat badan mulai dirasakan setelah beberapa kali penyuntikan dan cenderung bertambah seiring lamanya penggunaan kontrasepsi. Studi pendahuluan ini menjadi bukti awal (data empiris lapangan) yang menunjukkan bahwa permasalahan tersebut terjadi di lokasi penelitian. Hal ini penting karena menunjukkan adanya kesenjangan antara tingginya penggunaan kontrasepsi dengan munculnya efek samping yang dirasakan, sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui hubungan antara penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan (Putri, A., & Sari, R, 2020).

Peningkatan edukasi kesehatan menjadi langkah penting serta solusi dalam mengatasi permasalahan kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan. Tenaga kesehatan memiliki peran dalam memberikan informasi mengenai efek samping kontrasepsi secara jelas dan mudah dipahami. Konseling individual diperlukan untuk menyesuaikan kebutuhan setiap akseptor berdasarkan kondisi kesehatan masing-masing. Pengaturan pola makan seimbang dengan mengurangi konsumsi kalori berlebih dapat membantu mengontrol berat badan. Peningkatan aktivitas fisik secara rutin juga dapat mendukung metabolisme tubuh agar tetap stabil. Pemantauan berat badan secara berkala menjadi langkah deteksi dini terhadap perubahan yang terjadi pada akseptor. Pendekatan promotif dan preventif tersebut diharapkan dapat

meningkatkan keberhasilan program Keluarga Berencana secara berkelanjutan (Walyani & Purwoastuti, 2022).

Permasalahan mengenai kenaikan berat badan pada akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan perlu ditangani melalui pendekatan promotif dan preventif, yaitu dengan meningkatkan edukasi dan konseling oleh tenaga kesehatan. Edukasi yang dimaksud tidak hanya sebatas pemberian informasi umum, tetapi harus bersifat komprehensif, meliputi penjelasan tentang cara kerja kontrasepsi hormonal, kemungkinan efek samping yang dapat terjadi (termasuk kenaikan berat badan), serta cara mengelola efek samping tersebut. Konseling juga harus dilakukan secara individual (*personalized counseling*), sehingga sesuai dengan kondisi dan kebutuhan masing-masing akseptor (Rahmawati, I., & Hidayati, N, 2023).

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam mengenai "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kenaikan berat badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Polindes Desa Jeladri Winongan Tahun 2026 Kabupaten Pasuruan".

1.2.Rumusan Masalah

Dari latar belakang permasalahan di atas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: "Apa saja Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kenaikan berat badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Polindes Desa Jeladri Winongan Tahun 2026 Kabupaten Pasuruan?"

1.3.Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kenaikan berat badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Polindes Desa Jeladri Winongan Tahun 2026 Kabupaten Pasuruan”.

1.4.Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Penelitian ini memberikan pengetahuan mengenai kemungkinan perubahan berat badan setelah penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan. Informasi yang diperoleh membantu akseptor memahami kondisi tubuh sehingga mampu menentukan pilihan kontrasepsi secara lebih tepat. Hasil penelitian juga menumbuhkan kesiapan dalam mengantisipasi efek samping melalui pengaturan pola makan dan aktivitas fisik.

1.4.2 Bagi Institusi Kesehatan

Penelitian ini menjadi sumber data ilmiah mengenai dampak pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan terhadap perubahan berat badan akseptor. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar dalam penyusunan strategi konseling dan edukasi keluarga berencana di fasilitas pelayanan kesehatan. Temuan penelitian juga mendukung peningkatan mutu pelayanan kebidanan melalui pendekatan yang lebih tepat dan berbasis bukti.

1.4.3 Bagi Peneliti

Penelitian ini menambah pengalaman dalam melakukan pengumpulan dan analisis data kebidanan komunitas. Proses penelitian memperluas pemahaman mengenai efek kontrasepsi hormonal terhadap kondisi fisiologis

perempuan usia subur. Hasil penelitian meningkatkan kemampuan berpikir ilmiah dan ketelitian dalam menyusun karya tulis ilmiah.

1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini menyediakan gambaran awal mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan akseptor KB Suntik 3 Bulan di Polindes Desa Jeladri Winongan. Data yang dihasilkan dapat dijadikan referensi dalam pengembangan penelitian dengan variabel, metode, atau jumlah sampel yang lebih luas. Hasil kajian ini juga membuka peluang penelitian lanjutan terkait faktor lain yang memengaruhi perubahan berat badan pada pengguna kontrasepsi hormonal.

