



Media Kesmas (*Public Health Media*)

e-ISSN 2776-1339

<https://jom.htp.ac.id/index.php/kesmas>

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor KB Di Puskesmas Melur Kota Pekanbaru Tahun 2021

Mazdalifa, Jasrida Yunita, M. Dedi Widodo*, Dami Yanthi, Agus Alamsyah
STIKES Hangtuah Pekanbaru

Korespondensi : dedi.widodo@htp.ac.id*

Histori artikel

Received:
07-10-2021

Accepted:
07-03-2022

Published:
30-04-2022

Abstrak

Pada beberapa wanita KB memeang menyebabkan sedikit peningkatan berat badan (BB). Di Puskesmas Melur Kota Pekanbaru terdapat kasus 10 orang ibu yang menggunakan kontrasepsi 6 diantaranya mengalami kenaikan berat badan. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor KB Di Puskesmas Melur Kota Pekanbaru Tahun 2021. Penelitian ini berjenis kuantitatif analitik observasional dengan desain Studi Penampang Analitik (*Analytic Cross-sectional*). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Analisis data yang digunakan menggunakan analisis Univariat dan Bivariat, yaitu menggunakan perhitungan Statistik Deskriptif, Uji Chi-Square, dan Uji Regresi Logistik. Dari hasil penelitian ini diperoleh hasil variable aktivitas fisik mempunyai nilai $p = 0.015 < 0,05$ sehingga ada hubungan yang bermakna antara kenaikan Berat badan dengan aktivitas fisik akseptor KB. Nilai POR hubungan aktivitas fisik akseptor KB yang memiliki aktivitas fisik sedang dengan kenaikan berat badan adalah 3,415 (CI 95% 1,073-10,868). Hal ini berarti akseptor KB dengan aktivitas sedang memiliki resiko kenaikan berat badan 3,4 kali dibandingkan dengan akseptor KB yang mempunyai aktivitas fisik tinggi

Kata kunci : Aktivitas Fisik, Kenaikan Berat Badan, Akseptor KB

ABSTRACT

At the Melur Health Center in Pekanbaru City, there were cases of 10 mothers who used contraception, 6 of whom experienced weight gain. The purpose of this study is to find out what factors affect the weight gain of family planning acceptors at the Melur Health Center Pekanbaru City in 2021. This research is an observational quantitative analytic study with an analytical cross-sectional design. The sampling technique in this study used simple random sampling. Logistics Regression. From the results of this study, the results of the physical activity variable had a P Value of $0.015 < 0.05$ so that there was a significant relationship between weight gain and physical activity of family planning acceptors. The POR value of the relationship between physical activity of family planning acceptors who had moderate physical activity with weight gain was 3.415 (95% CI 1.073-10.868). This means that family planning acceptors with moderate activity have a 3.4 times risk of weight gain compared to family planning acceptors who have high physical activity.

Keywords : Physical Activity, KB's acceptors, Weight Gain

Latar Belakang

Indonesia menjadi Negara ke 5 di dunia terpadat penduduknya dengan perkiraan jumlah penduduk terbanyak 249 juta (Menurut World Population Data Sheet, 2013),. Dari jumlah negara Negara ASEAN ada, Indonesia memiliki luas wilayah terbesar diantara negara asean dengan jumlah penduduk terbesar. Angka Total Fertility Rate Indonesia 2,6, masih berada diatas rata-rata Total Fertility Rate Negara ASEAN yaitu 2,4 (Kemenkes, 2016). Hal ini terjadi karena laju pertumbuhan penduduk yang sangat tinggi. Jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2018 diperkirakan sebesar 265.0 juta jiwa, yang terdiri dari 133.1 juta jiwa penduduk laki-laki dan 131.8 juta jiwa penduduk perempuan (Kemenkes, 2018).

Untuk menahan laju pertumbuhan penduduk, pemerintah Indonesia mengeluarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 87 Tahun 2014 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, Keluarga Berencana, dan Sistem Informasi Keluarga yang menyebutkan bahwa program keluarga berencana adalah upaya untuk mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal melahirkan, mengatur kehamilan, dengan cara promosi, perlindungan, dan bantuan sesuai dengan hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas. Sasaran pelaksanaan yang dituju dalam program KB tersebut adalah Pasangan Usia Subur (PUS) (Kemenkes, 2016).

KB aktif pada pasangan usia subur (PUS) tahun 2018 sebesar 63,27%, hampir sama dengan tahun sebelumnya yang sebesar 63,22%. Sementara target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) yang ingin dicapai tahun 2019 sebesar 6%. Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 juga menunjukkan angka yang sama pada KB aktif yaitu sebesar 63,6%. Menurut data BKKBN tahun 2017, pengguna KB aktif tertinggi terdapat di Bengkulu yaitu sebesar 71,15% dan yang terendah di Papua sebesar 25,73%.

Metode kontrasepsi yang paling banyak digunakan oleh peserta KB aktif di Indonesia adalah suntikan (47,96%), dan terbanyak kedua adalah pil (22,41%), implant (11,20%), IUD (10,61%), MOW (3,54%), kondom (3,23%), MOP (0,64%) (BKKBN, 2017). Cakupan peserta KB aktif di Provinsi Riau pada tahun 2020 sebesar 61,3 %. Dengan jenis alat kontrasepsi yang paling banyak digunakan adalah suntik 50,3 %, pil 31,5%, implant 6,85 sisanya adalah IUD, kondom, MOW dan MOP. Jumlah pasangan usia subur di Kota Pekanbaru tahun 2020 adalah 169.419 orang. Kecamatan Sukajadi yang berada di wilayah kerja Puskesmas Melur berjumlah 4.933 orang pasangan usia subur dan 4675 peserta KB aktif . (Profil Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2020).

Berdasarkan studi awal penelitian yang dilakukan pada tanggal 15 November 2020, di Puskesmas Melur Kota Pekanbaru kepada 10 orang ibu yang menggunakan kontrasepsi didapatkan hasil 6 orang ibu mengalami kenaikan berat badan. Dari studi awal tersebut dapat dilihat bahwa lebih dari separuh ibu yang menggunakan kontrasepsi mengalami kenaikan berat badan. Terdorong karena besarnya jumlah pasangan usia subur serta tingginya cakupan KB maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor KB Di Puskesmas Melur Kota Pekanbaru Tahun 2021".

Metode

Penelitian ini berjenis kuantitatif analitik observasional dengan desain Studi Penampang Analitik (*Analytic Cross-sectional*) dimana variabel independen dan variabel dependen ditanyakan dalam waktu yang sama kepada responden (Lapau, 2012) yang

berada di Puskesmas Melur Tahun 2021. Penelitian dilakukan di Puskesmas Melur Kota Pekanbaru Tahun 2021. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan simple random sampling, dimana teknik pengambilan sampel dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Sampel pada penelitian ini berjumlah 89 orang. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan data primer dengan pengumpulan data secara langsung dengan menggunakan angket atau kuesioner. Analisis data yang digunakan menggunakan analisis Univariat dan Bivariat, yaitu menggunakan perhitungan Statistik Deskriptif, Uji Chi-Square, dan Uji Regresi Logistik yang pengujiannya menggunakan alat bantu SPSS 17

Hasil

Dari hasil pengolahan data kuesioner tentang faktor faktor yang berhubungan dengan kenaikan berat badan akseptor KB di Puskesmas Melur Tahun 2021, didapatkan data sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Variabel Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor KB di Puskesmas Melur Pekanbaru Tahun 2021

Variabel dan Katergori	Frekuensi	Persentase
Kenaikan Berat Badan		
Tidak Naik	46	51,7
Naik	43	48,3
Total	89	100

Sumber : Analisis Data Primer

Dari Tabel di atas didapatkan bahwa 43 orang atau 48,3 % mengalami kenaikan berat badan. Sedangkan yang tidak mengalami kenaikan sebanyak 46 orang (51,7%)

Tabel 2 Distribusi Variabel Aktivitas Fisik Pada Akseptor KB di Puskesmas Melur Pekanbaru Tahun 2021

Variabel dan Katergori	Frekuensi	Persentase
Aktivitas Fisik		
Rendah	9	10,1
Tinggi	80	89,1
Total	89	100

Sumber : Analisis Data Primer

Dari Tabel di atas didapatkan bahwa Mayoritas Akseptor KB di Puskesmas Melur Pekanbaru memiliki Pola Aktivitas tinggi yaitu 80 (89,1 %), sedangkan yang paling sedikit adalah akseptor dengan pola aktifitas rendah yaitu 9 orang (10,1%)

Tabel 3 Distribusi Variabel Jenis Kontrasepsi Pada Akseptor KB di Puskesmas Melur Pekanbaru Tahun 2021

Variabel dan Katergori	Frekuensi	Persentase
Jenis Kontrasepsi		

Hormonal	39	43,8
Non Hormonal	50	56,2
Total	89	100

Sumber : Analisis Data Primer

Dari Tabel di atas didapatkan bahwa Mayoritas Akseptor KB di Puskesmas Melur Pekanbaru menggunakan kontrasepsi Non Hormonal yaitu 50 (56,2 %), sedangkan Akseptor yang menggunakan kontrasepsi hormonal adalah 39 (43,8%)

Tabel 4 Distribusi Variabel Lama Pemakaian Kontrasepsi Pada Akseptor KB di Puskesmas Melur Pekanbaru Tahun 2021

Variabel dan Katergori	Frekuensi	Persentase
Lama Pemakaian		
Kurang : 1-2 tahun	39	43,8
Lama : > 4tahun	50	56,2
Total	89	100

Sumber : Analisis Data Primer

Dari Tabel di atas didapatkan bahwa mayoritas Akseptor KB di Puskesmas Melur Pekanbaru lama jangka waktu menggunakan kontrasepsi kurang (≤ 2 tahun) yaitu 43,8 (43,8 %), sedangkan Akseptor yang menggunakan kontrasepsi jangka waktu lama adalah 50 (56,2 %)

Tabel 5 Distribusi Variabel Pola Makan Akseptor KB di Puskesmas Melur Pekanbaru Tahun 2021

Variabel dan Katergori	Frekuensi	Persentase
Pola Makan		
Teratur	39	43,8
Tidak Teratur	50	56,2
Total	89	100

Sumber : Analisis Data Primer

Dari Tabel di atas didapatkan bahwa Mayoritas Akseptor KB di Puskesmas Melur Pekanbaru memiliki pola makan yang tidak teratur yaitu 50 (56,2 %), sedangkan Akseptor yang memiliki pola makan teratur adalah 39 (43,8%)

Tabel 6 Distribusi Variabel Peranan Petugas Kesehatan di Puskesmas Melur Pekanbaru Tahun 2021

Variabel dan Katergori	Frekuensi	Persentase
Peranan Petugas Kesehatan		
Kurang	27	30,3
Baik	62	69,7
Total	89	100

Sumber : Analisis Data Primer

Dari Tabel di atas didapatkan bahwa Mayoritas Akseptor KB di Puskesmas Melur

Pekanbaru mengatakan peranan petugas kesehatan Baik dalam Pelayanan KB yaitu 62 (69,7 %), sedangkan Akseptor yang mengatakan peranan petugas kesehatan kurang adalah 27 (30,3%)

Tabel 7 Distribusi Variabel Kelengkapan Sarana dan Prasarana di Puskesmas Melur Pekanbaru Tahun 2021

Variabel dan Katergori	Frekuensi	Persentase
Kelengkapan Sarana dan Prasarana Tidak Lengkap	41	23,6
Lengkap	48	76,4
Total	89	100

Sumber : Analisis Data Primer

Dari Tabel di atas didapatkan bahwa Mayoritas Akseptor KB di Puskesmas Melur Pekanbaru menyatakan bahwa Kelengkapan sarana dan prasarana lengkap yaitu 48 (53,9 %), sedangkan Akseptor yang mengatakan bahwa sarana dan prasarana tidak lengkap adalah 41 orang (46,1%).

Hasil Analisis Bivariat Hubungan Variabel Jenis dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Pengguna KB di Puskesmas Melur Pekanbaru

Dari Variable Jenis Kontrasepsi dengan kenaikan berat badan didapatkan hasil dimana nilai P $0,566 > 0,05$ sehingga tidak ada hubungan bermakna antara jenis kontrasepsi dengan kenaikan berat badan akseptor KB.

Hasil Analisis Bivariat Hubungan Variabel Lama Pemakaian dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Pengguna KB di Puskesmas Melur Pekanbaru

Dari Variabel lama pemakaian kontrasepsi dengan dengan kenaikan berat badan didapatkan hasil bahwa nilai p $1,000 > 0,05$ sehingga tidak ada hubungan bermakna antara lama pemakaian kontrasepsi dengan kenaikan berat badan akseptor KB.

Hasil Analisis Bivariat Hubungan Variabel Pola Makan dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Pengguna KB di Puskesmas Melur Pekanbaru

Dari Variabel pola makan dengan kenaikan berat badan didapatkan hasil bahwa nilai p $0,884 > 0,00$ sehingga tidak ada hubungan bermakna antara pola makan dengan kenaikan berat badan akseptor KB.

Hasil Analisis Bivariat Hubungan Variabel Peran Petugas Kesehatan dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Pengguna KB di Puskesmas Melur Pekanbaru

Dari Variabel Peran petugas dengan kenaikan berat badan akseptor KB didapatkan hasil

bahwa nilai $p = 1,000 > 0,05$ sehingga tidak ada hubungan bermakna antara peran petugas kesehatan dengan kenaikan berat badan akseptor KB.

Hasil Analisis Bivariat Hubungan Variabel Kelengkapan Sarana dan Prasarana dengan Kenaikan Berat Badan Pada Akseptor Pengguna KB di Puskesmas Melur Pekanbaru

Dari Variabel kelengkapan sarana dan prasarana didapatkan dengan kenaikan berat badan didapatkan bahwa nilai $p = 0,736 > 0,05$ sehingga tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kelengkapan sarana dan prasarana terhadap kenaikan berat badan akseptor KB.

Pembahasan

Hubungan Aktivitas Fisik dengan kenaikan berat badan akseptor KB

Dari hasil penelitian ini didapatkan hasil bahwa ada hubungan yang bermakna antara kenaikan Berat badan dengan aktivitas fisik akseptor KB. Aktifitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga dan energi ataupun pembakaran kalori. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas fisik yang tidak ada (kurangnya aktivitas fisik) merupakan faktor risiko independen untuk penyakit kronis, dan secara keseluruhan diperkirakan menyebabkan kematian secara global. (Rahman A, Wiwin NW, 2018)

Hal itu dikarenakan banyak responden yang memiliki pekerjaan sebagai Ibu rumah tangga, sehingga aktifitas yang dilakukan tidak terlalu berat, yang mengakibatkan terjadi kenaikan berat badan. Menurut asumsi peneliti yang aktivitas fisiknya rendah tetapi mengalami kenaikan berat badan 6-10 kg karena masih ada faktor yang lain seperti penurunan hormon diantaranya hormon pertumbuhan, estrogen, progesteron, dan dua hormone tiroid, dan yang aktivitas fisiknya sedang dan mengalami kenaikan berat badan 6-10 kg karena seiring bertambahnya usia maka akan sering duduk untuk mengerjakan aktivitas, aktivitas fisik akan berkurang sehingga asupan gizi seperti kalori bukannya diubah menjadi energi melainkan akan disimpan sebagai lemak

Dari hasil penelitian diatas, peneliti berasumsi bahwa para Akseptor KB hendaknya dapat melakukan aktivitas fisik yang berimbang, untuk mengurangi resiko kenaikan berat badan selama pemakaian KB. Para akseptor KB bisa melakukan olahraga jenis apa pun yang disukai untuk mencegah kenaikan berat badan saat memakai KB. Lakukanlah olahraga secara rutin minimal 30 menit sehari

Hubungan Jenis Kontrasepsi dengan kenaikan berat badan akseptor KB

Dari hasil olah data pada penelitian ini, didapatkan tidak ada hubungan bermakna antara jenis kontrasepsi dengan kenaikan berat badan akseptor KB. Rata-rata akseptor pada penelitian ini memilih menggunakan kontrasepsi non hormonal dan berat badannya cenderung tetap pada masa pemakaian kontrasepsi.

Dari hasil penelitian ini, jenis kontrasepsi tidak mempengaruhi kenaikan berat badan akseptor. Hal ini dimungkinkan karena akseptor KB yang menjadi responden dalam penelitian ini lebih banyak menggunakan KB Non Hormonal yang pemakaiannya tidak akan mempengaruhi kenaikan berat badan aseptor.

Dari hasil penelitian di atas, peneliti berasumsi bahwa para akseptor KB hendaknya bijak dalam memilih jenis kontrasepsi untuk memperkecil risiko kenaikan berat badan. Selain KB hormonal, akseptor KB bisa mempertimbangkan penggunaan kontrasepsi yang tidak memiliki risiko kenaikan berat badan, misalnya IUD, spermisida, *cervical cap*, atau diafragma. Konsultasikan kepada petugas kesehatan terlebih dahulu untuk menentukan

alat kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi akseptor KB.

Hubungan Lama Pemakaian dengan kenaikan berat badan akseptor KB

Dari hasil olah data pada penelitian ini, didapatkan hasil bahwa tidak ada hubungan bermakna antara lama pemakaian kontrasepsi dengan kenaikan berat badan akseptor KB. Dari kuesioner pada kategori lama pemakaian 2-4 tahun, banyak responden yang mengalami kenaikan berat badan. Namun lama pemakaian tersebut bukan merupakan faktor yang mengakibatkan responden mengalami kenaikan berat. Dari hasil kuesioner yang disebar, kenaikan berat responden lebih banyak di pengaruhi dari segi aktivitas fisik responden. Belum lagi adanya faktor responden pada penelitian tahun ini lebih banyak memilih KB Non Hormonal, sehingga walaupun digunakan dalam waktu yang lama tidak memiliki efek samping yang mengakibatkan kenaikan berat badan responden.

Dari hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa rata-rata akseptor yang menjadi responden lebih memilih alat kontrasepsi non hormonal dengan alasan lebih praktis dan efektifitas tinggi dan dalam penggunaan kontrasepsi yang rasional untuk tujuan menjarangkan kehamilan kontrasepsi non hormonal dapat dipakai 2- 4 tahun atau sesuai dengan jarak kehamilan yang diinginkan. Alat kontrasepsi non hormonal merupakan salah satu alat kontrasepsi yang paling sedikit mengakibatkan kenaikan berat badan saat penggunaan dalam jangka waktu yang lama. Bagi para akseptor KB bisa mempertimbangkan pemilihan kontrasepsi yang bisa di gunakan dalam jangka waktu yang lama dan aman dari resiko kenaikan berat badan dengan mengkonsultasikan ke tenaga kesehatan yang ada. Untuk menyiasati pemakaian KB dalam waktu yang lama, akseptor KB juga bisa mengganti jenis kontrasepsi yang digunakan dengan terlebih dulu konsultasi ke petugas kesehatan

Hubungan Pola Makan dengan kenaikan berat badan akseptor KB

Dari hasil olah data pada penelitian ini, didapatkan hasil tidak ada hubungan bermakna antara pola makan dengan kenaikan berat badan akseptor KB. Pola makan seseorang adalah besarnya frekuensi seseorang untuk mengkonsumsi makanan. Sistem pengontrol yang mengatur perilaku makanan terletak pada suatu bagian otak yang disebut hipotalamus. Hipotalamus mengandung banyak pembuluh darah, kemudian bertugas menggerakkan nafsu makan sehingga menyebabkan kenaikan berat badan akibat dari nafsu makan yang meningkat. Pengaruh asupan kalori dengan kenaikan berat badan pada ibu pengguna KB suntik 3 bulan disebabkan banyaknya asupan kalori yang dikonsumsi ibu. Namun pada penelitian ini Akseptor KB yang menjadi responden dalam penelitian ini lebih banyak memakai alat kontrasepsi Non Hormonal, sehingga tidak memacu nafsu makan sehingga tidak mempengaruhi kenaikan berat badan.

Menurut asumsi peneliti yang pola makannya jarang tetapi mengalami kenaikan berat badan 6-10 kg karena masih banyak faktor lain seperti memilih makanan kurang tepat, sebagai contoh kita hanya mengkonsumsi sepotong kue yang sebenarnya kaya akan kandungan gula dan kalori. Hal ini akan mudah membuat tubuh kita menjadi lebih gemuk. Sedangkan responden yang pola makannya cukup dan mengalami kenaikan berat badan 6- 10 kg karena kurang tidur dimana jika kurang tidur akan lebih mudah menaikkan berat badan karena kurang tidur bisa memicu menurunnya fungsi hormone leptin dan ghrelin yaitu hormon pengendali nafsu makan di dalam tubuh jadi kita akan mudah lapar dan sistem metabolisme tubuh menurun yang tentu akan membuat berat badan menjadi mudah naik. Sedangkan yang pola makannya sering dan mengalami kenaikan berat badan > 10 kg karena semakin sering makan dan ngemil akan memudahkan bertambahnya berat badan dengan cepat. Namun pada penelitian ini kenaikan berat badan yang terjadi menurut peneliti, lebih karena pengaruh aktivitas fisik responden yang rata-rata merupakan ibu rumah tangga yang memiliki aktivitas fisik cenderung rendah.

Dari asumsi peneliti diatas, peneliti berkesimpulan bagi para akseptor KB selama penggunaan KB hendaknya dapat menyeimbangkan asupan gizi yang dikonsumsi dan menjaga pola makan agar dapat mengurangi resiko kenaikan berat badan pada saat pemakaian KB. Kunci utama untuk menjaga berat badan tetap ideal meskipun sedang minum pil KB adalah menerapkan pola makan sehat. Batasi asupan karbohidrat olahan, seperti pasta, mi, dan roti putih, yang bisa membuat nafsu makan tidak terkendali dan kamu pun cepat lapar lagi setelah makan. Sebagai gantinya, bisa mengonsumsi buah-buahan, sayuran, gandum utuh, dan kacang-kacangan. Perbanyak juga konsumsi protein, seperti ikan, tahu, tempe, dan produk susu rendah lemak, untuk meningkatkan metabolisme dalam tubuh. Selain itu, jangan sampai lewatkan waktu sarapan dan selalu kontrol porsi makan.

Hubungan Peran Petugas Kesehatan dengan kenaikan berat badan akseptor KB

Dari hasil olah data pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa tidak ada hubungan bermakna antara peran petugas kesehatan dengan kenaikan berat badan akseptor KB.

Dari hasil kuesioner pada penelitian ini menunjukkan para petugas kesehatan sudah memberikan pelayanan dan edukasi yang baik bagi para akseptor KB. Namun hal tersebut tidak mempengaruhi kenaikan berat badan akseptor KB. Hal ini bisa saja terjadi karena pada dasarnya para akseptor KB sudah memiliki pengetahuan sendiri mengenai KB yang akan dipilih sebelum memutuskan bertemu dengan petugas kesehatan di fasilitas kesehatan masing-masing. Asumsi peneliti, peran petugas akan mempengaruhi kenaikan berat badan apabila dihadapkan dengan akseptor yang baru akan menggunakan KB. Namun bagi akseptor yg sudah memakai KB dalam jangka waktu yang lama, peran petugas kesehatan hanya sebatas pelayanan dalam pemasangan KB bukan sebagai konselor saat memutuskan memilih alat kontrasepsi. Seperti diketahui dalam penelitian ini responden yang dipilih merupakan akseptor KB yang sudah memakai KB rata-rata selama 2-4 tahun. Jadi dalam hal ini, peran petugas kesehatan hanya sebagai petugas pelayanan dalam pemasangan kembali KB secara berkala.

Dari asumsi peneliti diatas, dapat ditarik kesimpulan pentingnya peranan petugas kesehatan bagi para akseptor KB untuk memberikan informasi yang lengkap tentang KB kepada akseptor KB pemula. Sehingga peneliti menyarankan bagi para petugas kesehatan agar lebih aktif lagi dalam memberikan edukasi terkait KB kepada para akseptor KB pemula, terutama pada saat pemilihan alat kontrasepsi yang tepat untuk para akseptor KB. Karena diharapkan semakin tereduksi para akseptor KB, akan semakin membantu para akseptor KB dalam memilih KB yang tepat sehingga mengurangi resiko kenaikan berat badan saat pemakaian KB.

Hubungan kelengkapan sarana dan prasarana dengan kenaikan berat badan akseptor KB

Variabel kelengkapan sarana dan prasarana tidak memiliki hubungan yang bermakna antara kelengkapan sarana dan prasarana terhadap kenaikan berat badan akseptor KB. Asumsi peneliti, bahwa memang ketersediaan Pil KB yang merupakan alat kontrasepsi hormonal dalam jumlah yang banyak dan penggunaan yang praktis dan efisien sangat memudahkan akseptor memilih KB pil sehingga memiliki kemungkinan terhadap efek samping kenaikan berat badan. Namun dengan adanya kelengkapan sarana dan prasarana yang memadai di Puskesmas tempat mengadakan penelitian misalnya jenis alat kontrasepsi lain selain pil KB, misal kontrasepsi suntik, IUD, spermisida, *cervical cap*, atau diafragma, spuit dan alat pendukung lain para akseptor KB memudahkan akseptor KB memilih alat kontrasepsi non Hormonal sehingga mengurangi resiko kenaikan berat badan pada akseptor KB.

Dari asumsi peneliti diatas, berkesimpulan diharapkan adanya peningkatan sarana dan prasarana yang terkait dengan ketersediaan alat kontrasepsi dalam bentuk apapun dengan harga yang terjangkau oleh masyarakat luas sehingga para akseptor KB

mempunyai pilihan yang terjangkau saat menentukan KB yang tepat untuk digunakan.

Kesimpulan

Dari Variable aktivitas fisik dengan kenaikan berat badan terdapat hasil dimana nilai $p = 0,045 < 0,05$ sehingga ada hubungan yang bermakna antara kenaikan Berat badan dengan aktivitas fisik akseptor KB. Nilai OR hubungan aktivitas fisik akseptor KB yang memiliki aktivitas fisik rendah dengan kenaikan berat badan adalah 8,842 (CI 95% 1,056-74,009). Hal ini berarti akseptor KB dengan aktivitas rendah memiliki resiko kenaikan berat badan 9 kali dibandingkan dengan akseptor KB yang mempunyai aktivitas fisik tinggi. Variabel independen lainnya dalam penelitian ini tidak mempengaruhi kenaikan berat badan pada akseptor KB di Puskesmas Melur tahun 2021.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih atas izin penelitian kepada kepala Puskesmas Melur.

Daftar Pustaka

- Andari, NH, 2016 *Faktor faktor yang berhubungan dengan perilaku penggunaan Alat Kontrasepsi KB Suntik pada wanita Usia Subur di Puskesmas Jombang – Kota Tangerang Selatan Tahun 2016*
- Aziz H, 2020 *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kenaikan Berat Badan Akseptor Kb Di Klinik Medisca Cimanggis Depok Jawa Barat Tahun 2020*
- Baja, F. 2019. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Dan Aktivitas Fisik Status Gizi Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Yogyakarta*
- Ekawati, D. 2010. *Pengaruh KB Suntik Terhadap Peningkatan Berat Badan Di BPS Siti Syamsiyah Wonokarto Wonogiri*
- Hartanto. 2014. *Keluarga Berencana Dan Kontrasepsi*. Jakarta. Pustaka Sinar Harapan
- Heryuditasari, K. 2018. *Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang*
- Huda, N. 2016. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Penggunaan Alat Kontrasepsi Pada Wanita Usia subur Di Puskesmas Jombang Kota Tangerang Selatan*.
- Irianto, Koes. 2012. *Anatomi Dan Fisiologi*. Bandung. Penerbit Alfabeta
- Kemenkes, 2012. *Buku Panduan Hari Kesehatan Nasional*. Jakarta
- , 2018. *Profil Kesehatan Riau*
- , 2019. *Profil Kesehatan Kota Pekanbaru*
- , 2016. *Profil Kesehatan Indonesia*
- Liando H, 2015. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat Badan Ibu Pengguna Alat Kontrasepsi Suntik Di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan*

- Manuaba, I.B.G., 2018. *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta: Buku Kedokteran. EGC
- Mulyani S.N. 2013. *Keluarga Berencana dan Alat Kontrasepsi*. Yogyakarta. Nuha Medika
- Oktariani, T. 2013. *Hubungan Penggunaan Metode Kontrasepsi Hormonal Dengan Pertambahan Berat Badan Di Wilayah Kerja Puskesmas Mandiangin Koto Selayan Kota Bukittinggi*
- Pratiwi, D. 2013. *Hubungan Antara Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Suntik DPMA Dengan Peningkatan Berat Badan Di Puskesmas Lapai Kota Padang*
- Prawiroharjo, S. 2013. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Sarwono
- Purnamasari, D. 2009. *Hubungan Lama Pemakaian KB Suntik Depo Medroks Progesteron Asetat (Dmpa) Dengan Perubahan Berat Badan Di Bps (Bidan Praktek Swasta) "Yossi Trihana" Jogonalan Klaten*
- Purwanti, A. 2013. *Perubahan Berat Badan Pada Peserta Kontrasepsi Suntik Depomedroksi Progesteron Asetat Di Desa Puri Semanding Kecamatan Plandaan Kabupaten Jombang*
- Saifuddin AB. 2012. *Panduan Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: Bina Pustaka
- Sartika, Wiwi, 2017 *Faktor yang mempengaruhi penggunaan KB Suntik Tahun 2017*
- Sastrariah. 2016. *Faktor-faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan pada ibu pengguna KB suntik 3 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pamboang Kabupaten Majene*
- Sembiring, J. 2019. *Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor Kontrasepsi Suntik Di Puskesmas Batahan Kecamatan Batahan Kabupaten Mandailing Natal*
- Septiani, E. 2019. *Pengaruh Lamanya Pemakaian KB Suntik Terhadap Berat Badan Pada Akseptor di PMB Hj. Ernawati, SST Seputih Agung Tahun 2019*
- Soetjningsih. 2014. *Tumbuh Kembang dan Permasalahannya*. Jakarta. Sagung Seto.
- Solang, S. 2016. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kenaikan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik di Puskesmas Ranotana Weru Kecamatan Wanea Kota Manado*
- Susila, I. 2015. *Hubungan Kontrasepsi Suntik Dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor. Studi Di BPS Dwenti K.R. Desa Sumberejo Kabupaten Lamongan*
- Sulistryawati, A. 2011. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta. Salemba Medika
- Sumantri, Apria. 2018. *Hubungan Kenaikan Berat Badan Dengan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan*.
- Wiknjosastro H. 2017. *Ilmu Kebidanan. Edisi Ke-4 Cetakan Ke-2*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Sartika, W. 2020. *Faktor Yang Mempengaruhi Penggunaan KB Suntik*.
- Nafarin, M. (2013). *Penganggaran Perusahaan. Edisi ketiga, Cetakan kedua, Buku 1*. Jakarta : Salemba Empat.
- Notoadmodjo, S. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Oktaviani. (2011). *Pengendalian Dalam Pengelolaan Barang Umum di Unit Logistik Rumah Sakit*. Depok Perbup No.1 (2009) Rincian Tugas, Fungsi Tata Kerja RSUD Soreang Perda (2019) Pengolahan Barang Milik Daerah. Bandung.

Rengkuty, Freddy. () *Manajemen Persediaan Cetakan ke-2*. Jakarta : Grafindo Persada.
Rencana Strategis (Renstra) Rumah Sakit Umum Daerah Soreang Kabupaten Bandung, 2016-2021.