

Pengaruh Penggunaan Kontrasepsi dengan Status Gizi Wanita Usia Subur

The Effect of Using Contraceptives on The Nutritional Status of Woman of Childbearing Age

Istifadatul Ilmiya

Prodi DIII Kebidanan, Politeknik Kesehatan Jember, Indonesia
Email : istiilmiya89@gmail.com

Abstrak

Status gizi pada masa antara terutama pada wanita usia subur dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya penggunaan kontrasepsi. Efek samping penggunaan kontrasepsi diantaranya peningkatan berat badan berlebih yang menimbulkan berbagai penyakit. Sedangkan dampak jangka panjang untuk keluarga yang tidak menggunakan kontrasepsi dapat terjadi peningkatan jumlah penduduk, kekurangan pangan dan gizi, pendidikan rendah, kurangnya lapangan pekerjaan, tingkat kelahiran dan kematian yang tinggi. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis pengaruh penggunaan kontrasepsi dengan status gizi pada wanita usia subur. Pada penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 225 responden dengan menggunakan analisis data uji *Eta Squared*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi berpengaruh positif dan signifikan terhadap status gizi ($p = 0,24$) yang artinya hipotesis diterima apabila F hitung $>$ F tabel ($p = 0,05$) pada probabilitas tertentu. Saran pada peneliti selanjutnya untuk memperhatikan faktor lain sehingga status gizi wanita usia subur tetap normal meskipun memakai kontrasepsi.

Kata kunci: Penggunaan kontrasepsi; Status gizi.

Abstract

Nutritional status during this period, especially in women of childbearing age, is influenced by several things, including the use of contraceptives. Side effects of using contraception include excess weight gain which can cause various diseases. Meanwhile, long-term impacts for families who do not use contraception can be in the form of increasing population, food and nutrition shortages, low education, lack of job opportunities, high birth and death rates. The aim of this study was to analyze the effect of contraceptive use on nutritional status in women of childbearing age. This research is an analytical observational study with a cross sectional design. The research sample consisted of 225 respondents using Eta Squared test data analysis. The results of the study show that contraceptive use has a positive and significant effect on nutritional status ($p = 0.24$), which means that the hypothesis is accepted if F count $>$ F table ($p = 0.05$) at a certain probability. Suggestions for future researchers are to pay attention to other factors so that the nutritional status of women of childbearing age remains normal even though they use contraception.

Keywords: Use of contapeption; Nutritional status;

1. PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara keempat dunia dengan jumlah penduduk terbanyak saat ini yaitu sebesar 281,6 juta jiwa, dengan laju pertumbuhan penduduk bertambah 2,49 juta jiwa dibandingkan dengan sensus penduduk tahun 2023 dan jumlah penduduk usia produktif sebanyak 70,72%, sehingga kemungkinan jumlah penduduk akan bertambah [1]. Dalam pengendalian pertumbuhan penduduk, pemerintah memiliki program KB dengan sasaran langsung yaitu salah satunya adalah pasangan usia subur yang bertujuan menurunkan tingkat kelahiran dengan cara penggunaan kontrasepsi secara berkelanjutan guna mencapai kehidupan sehat dan sejahtera [2].

* Corresponding author: Istifadatul Ilmiya, Politeknik Kesehatan Jember, Jember, Indonesia

E-mail : istiilmiya89@gmail.com

Doi : 10.35451/jkk.v7i2.2463

Received : Januari 29, 2025, Accepted: April 21, 2025 Published: April 30, 2025

Copyright: © 2025. Istifadatul Ilmiya. Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Berdasarkan badan pusat statistik tahun 2024 di Indonesia terdapat 56,26% wanita usia subur menggunakan kontrasepsi, angka tersebut menunjukkan prevalensi penggunaan kontrasepsi masih jauh dibawah target yang ditetapkan yaitu sebesar 61,78%. Sedangkan di Propinsi Jawa Timur pada tahun 2024 terdapat 62,35% wanita usia subur menggunakan kontrasepsi [3].

Kepatuhan dan keikutsertaan dalam pengambilan keputusan penggunaan metode kontrasepsi dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap dan dukungan suami kontrasepsi [4]. Sedangkan Pemilihan kontrasepsi erat kaitannya dengan pemahaman akseptor kontrasepsi terkait manfaat, resiko dan alat kontrasepsi yang paling sesuai dengan kebutuhan akseptor [5]. Selain itu, perubahan berat badan terhadap pola makan akan berdampak pada perubahan status gizi pada wanita [6]. Efek samping penggunaan kontrasepsi diantaranya peningkatan berat badan berlebih yang menimbulkan penyakit seperti jantung, diabetes mellitus tipe 2, hipertensi, dan hiperkolesterol [7]. Sedangkan dampak jangka panjang keluarga yang tidak menggunakan kontrasepsi dapat terjadi peningkatan jumlah penduduk, kekurangan pangan dan gizi, pendidikan rendah, kurangnya lapangan pekerjaan, tingkat kelahiran dan kematian yang tinggi [8]. Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kenaikan berat badan wanita pasangan usia subur antara pengguna alat kontrasepsi pil dengan alat kontrasepsi suntik [7].

2. METODE

2.1 Desain penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional menggunakan rancangan *cross-sectional*. Jenis penelitian *cross-sectional* adalah penelitian yang menjelaskan hubungan kausal antar variabel yang diteliti melalui pengujian hipotesis. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli-Agustus 2024. tempat pelaksanaan penelitian adalah diwilayah Kabupaten Jember. Sampel penelitian adalah wanita usia subur yang merupakan akseptor KB di Wilayah Kabupaten Jember. Pengambilan sampel menggunakan metode systematic random sampling. Populasi Wanita usia subur dengan status menikah yang memakai alat kontrasepsi sebanyak 82,15%. Besar sampel di tentukan berdasarkan rumus Slovin, sehingga di dapatkan minimal sampel dalam penelitian ini adalah 225 wanita usia subur.

2.2 Alat

Pada saat pemeriksaan berat badan dan tinggi badan pada responden menggunakan alat.GEA ZT-120 dimana alat tersebut memiliki 2 fungsi dalam satu alat yaitu dapat mengukur berat badan dan tinggi badan secara bersamaan.

2.3 Prosedur

Data informasi penggunaan kontrasepsi responden diperoleh secara langsung dari responden dengan menggunakan kuisioner. Selanjutnya berat badan dan tinggi badan responden diukur dengan menggunakan alat ukur tinggi badan dan berat badan. Sedangkan status gizi responden diukur IMT nya dengan menggunakan rumus : $\frac{kg}{m^2}$. Uji validitas instrumen dilakukan dengan uji korelasi serta uji reliabilitas dari *cronbach alpha*.

2.4 Analisis Data

Penelitian ini menggunakan uji validitas statistik inferensial dengan menggunakan uji analisis *Eta Squared*, dikarenakan pada penelitian ini dilakukan uji korelasi antara dua variabel yang menggunakan skala data kedua variabel tidak sama, Koefisien korelasi bermakna secara statistic atau menerima hipotesis apabila F hitung > F tabel pada probabilitas tertentu.

3. HASIL

Pada penelitian penggunaan kontrasepsi ini terdapat 68,4% responden yang memiliki umur di rentang 21-35 tahun atau berada di rentang wanita usia subur dari 225 responden pada penelitian ini. Adapun data penggunaan metode kontrasepsi sebagai berikut:

Tabel 1. Penggunaan Metode Kontrasepsi

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
>20 tahun	12	5,3
21-35 tahun	154	68,4
>36 tahun	59	26,2
Metode Kontrasepsi		
Non MKJP	130	57,8
MKJP	95	42,2

Data penggunaan metode kontrasepsi yang terbanyak adalah penggunaan metode kontrasepsi non MKJP yaitu sebesar 57,8% sedangkan yang menggunakan metode MKJP sebesar 42,2%. Pada penelitian ini juga dilakukan penilaian status gizi pada responden dengan ditentukan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT), Adapun hasil pengukuran IMT adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Status Gizi pada Wanita Usia Subur

Status Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
Kurus <18,5	6	2,6
Normal 18,5 – 24,9	76	33,8
Kegemukan 25,0 – 29,9	88	39,1
Obesitas I 30,0-34,9	31	13,8
Obesitas II 35 – 39,9	23	10,2
Obesitas III > 40	1	0,5

Tabel 2. Didapatkan hasil status gizi pada penelitian ini terbanyak ada pada kategori kegemukan dengan memiliki nilai IMT berada disekitar 25-29,9 kg/m² yaitu sebesar 39,1%. Sedangkan kategori status gizi yang paling sedikit adalah kategori Obesitas III dengan IMT > 40 kg/m² yaitu sebesar 0,5%. Selain itu, pada penelitian ini juga dilakukan analisis data dengan hasil analisis *Eta Squared* dalam penelitian ini dideskripsikan dalam Tabel 3. berikut:

Tabel 3. Hasil analisis data

Hipotesis	p-value
Penggunaan KB (X) → Status Gizi (Y1)	0,24

Penggunaan kontrasepsi memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap status gizi (p=0,24) Tabel F tabel di tentukan berdasarkan probabilitas yang lazim adalah 0,05. Tabel. F tabel ditentukan berdasarkan *Degree of freedom* (DF). Koefisien korelasi bermakna secara statistic atau menerima hipotesis apabila F hitung > F tabel pada probabilitas tertentu. Artinya pada penelitian ini, penggunaan kontrasepsi berpengaruh terhadap perubahan status gizi wanita usia subur akseptor atau pengguna KB.

4. PEMBAHASAN

Pada penelitian penggunaan kontrasepsi ini terdapat 68,4% responden yang memiliki umur di rentang 21-35 tahun dan pengguna kontrasepsi terbanyak adalah penggunaan kontrasepsi bukan jangka panjang yaitu sebesar 57,8%.

Hal ini menunjukkan minat masyarakat terhadap penggunaan kontrasepsi jangka panjang masih kurang. Kepatuhan dan keikutsertaan dalam pengambilan keputusan penggunaan metode kontrasepsi dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap dan dukungan suami terhadap kontrasepsi [4]. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keikutsertaan dalam pemakaian kontrasepsi salah satunya adalah adanya dukungan suami, keluarga, teman dan petugas kesehatan [9]. Selain itu, dukungan keluarga terhadap akseptor mampu mempengaruhi keikutsertaan wanita dalam menggunakan kontrasepsi, dimana dukungan tersebut dapat berupa dukungan emosional, pengetahuan dan pekerjaan [10].

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa status gizi responden terbanyak ada pada kategori kegemukan yaitu sebesar 39,1%. Sedangkan kategori status gizi yang paling sedikit adalah kategori Obesitas III dengan IMT > 40 kg/m² yaitu sebesar 0,5%. Status gizi digambarkan dalam Indeks Massa Tubuh dengan diklasifikasi kurus, normal, kegemukan, obesitas I, obesitas II dan obesitas III [11]. Perubahan berat badan akibat pola makan terhadap gizi seimbang akan berdampak pada perubahan status gizi pada wanita [6]. Selain itu, diperlukan mengontrol aktivitas fisik, asupan nutrisi yang baik termasuk memperhatikan jenis, kuantitas dan waktu makan [12]. Penelitian lain juga menyatakan penggunaan kontrasepsi merupakan salah satu strategi untuk menurunkan angka kematian ibu dengan mengatur jarak atau jumlah kehamilan, mencegah kemungkinan wanita mengalami komplikasi selama kehamilan, persalinan dan nifas yang dapat mengakibatkan kematian [13]. Selain itu, penggunaan kontrasepsi dapat memberikan kesempatan pada wanita untuk meningkatkan kesejahteraan dan pemenuhan nutrisinya [14].

Selain itu, berdasarkan analisis pada tabel 3, penggunaan kontrasepsi memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap status gizi ($p=0,24$) Tabel F tabel di tentukan berdasarkan probabilitas yang lazim adalah 0,05. Koefisien korelasi bermakna secara statistic atau menerima hipotesis apabila F hitung > F tabel pada probabilitas tertentu. Artinya pada penelitian ini, penggunaan kontrasepsi berpengaruh terhadap perubahan status gizi wanita usia subur akseptor atau pengguna KB.

Pemilihan kontrasepsi erat kaitannya dengan pemahaman akseptor kontrasepsi terkait manfaat, resiko dan alat kontrasepsi yang paling sesuai dengan kebutuhan akseptor [5]. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pemakaian metode kontrasepsi kombinasi (hormon estrogen dan progesteron) berhubungan erat dengan durasi penggunaan kontrasepsi yang dapat peningkatan indeks massa tubuh. Kandungan hormon estrogen dan progesteron dapat bekerja secara aktif dalam merangsang pembentukan lemak tubuh yang menyebabkan terjadinya peningkatan IMT pada akseptor [15]. Selain itu, hormone esterogen menyebabkan penurunan pengeluaran natrium dan air sehingga terjadi penimbunan cairan, sedangkan hormone progesteron mempermudah metabolisme karbohidrat dan gula menjadi lemak, meningkatkan nafsu makan dan menyebabkan penurunan mobilisasi sehingga terjadi peningkatan berat badan tubuh [16].

Wanita yang menggunakan kontrasepsi levonorgestrel terbukti memiliki BMI gemuk dan sangat gemuk dibandingkan wanita yang tidak memakai alat kontrasepsi levonogestrel [17]. Penelitian lain juga menyatakan bahwa terjadinya peningkatan indeks massa tubuh pada akseptor implan berhubungan dengan penggunaan implan yang lebih lama, hal ini berkaitan dengan penurunan konsentrasi serum etonogestrel yang relatif sedikit [18]. Pemahaman dan pengetahuan yang terbatas saat ini adalah bagaimana keterkaitan indeks masa tubuh yang dapat mempengaruhi metabolisme hormon steroid pada wanita, dikarenakan perbedaan antar individu terkait genetika dan kedalaman pemasangan implan dapat mempengaruhi beberapa farmakokinetik kadar etonogestrel serum dan hormon steroid [19].

Status gizi individu selain dipengaruhi oleh penggunaan kontrasepsi juga tergantung pada asupan gizi dan kebutuhan gizinya, jika asupan gizi seimbang dengan kebutuhannya maka menghasilkan status gizi normal, karena setiap individu memiliki kebutuhan gizi yang berbeda tergantung pada usia, aktivitas, berat badan dan tinggi badan [20]. Dukungan suami, teman dan tenaga kesehatan sangat mempengaruhi penggunaan metode kontrasepsi yang dapat mempengaruhi status gizi perempuan [21]. Dukungan suami akan mempengaruhi tindakan istri untuk melaksanakan KB, serta memberi nafkah untuk istri dapat menunjang pemenuhan gizi seimbang melalui pola

makan yang sesuai dan pemenuhan prinsip gizi seimbang dengan keanekaragaman pangan dalam jumlah dan jenis yang selaras dengan kebutuhan setiap perempuan [22].

5. KESIMPULAN

Penelitian ini memberikan kesimpulan bahwa penggunaan kontrasepsi memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap status gizi wanita usia subur pengguna akseptor kontrasepsi. Saran pada peneliti selanjutnya untuk memperhatikan faktor lain sehingga status gizi wanita usia subur tetap normal meskipun memakai kontrasepsi. Perlu adanya peningkatan dan penguatan peran petugas kesehatan dalam memberikan informasi dan edukasi kepada wanita usia subur terkait informasi macam-macam metode kontrasepsi dengan menggunakan platform informasi digital yang mudah diakses oleh wanita usia subur sehingga dapat pengetahuan dan kesadaran akan pemenuhan kebutuhannya

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada politeknik kesehatan jember telah memberikan dukungan dan motivasi sehingga terselesaikannya penelitian ini dengan judul pengaruh penggunaan kontrasepsi terhadap status gizi wanita usia subur.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] BPS. Jumlah Penduduk Indonesia 2024 [Internet]. 2024. Available from: <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTk3NSMy/jumlah-penduduk-pertengahan-tahun--ribu-jiwa-.html>
- [2] Kementerian P. Pedoman Teknis Penyusunan Rencana Aksi - Edisi II Tujuan Pembangunan Berkelanjutan/ Sustainable Development Goals (TPB/SDGs). Kementeri PPN. 2020;1–23.
- [3] BPS. Persentase Wanita Berumur 15-49 Tahun dan Berstatus Kawin yang Sedang Menggunakan/Memakai Alat KB (Persen), 2024 [Internet]. 2024. Available from: <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MjE4IzI=/persentase-wanita-berumur-15-49-tahun-dan-berstatus-kawin-yang-sedang-menggunakan-memakai-alat-kb.html>
- [4] Syafar M, Azis R, Taurisa A. Faktor Yang Mempengaruhi Penggunaan Kontrasepsi IUD (Intra Uterine Device) Di Puskesmas Tinggede Irma2610197@gmail.com. Bina Gener ; J Kesehat. 2024;(1):23–35.
- [5] Cwiak C. Contraception for high risk patients. Semin Perinatol [Internet]. 2020;44(5):151268. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.semperi.2020.151268>
- [6] Suriawati DB, Indrawati V. Pengaruh Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Lebih pada Wanita Usia Subur (WUS) di Wilayah Kerja Puskesmas Kauman Ponorogo. Med Res Public Heal Inf J. 2024;1(2):28–40.
- [7] Sirait LI, Sidharta JS, Telaumbanua LK. Peningkatan Berat Badan pada Akseptor KB Pengguna Kontrasepsi Suntik. UMP Press. 2025;7:61–9.
- [8] Feriani P, Yunitasari E, Efendi F, Krisnana I, Ernawati R, Tianingrum NA, et al. A Systematic Review of Determinants Influencing Family Planning and Contraceptive Use. Iran J Nurs Midwifery Res. 2024;29(5):596–607.
- [9] Bornstein M, Huber-Krum S, Kaloga M, Norris A. Messages around contraceptive use and implications in rural Malawi. Cult Heal Sex [Internet]. 2021;23(8):1126–41. Available from: <https://doi.org/10.1080/13691058.2020.1764625>
- [10] Sherli Deviana, Widya Mariyana, Rinda Intan Sari. Hubungan Tingkat Pendidikan, Pekerjaan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Pemilihan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang Pada Wanita Usia Subur Di Klinik Bpjs Irma Solikin Mranggen Demak. Detect J Inov Ris Ilmu Kesehat. 2023;1(1):210–26.
- [11] Connor B, Jan Arif. BMI Classification Percentile And Cut Off Points [Internet]. StatPearls Publishing LLC; 2023. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK541070/>

- [12] Aulia Rizky Ramadhania, Azwaj Nailla Hasna, Rieke Kartika Winata, Heri Ridwan, Popi Sopiah. Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan terhadap Status Indeks Masa Tubuh Normal. *Sehatmas J Ilm Kesehat Masy.* 2024;3(1):58–66.
- [13] Kemenkes RI. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Dalam Angka. Kota Kediri Dalam Angka. 2023;1–68.
- [14] Wafaa Ali Belail Hammad, Neerja Gupta JCK. An overview of contraception in women with obesity. *Best Pract Res Clin Obstet Gynaecol* [Internet]. 2023;91. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1521693423001165>
- [15] Kamila E, Wildan M, Dzulhijjah DF. Perbedaan Pengaruh Lama Pemakaian Kontrasepsi Pil Kombinasi Dengan Dmpa Terhadap Peningkatan Indeks Massa Tubuh Pendahuluan Program Keluarga Berencana (KB) merupakan bagian upaya penanggulangan ledakan penduduk dunia umumnya dan penduduk Pemerintah Indo. *J Kebidanan.* 2021;10(77).
- [16] Izhar MD. Determinan Kejadian Overweight pada Wanita Usia Subur di Kota Jambi. *J Ilm Univ Batanghari Jambi.* 2020;20(2):410.
- [17] Silvia Fransina Sopacua, Kamidah Kamidah. Hubungan Lamanya Pemakaian KB Implant dengan Kenaikan Berat Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Taniwel. *J Gen Heal Pharm Sci Res.* 2024;2(3):42–55.
- [18] Lazorwitza A, Sheedera J, Teal S. Variability in repeat serum etonogestrel concentrations among contraceptive implant users during the steady-release pharmacokinetic period. *Contraception* [Internet]. 2022;108:65–8. Available from: [https://www.contraceptionjournal.org/article/S0010-7824\(21\)00463-7/abstract](https://www.contraceptionjournal.org/article/S0010-7824(21)00463-7/abstract)
- [19] Goto D, Grunden JW, Klinghardt M, Patel VP, Von Stockum S, Barnett C, et al. Effectiveness of the etonogestrel subdermal implant in users with overweight and obesity: a systematic literature review. *BMJ Sex Reprod Heal.* 2024;1–9.
- [20] Pawiyarni P. Hubungan Lama Penggunaan, Status Gizi, Aktifitas Fisik Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Akseptor KB Suntik 1 Bulan. *Simfisis J Kebidanan Indones.* 2022;2(1):253–8.
- [21] Ilmiya I, Sulistiyawati I. Analysis of Husband Support, Family, Friends dan Health Workers to The Use of MKJP in Women of Reproductive Age. *J Kebidanan Kestra.* 2022;5(1):123–8.
- [22] Eko NW. Kesehatan Reproduksi dan Keluarga [Internet]. Vol. 11, Sustainability (Switzerland). Bandung: CV. Media Sains Indonesia; 2020. 1–14 p. Available from: http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_Sistem_Pembetungan_Terpusat_Strategi_Melestari