

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK DMPA DENGAN NILAI IMT

Farda Amelia^{1*}, Esti Widiasih², Wijayanti Fuad³

¹⁻³Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

*)Email Korespondensi : fardaamelioo@gmail.com

Abstract: The Correlation Between The Knowledge of Balance Nutrition and The Duration of DMPA Contraceptive Injection Usage With BMI Value. The total of active acceptor of DMPA contraceptive injection in the area under the community health center of Cikadu were 520 people. 60% of the total acceptors' BMI were categorized as overweight or obese. This research was aimed to prove the correlation between the knowledge of balanced nutrition and the duration of DMPA contraceptive injection usage with BMI value. It was an observasional analytic research a cross sectional design and purposive sampling technique. The sampel of this research was women aged 18-45 years who DMPA contraceptive injection usage for at least 1 year. In a research there were 47 people who met the inclusion and exclusion criteria. The obtained data were analyzed by using bivariate analysis by using Rank spearman's analysis and multivariate analysis by using multiple linear regression. The result of the analysis showed that there was no significant relationship between the knowledge of balanced nutrition with the BMI value ($p=0,129$), there was significant relationship between duration of DMPPA contraceptive injection usage with BMI value ($p=0,001$). The result of the multivariate showed that the most influential is the duration of the contraceptive injection usage with the BMI value ($t_{count} 2,532$ significance $0,015$). The conclusion of this research is no correlation between knowledge of balanced nutrition with the BMI value, and the correlation between the duration of the contraceptive injection usage with the BMI value. The most influential is the duration of the contraceptive injection usage.

Keywords: Knowledge of Balanced Nutrition, Duration of The DMPA Contraceptive Injection Usage, BMI Value

Abstrak: Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang Dan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA Dengan Nilai IMT. Total akseptor KB suntik DMPA yang aktif di wilayah kerja Puskesmas Cikadu adalah 520 orang, 60% diantaranya memiliki nilai IMT *overweight* dan obesitas. Penelitian ini bertujuan membuktikan hubungan tingkat pengetahuan gizi seimbang dan lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan nilai IMT. Pada penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain *Cross-Sectional*. Sampel penelitian ini adalah wanita usia 18-45 tahun yang menggunakan kontrasepsi suntik DMPA minimal selama 1 tahun. Penelitian ini terdapat 47 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Data bivariat dianalisis dengan korelasi Rank spearman dan data multivariat dianalisis dengan regresi linier berganda. Hasil analisis diperoleh tidak terdapat hubungan yang signifikan terkait tingkat pengetahuan gizi seimbang dengan nilai IMT ($p=0,129$), terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan nilai IMT ($p=0,001$). Pada analisis multivariat didapatkan variabel yang paling berpengaruh adalah lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA ($t_{hitung} 2,532$ signifikansi $t 0,015$). Kesimpulan pada penelitian ini yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan terkait tingkat pengetahuan gizi seimbang dengan nilai IMT, dan terdapat hubungan yang signifikan terkait lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan nilai IMT, uji multivariat didapatkan variabel paling berpengaruh adalah lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA.

Kata kunci: Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang, Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA, Nilai IMT

PENDAHULUAN

DMPA (*Depo Medroxy Progesteron Acetat*) merupakan kontrasepsi injeksi hormonal yang mengandung hormon progestin yang disuntikan secara periodik tiap 3 bulan sekali. *World Contraceptive Use 2015* menyebutkan bahwa Indonesia berada diperingkat pertama dengan penggunaan kontrasepsi suntik terbanyak sebesar 32,6% (Elvia Roza, 2019). Penggunaan KB di Jawa Tengah mencapai 80,24% dari PUS yang berjumlah 190.901. KB suntik masih menduduki peringkat pertama yaitu berkisar antara (53%) peserta. Akseptor KB suntik di Jawa Tengah terbanyak pertama adalah kota Cilacap, kedua kota Pemalang dan yang terbanyak ketiga yaitu kota Semarang (Adiputra *et al.*, 2016). Data jumlah akseptor KB di kabupaten Pemalang pada tahun 2020 yaitu sebanyak akseptor suntik (139.100), disusul akseptor pil sebanyak (30.203) dan IUD sebanyak (10.182) (BKKBN Provinsi Jawa Tengah, 2020).

Lamanya seseorang menggunakan kontrasepsi DMPA dapat mempengaruhi nilai IMT. Hal ini sesuai dengan penelitian *University Texas Medical Branch* yang menyebutkan bahwa, seseorang yang menggunakan kontrasepsi suntik DMPA dalam tiga tahun penggunaan mengalami peningkatan berat badan sebanyak 5,5 kg dan peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% (Elvia Roza, 2019). Pemicu perubahan nilai IMT dapat juga terjadi karena tingkat pengetahuan gizi seimbang seseorang. Tingkat pengetahuan gizi seimbang menunjukkan kesadaran individu tentang ilmu gizi, jenis nutrisi, serta hubungan antara status gizi dan kesehatan. Selain itu, tingkat pengetahuan gizi seseorang memiliki efek pada bahan pangan yang dipilih dan jumlah yang tertelan, yang dapat mempengaruhi nilai IMT seseorang (Soraya, Sukandar and Sinaga, 2017).

BMI (*Body Mass Index*) adalah pengukuran yang menunjukkan hubungan antara berat badan dan tinggi badan. Cara yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya kenaikan IMT yang dialami oleh akseptor KB suntik adalah

dengan cara mengatur jumlah makanan yang seimbang dan aktivitas fisik (Kurniawati and Andrie, 2015). Total akseptor KB suntik DMPA yang aktif di wilayah kerja Puskesmas Cikadu adalah 520 orang, 60% diantaranya memiliki IMT *overweight* dan obesitas. Atas dasar ini penulis tertarik untuk menentukan apakah nilai IMT yang naik disebabkan karena penggunaan kontrasepsi suntik DMPA atau kurangnya tingkat pengetahuan gizi seimbang yang rendah sehingga pola makan tidak terkontrol dan mengakibatkan peningkatan berat badan.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Cikadu pada bulan Desember 2021. Populasi penelitian ini adalah wanita yang berusia 18-45 tahun dan menggunakan kontrasepsi suntik DMPA minimal selama 1 tahun yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi serta ditentukan dengan Teknik *purposive sampling* sebanyak 47 akseptor KB.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi responden yang berdomisili di wilayah kerja puskesmas Cikadu, responden dengan usia 18-45 tahun yang menggunakan suntik DMPA minimal selama 1 tahun, responden dengan Riwayat kenaikan berat badan sejak menggunakan suntik DMPA, responden yang tidak menderita penyakit tertentu (Hipertensi, diabetes mellitus, perdarahan uterus abnormal), responden yang bersedia diajak Kerjasama serta responden yang dapat berkomunikasi dan membaca dengan baik. Sementara kriteria eksklusi yaitu responden yang dalam masa menyusui bayi usia 0-6 bulan (ASI eksklusif), responden yang beragnti-ganti kontrasepsi, responden yang tidak rutin melakukan suntik tiap 3 bulan, dan responden yang sedang program diet atau mengkonsumsi obat-obat pengontrol nafsu makan.

Data yang dikumpulkan berupa data primer dan sekunder. Data sekunder meliputi catatan medis untuk

melihat identitas akseptor KB dan data lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan menggunakan kartu KB. Sementara untuk data primer yaitu data yang diperoleh dari hasil pemeriksaan antropometri, hasil analisis kuesioner tingkat pengetahuan gizi seimbang. Data yang terkumpul selanjutnya dianalisis menggunakan uji *spearman rank*. Sebelum menggunakan uji *spearman rank* melakukan uji normalitas menggunakan uji *Shapiro wilk*.

Penelitian ini sudah di setuju oleh pihak Komite Etik Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.

HASIL

Analisis Univariat dilakukan dengan setiap variabel dengan hasil penelitian digunakan untuk mendeskripsikan nilai rata-rata (*mean*), standar deviasi, minimum dan maksimum seperti berikut:

Tabel 1. karakteristik Sampel Penelitian

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Nilai IMT		
Normal	6	12,5
Overweight	7	14,6
Obesitas	34	70,8
Tingkat pengetahuan gizi seimbang		
Kurang	3	6,3
Cukup	7	14,6
Baik	37	77,1
Lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA		
1	26	54,2
2	13	27,1
3	8	16,7
Jumlah asupan makan		
Defisit tingkat ringan	4	8,3
Defisit tingkat sedang	11	22,9
Defisit tingkat berat	24	50
Aktivitas fisik		
Ringan	26	54,2
Sedang	20	41,7
Berat	1	2,1

Dari tabel di atas menunjukkan nilai IMT responden mayoritas adalah obesitas yaitu sebesar 34 responden (70,8%). Mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang yang baik yaitu sebesar 37 responden (77,1%). Lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA paling banyak yaitu 1 tahun sebesar 26 responden (54,2%). Jumlah asupan makan terbanyak adalah defisit tingkat berat yaitu 24 responden (50%). Aktivitas fisik responden mayoritas

memiliki aktivitas fisik ringan yaitu sebesar 26 responden (54,2%).

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan variabel bebas terhadap variabel terikat. Analisis data dilakukan dengan uji *spearman-rank* yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan tingkat pengetahuan gizi seimbang dan lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA terhadap nilai IMT.

Tabel 3. Analisis Bivariat Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang dan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik DMPA dengan Nilai IMT

Variabel		n	%	P-Value	r
Tingkat pengetahuan gizi seimbang	Kurang	3	6,3	0,129	0,225
	Cukup	6	14,6		
	Baik	25	77,1		
Lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA	1	26	54,2	0,001	0,456
	2	13	27,1		
	3	8	16,7		
Jumlah asupan makan	Defisit tingkat ringan	4	8,3	0,001	-
	Defisit tingkat sedang	11	22,9		
	Defisit tingkat berat	24	50,0		
Aktivitas fisik	Ringan	26	54,2	0,078	-2509
	Sedang	20	41,7		
	berat	1	2,1		

Jumlah responden dengan tingkat pengetahuan gizi seimbang baik mayoritas memiliki nilai IMT obesitas (67,6%). Hasil uji *spearman rank* hubungan tingkat pengetahuan gizi seimbang dengan nilai IMT diperoleh nilai signifikansi (p-Value) 0,129. Nilai signifikansi uji lebih besar dari 0,005 dan hubungan korelasi ditunjukkan dengan 0,225 yang artinya korelasi cukup kuat. Tanda negative artinya menunjukkan arah korelasi yang tidak searah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan terkait tingkat pengetahuan gizi seimbang terhadap nilai IMT.

Lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA lebih dari 4 tahun dan mengalami obesitas yaitu sebanyak 23

orang (88,5%). Dari uji *spearman rank* didapatkan nilai signifikansi (p-Value) 0,001. Nilai signifikansi uji lebih kecil dari 0,005 dan hubungan korelasi ditunjukkan dengan 0,456 yang artinya korelasi sangat kuat. Tanda positif artinya korelasi searah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan terkait lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA terhadap nilai IMT. Pada hasil uji statistik bivariat, didapatkan hasil lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dan jumlah asupan makan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan nilai IMT. Oleh sebab itu, perlu dilakukan uji multivariat untuk mengidentifikasi variabel bebas mana yang paling berpengaruh terhadap nilai IMT.

Tabel 3. Analisis Multivariat Hubungan Jumlah Asupan Makan dan Aktivitas Fisik dengan Nilai IMT

Variabel	t _{hitung}	t _{tabel}	Sig.t
Lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA	2,532	2,01537	0,015
Jumlah asupan makan	-0,063	2,01537	0,950

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA terhadap nilai

IMT yaitu $<0,050$ (0,015) dan untuk nilai t_{hitung} sebesar $2,532 > t_{tabel}$ (2,01537) dimana H_0 ditolak dan H_1 diterima yang

berarti terdapat pengaruh antara lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan nilai IMT. Sedangkan pada jumlah asupan makan mempunyai nilai t_{hitung} sebesar $-0,063 < t_{tabel}$ (2,01537) dimana H_0 diterima dan H_1 ditolak yang berarti tidak terdapat pengaruh antara jumlah asupan makan terhadap nilai IMT.

PEMBAHASAN

Penelitian ini didapatkan hasil tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan gizi seimbang dengan nilai IMT. Pada subjek ditemukan bahwa akseptor KB yang memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang yang kurang sebanyak 3 (6,4%) orang dan mempunyai nilai IMT obesitas. Hasil analisis data tidak menunjukkan korelasi antara responden dalam survei ini memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang yang tinggi tetapi tidak menggunakannya dengan tepat dalam kehidupan sehari-hari, seperti yang terlihat oleh kurangnya aktivitas fisik yaitu rata-rata sebesar 300 MET-menit/minggu. Sehingga tingkat pengetahuan yang baik apabila tidak didukung dengan usaha atau pola hidup yang sehat dengan benar maka dapat menyebabkan obesitas. Sedangkan tingkat pengetahuan gizi seimbang yang baik sebanyak 25 (77,1%) orang dan memiliki nilai IMT obesitas. Hal ini juga menunjukkan semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi tidak menunjukkan semakin baik juga status gizi (Wulandari *et al.*, 2021).

Pentingnya memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang yaitu agar status gizi tetap dalam keadaan normal dengan cara memilih bahan pangan yang tepat dan penentuan jumlah makanan yang akan dikonsumsi, sehingga dengan cara tersebut nilai IMT dapat dalam keadaan normal dan tidak menyebabkan masalah kesehatan (Soraya, Sukandar and Sinaga, 2017). Tingkat pengetahuan gizi seimbang mengacu pada kesadaran individu tentang ilmu gizi, jenis nutrisi, dan hubungannya dengan nutrisi dan kesehatan (Soraya, Sukandar and Sinaga, 2017). Temuan penelitian ini bertentangan dengan asumsi bahwa

semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi seimbang seseorang, maka nilai IMT dapat stabil atau normal. Tingkat pengetahuan gizi seimbang yang tinggi dapat menyebabkan seseorang lebih teliti tentang jumlah asupan makan yang ditelan sehingga akan menghasilkan nilai IMT yang normal (Fitriani, 2020).

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa ada korelasi antara lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan nilai IMT. Penelitian ini ditemukan akseptor KB dengan lama >4 tahun yaitu sebanyak 26 (55,3%) orang dengan nilai IMT obesitas 23 orang, *overweight* 1 orang, dan normal 2 orang. Hal ini sesuai dengan asumsi yang menjelaskan bahwa adanya hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan nilai IMT terutama kenaikan berat badan. Berat awal rata-rata dari mereka yang menggunakan kontrasepsi suntik DMPA adalah 54,40 kg, namun setelah menggunakan KB rata-rata akseptor KB adalah 58,10 kg. Perbedaan rata-rata berat badan antara mereka yang belum menggunakan kontrasepsi suntik DMPA dan mereka yang sudah menggunakan adalah 3,70 kg (Pratiwi, Syahredi and Erkadius, 2014). Peningkatan berat badan ini disebabkan karena hormon progesteron yang terkandung didalam kontrasepsi suntik DMPA dapat mempermudah terjadinya metabolisme sukrosa dan adanya penumpukan lemak di subkutan. Selain itu, kontrasepsi suntik DMPA dapat meaktifkan area kontrol nafsu makan hipotalamus yang dapat mengakibatkan perilaku makan yang lebih banyak dari sebelumnya, sehingga mengakibatkan kenaikan berat badan (Febriani and Ramayanti, 2020).

Temuan ini konsisten dengan Suciana *et al.* delapan akseptor mengalami obesitas dari 39 responden yang menggunakan kontrasepsi suntik DMPA selama 3-18 bulan. Sementara itu, 23 dari 39 akseptor yang menggunakan kontrasepsi suntik DMPA selama lebih dari 18 bulan diantaranya mengalami obesitas. Selain itu, ada korelasi kuat antara durasi penggunaan kontrasepsi DMPA dan obesitas (Suciana, Rajuddin and Gani, 2018).

KESIMPULAN

Penelitian ini didapatkan kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan terkait tingkat pengetahuan gizi seimbang dengan nilai IMT dan ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik DMPA dengan nilai IMT pada akseptor KB di wilayah kerja Puskesmas Cikadu.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, R. *et al.* (2016) 'Hubungan beberapa faktor pada wanita pus dengan keikutsertaan kb suntik di Desa Duren Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 4(3), pp. 18–25.
- BKKBN Provinsi Jawa Tengah (2020) *Jumlah pasangan usia subur (pus) dan peserta kb aktif menurut kabupaten/kota di Provinsi Jawa Tengah (jiwa) 2018-2020*.
- Elvia Roza, Z. A. (2019) 'Hubungan penggunaan kontrasepsi suntik dmpa dengan peningkatan berat badan pada akseptor di Puskesmas Tapus Sumatera Barat tahun 2017', *Tarumanagara Medical Journal*, 2(1), pp. 37–42.
- Febriani, R. and Ramayanti, I. (2020) 'Analisis perubahan berat badan pada pemakaian kb suntik depo medroksi progesteron asetat (dmpa)', *Jurnal Aisyiyah Medika*, 5(1), pp. 113–121.
- Fitriani, R. (2020) 'Hubungan antara pengetahuan gizi seimbang, citra tubuh, tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi pada siswa sma negeri 86 jakarta', *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science Community*, 4(1), pp. 29–38.
- Kurniawati, K. and Andrie, W. (2015) 'Pengaruh penggunaan kb suntik 3 bulan terhadap peningkatan nilai indeks massa tubuh pada akseptor kb di desa Kepuhkembeng Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang', *Jurnal EduHealth*, 5(1), p. 245523.
- Pratiwi, D., Syahredi, S. and Erkadius, E. (2014) 'Hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal suntik DMPA dengan peningkatan berat badan di puskesmas Lapai Kota Padang', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(3), pp. 365–369. doi: 10.25077/jka.v3i3.130.
- Soraya, D., Sukandar, D. and Sinaga, T. (2017) 'Hubungan pengetahuan gizi, tingkat kecukupan zat gizi, dan aktivitas fisik dengan status gizi pada guru SMP', *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), pp. 29–36. doi: 10.14710/jgi.6.1.29-36.
- Suciana, S., Rajuddin, R. and Gani, A. (2018) 'Hubungan lama penggunaan kontrasepsi depo medroksiprogesteron asetat (dmpa) dengan obesitas', *AVERROUS: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*, 3(1), pp. 46–55.
- Wulandari, A. *et al.* (2021) 'Hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi pada mahasiswa Universitas Ibn Khaldun Bogor', *Tropical Public Health Journal*, 1(2), pp. 24–27.