

HUBUNGAN EFEK SAMPING KB DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA AKSEPTOR KB SUNTIK 3 BULAN DI PUSKESMAS BANDARJAYA LAMPUNG TENGAH

Kartika Sari¹⁾, Yuli Irnawati²⁾, Evi Erlina Ristyaningrum³⁾, Salwa Annisa⁴⁾

^{1, 2, 3, 4}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati

Email: tikatikasari13@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu sasaran kebijakan yang tertuang dalam dokumen rencana strategis BKKBN 2020-2024 yaitu meningkatnya keikutsertaan keluarga dalam Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi. Beberapa efek samping KB suntik 3 bulan yang mungkin terjadi termasuk perubahan pola menstruasi, perdarahan tidak teratur, perubahan mood, peningkatan berat badan, mungkin juga terjadi kehilangan massa tulang jika penggunaan berlangsung dalam jangka waktu yang Panjang. Beberapa efek samping KB suntik 3 bulan yang mungkin terjadi termasuk perubahan pola menstruasi, perdarahan tidak teratur, perubahan mood, peningkatan berat badan, mungkin juga terjadi kehilangan massa tulang jika penggunaan berlangsung dalam jangka waktu yang Panjang. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan efek samping KB dengan Tingkat kecemasan akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah Akseptor KB suntik 3 bulan yang mengalami efek samping di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah sebanyak 76 Akseptor. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-April 2024 di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah. Pengumpulan data dengan lembar kuesioner, analisis data secara univariat dan bivariat (*Chi-Square*). Hasil uji statistik diperoleh p-value 0,000 yang berarti p-value < 0,05 (H_a diterima dan H_o ditolak) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan efek samping dengan tingkat kecemasan Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah.

Kata Kunci: KB Suntik 3 Bulan, Efek Samping KB, Tingkat Kecemasan

ABSTRACT

One of the policy targets stated in the BKKBN 2020-2024 strategic plan document is to increase family participation in Family Planning and Reproductive Health. Some possible side effects of 3-month injection contraception include changes in menstrual patterns, irregular bleeding, mood changes, weight gain, and possible loss of bone mass if used for a long period of time. Some possible side effects of 3-month injection contraception include changes in menstrual patterns, irregular bleeding, mood changes, weight gain, and possible loss of bone mass if used for a long period of time. The purpose of this study was to determine the relationship between side effects of contraception and the level of anxiety of 3-month injection contraception acceptors at the Bandarjaya Health Center, Central Lampung. This study used a quantitative approach with a cross-sectional approach. The population in this study were 76 3-month injection contraception acceptors who experienced side effects at the Bandarjaya Health Center, Central Lampung. This study was conducted in March-April 2024 at the Bandarjaya Health Center, Central Lampung. Data collection using questionnaires, data analysis using univariate and bivariate (Chi-Square). The results of statistical tests obtained a p-value of 0.000, which means p-value < 0.05 (H_a is accepted and H_o is rejected), so it can be concluded that there is a relationship between side effects and the level of anxiety of 3-month injectable contraceptive acceptors at the Bandarjaya Health Center, Central Lampung.

Keywords: 3-Month Injectable KB, KB Side Effects, Anxiety Level

PENDAHULUAN

Salah satu sasaran kebijakan yang tertuang dalam dokumen rencana strategis BKKBN 2020-2024 yaitu meningkatnya keikutsertaan keluarga dalam Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi (Kemenkes RI, 2021).

Menurut data BPS, Susenas Maret 2019-2021 jumlah akseptor yang memilih kontrasepsi jenis suntik mencapai 55,15% dan merupakan tertinggi dibandingkan jenis kontrasepsi lainnya. Beberapa efek samping KB suntik 3 bulan yang mungkin terjadi termasuk perubahan

pola menstruasi, perdarahan tidak teratur, perubahan mood, peningkatan berat badan, mungkin juga terjadi kehilangan massa tulang jika penggunaan berlangsung dalam jangka waktu yang Panjang (Kemenkes RI, 2022).

Efek samping tersebut menyebabkan akseptor mengalami kekhawatiran, kecemasan yang berlebihan, sehingga sebelum menggunakan kontrasepsi suntik tiga bulan akseptor harus mengetahui dan memahami tentang efek samping yang ditimbulkan sehingga tidak menimbulkan drop out (Mufdalifah dan Aryekti, 2016).

Permasalahan yang terjadi di masyarakat juga karena munculnya persepsi negatif tentang alat kontrasepsi. Berbagai rumor yang berkembang di masyarakat sering kali menyebabkan akseptor KB ketakutan menggunakan metode kontrasepsi. Adanya persepsi tersebut menyebabkan masyarakat menjadi takut dan cemas untuk mengikuti cara metode kontrasepsi yang ada dalam program keluarga berencana termasuk KB suntik 3 bulan sehingga meningkatkan kecemasan ibu dalam menghadapi efek samping yang diakibatkan memakai alat kontrasepsi KB suntik 3 bulan (Maryam, 2014).

Berdasarkan hasil survey awal pendahuluan dengan wawancara pada bulan September 2023 yang dilakukan terhadap 10 akseptor KB 3 bulan di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah di dapatkan hasil 9 (90%) diantaranya mengalami gangguan mentruasi,

peningkatan berat badan, pusing dan lamanya kembali ke masa fertilitas sehingga menyebabkan akseptor merasa khawatir dan cemas akan keadaan yang di alaminya saat ini.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan efek samping KB dengan tingkat kecemasan Akseptor suntik KB 3 Bulan di Puskesmas Bandarjaya, Lampung Tengah”. Wanita usia subur sering mengalami kecemasan mengenai efek samping yang ditimbulkan alat kontrasepsi, terutama kontasepsi hormonal. Hal ini dapat mempengaruhi tingkat penggunaan metode kontrasepsi.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah Akseptor KB suntik 3 bulan yang mengalami efek samping di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah sebanyak 76 Akseptor. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-April 2024 di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah. Pengumpulan data dengan lembar kuesioner, analisis data secara univariat dan bivariat (*Chi-Square*).

HASIL

1. Univariat

- Mengetahui Kejadian Efek Samping KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah

Tabel 1

Kejadian efek samping KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah

Kategori	Frequency	Percent
Efek Samping Ringan	72	94.7
Efek Samping Berat	4	5.3
Total	76	100.0

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil responden yang mengalami efek samping ringan sebanyak 72 (94,7%) responden, yang mengalami efek samping berat sebanyak 4 (5,3%) responden

- Mengetahui tingkat kecemasan akseptor KB suntik 3 bulan di Wilayah Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah

Tabel 2

Tingkat Kecemasan Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Wilayah Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah

Kategori	Frequency	Percent
<14 Tidak Cemas	24	32.0
14-20 Cemas Ringan	41	54.7
21-27 Cemas Sedang	7	8.0

28-41 Cemas Berat	4	5.3
Total	76	100.0

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil responden yang tidak cemas sebanyak 24 (32%) responden, cemas ringan sebanyak 41 (54,7%) responden, cemas sedang sebanyak 7 (8%) responden, cemas berat sebanyak 4 (5,3%) responden.

2. Bivariat

- Hubungan Efek samping KB dengan Tingkat Kecemasan Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah

Tabel 3
Hubungan Efek samping KB dengan Tingkat Kecemasan Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah

Kategori	Efek samping ringan		Efek samping berat		Total		p-value
	<i>f</i>	%	<i>F</i>	%			
<14 Tidak Cemas	24	32,0	0	0	24	100	0,00
14-20 Cemas Ringan	41	54,7	0	0	41	100	
21-27 Cemas Sedang	7	8,0	0	0	4	100	
28-41 Cemas Berat	0	0	4	5,3	4	100	
Total	72	94,7	4	5,3	76	100	

Hasil uji statistik diperoleh p-value 0,000 yang berarti p-value < 0,05 (H_a diterima dan H_o ditolak) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan efek samping dengan tingkat kecemasan Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah

PEMBAHASAN

1. Univariat

- Mengetahui Kejadian efek samping KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil responden yang mengalami efek samping ringan sebanyak 72 (94,7%) responden, yang mengalami efek samping berat sebanyak 4 (5,3%) responden.

KB suntik 3 bulan merupakan suntikan progestin yang diberikan melalui suntikan intramuscular setiap tiga bulan. Kontrasepsi ini adalah jenis metode ini memiliki efektivitas yang tinggi (Rochmawati & Manurung, 2019a, 2019b). Kontrasepsi ini mengandung komposisi 150 mg *Depo Medroxy Progesterone Acetat* yang merupakan suspense cair dan mengandung kristal mikro depo medroksiprogesteron yang merupakan progestin (Priyanti & Syalfina, 2019).

Setiap metode kontrasepsi yang ada mempunyai efek samping khususnya metode kontrasepsi hormonal termasuk kontrasepsi suntik 3 bulan adalah salah satu metode kontrasepsi hormonal yang mengandung progestin. Setelah akseptor menerima suntikan makan hormon progestin yang dikandung alat kontrasepsi mempunyai efek samping mengentalkan serviks sehingga sel sperma menjadi susah aktif kearah rahim. Selain itu, progestin ini juga menghalangi ovulasi dan dinding rahim menjadi tidak kondusif lagi bagi sel telur yang telah dibuahi. Kinerja pada hormon dapat memberikan efek samping pada tubuh akseptor KB. Efek samping yang mungkin timbul pada akseptor KB suntik 3 bulan yaitu adanya perubahan siklus menstruasi (menstruasi dapat menjadi lebih pendek, lebih panjang, flek/spotting, lalu menstruasi akan menjadi jarang atau berhenti sama sekali), berat badan menjadi naik, tidak bisa seketika menjadi subur, gairah seks berkurang, sakit kepala, nyeri payudara, perubahan mood dan jerawat (Wulan Sari et al., 2015).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fitri Yulisatuti, 2020 diketahui bahwa mayoritas responden

mengalami efek samping KB suntik 3 Bulan di antaranya amenorea sebanyak 32 responden, terjadi spotting sebanyak 17 responden, tidak ada yang mengalami menoragia, terjadi keputihan sebanyak 18 responden, terjadi kenaikan berat badan sebanyak 29 responden, terjadi pusing atau sakit kepala 18 responden dan terjadi mual muntah sebanyak 16 responden.

Penelitian yang dilakukan oleh Dian Puspita Sari, 2021 menunjukkan bahwa efek samping penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan adalah gangguan pola menstruasi 47 orang, perdarahan 29 orang, penambahan berat badan 36 orang, gangguan sakit kepala 22 orang, yang mengalami perut kembung, nyeri 20 orang dan yang mengalami tekanan darah tinggi sebanyak 31 orang.

b. Mengetahui tingkat kecemasan akseptor KB suntik 3 bulan di wilayah Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil responden yang tidak cemas sebanyak 24 (32%) responden, cemas ringan sebanyak 41 (54,7%) responden, cemas sedang sebanyak 7 (8%) responden, cemas berat sebanyak 4 (5,3%) responden

Kecemasan adalah keadaan emosi tanpa objek tertentu (Steward, 2015). Kecemasan dipicu oleh hal yang tidak diketahui dan menyertai semua pengalaman baru, seperti masuk sekolah, memulai pekerjaan baru atau melahirkan anak. Karakteristik kecemasan ini yang membedakan dari rasa takut. Sedangkan tidak cemas adalah kondisi dimana seseorang tidak mengalami suatu reaksi atau respon terhadap kecemasan terutama pada akseptor KB suntik 3 bulan (Steward, 2015).

Menurut penelitian yang dilakukan dijabotabek terhadap 208 orang akseptor KB suntik 3 bulan, sebanyak 76% mengaku cemas ketika mengalami spotting (Septianingrum et al., 2018). Kondisi ini dapat mengakibatkan kecemasan pada ibu sehingga sering menimbulkan masalah psikologis misalnya ibu menjadi lebih sensitif perasaannya, mudah marah dan emosi menjadi tidak stabil dan berdampak pada kehidupan rumah tangganya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sitepu, dkk, 2022

didapatkan tingkat kecemasan akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bulango Selatan yang paling mendominasi yaitu ibu dengan cemas ringan sebanyak 33 responden (44.0%) sedangkan yang paling sedikit yaitu ibu dengan tidak cemas sebanyak 6 responden (8.0%)

2. Analisis Bivariat

Hasil uji statistik diperoleh *p-value* 0,000 yang berarti *p-value* < 0,05 maka H_0 diterima dan H_a ditolak yang dapat disimpulkan bahwa ada hubungan efek samping dengan tingkat kecemasan Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah.

Kecemasan yang ada pada akseptor KB suntik 3 bulan dengan tidak ada efek samping, disebabkan karena kebanyakan akseptor KB suntik 3 bulan kurang mengetahui tentang efek samping KB suntik. Pemilihan tersebut tidak dapat dilakukan sampai masing masing mempunyai pengetahuan dasar mengenai setiap metode yang digunakan serta efek samping yang timbul akibat pemakaian KB suntik (Nursalam dan Pariyani, 2009)

Agar kecemasan akseptor KB berkurang sebaiknya akseptor KB mendapatkan konseling dengan pemberian penyuluhan terhadap pemilihan alat kontrasepsi seperti jenis kontrasepsi yang terbagi dalam dua kategori, yaitu metode kontrasepsi modern dan tradisional Metode kontrasepsi modern meliputi sterilisasi, pil KB, suntik KB, implan, kondom, kontrasepsi darurat, Sedangkan metode tradisional terdiri dari pantang berkala (kalender), metode amenorrhea laktasi (MAL) dan senggama terputus. Pil KB dan suntik KB merupakan metode kontrasepsi yang paling dikenal oleh masyarakat persentase masing-masing 97% dibanding 98%. Di antara metode KB modern yang dipakai, suntik KB merupakan alat kontrasepsi terbanyak yang digunakan oleh wanita yang sudah menikah (32%), diikuti pil KB (13,6%), dan IUD (3,9%) (Badan Pusat Statistik, 2012). Dengan demikian diharapkan akseptor KB bisa lebih mantap dalam pemakaian kontrasepsi, sehingga mereka tidak akan mudah berhenti (Saifudin,A.B., 2010)

Upaya yang dapat dilakukan oleh akseptor KB suntik 3 bulan dalam

menanggulangi kecemasan antara lain dengan adanya dukungan sosial, spiritual, serta memberikan dukungan kepada ibu untuk melakukan suntik rutin setiap 3 bulan (Henderson dalam Ningsih dan Kartikasari, 2013) Informasi yang adekuat oleh petugas pelayanan kesehatan akan mempengaruhi pengetahuan seseorang sehingga hal ini akan mendukung seseorang untuk bertindak dan berperilaku (Notoatmodjo, 2003)

Kecemasan ringan yang ada pada akseptor KB suntik 3 bulan disebabkan karena kebanyakan akseptor KB suntik 3 bulan sudah mengetahui tentang efek samping KB suntik dari berbagai sumber salah satunya dari penyuluhan tenaga kesehatan yang ada di puskesmas. Apabila dikaitkan dengan kecemasan, ketika seseorang mengalami hambatan dalam keinginannya, dalam hal ini penggunaan alat kontrasepsi, maka akan timbul perasaan-perasaan tertekan yang muncul dalam kesadaran.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Indah, Nur, 2017) hasil uji statistic dengan menggunakan uji chi square diperoleh variabel efek samping nilai $P (,000) < \alpha (0,1)$ bahwa ada hubungan antara efek samping dengan skor kecemasan akseptor KB suntik 3 bulan di RS TK II Pelamonia Makassar

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Sitepu, dkk, 2022) Terdapat hubungan antara efek samping dengan tingkat kecemasan akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bulango Selatan dengan nilai p -value sebesar 0.001, sehingga disarankan agar ibu lebih mengetahui informasi tentang alat kontrasepsi KB suntik 3 bulan guna dalam menekan jumlah pertumbuhan penduduk dan berperan penting dalam program KB.

Berdasarkan hasil uji Pearson Chi-Square diperoleh nilai p value sebesar $0.000 < \alpha = 0,05$ sehingga H_0 ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan efek samping KB dengan tingkat kecemasan akseptor KB suntik 3 bulan.

Terkait dengan data tersebut kecemasan yang dirasakan akseptor KB suntik 3 bulan disebabkan karena kebanyakan akseptor KB suntik 3 bulan kurang mengetahui tentang efek samping KB suntik. Agar kecemasan akseptor KB berkurang sebaiknya akseptor KB mendapatkan konseling dengan

pemberian penyuluhan tentang KB suntik 3 bulan terutama efek samping yang ditimbulkan KB suntik 3 bulan. Dengan demikian diharapkan akseptor KB bisa lebih mantap dalam pemakaian kontrasepsi, dan tidak cemas terhadap efek samping yang dirasakan sehingga tidak menimbulkan drop out.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Kejadian efek samping KB suntik 3 bulan mengalami efek samping ringan 72 (94,7%) responden dan efek samping berat 4 (5,3%) responden.
2. Tingkat kecemasan akseptor KB suntik 3 bulan yang tidak cemas 24 (32%) responden, cemas ringan 41 (54,7%) responden, cemas sedang 7 (8%) responden dan cemas berat 4 (5,3%) responden.
3. Hasil uji statistik diperoleh p -value 0,000 sehingga dapat disimpulkan ada hubungan efek samping dengan tingkat kecemasan Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Bandarjaya Lampung Tengah

Saran

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat menambah bahan kajian ilmiah terkait hubungan efek samping KB dengan tingkat kecemasan Akseptor KB suntik 3 bulan, serta menjadi bahan bacaan di perpustakaan terkair dengan Asuhan Kebidanan Komplementer pada akseptor KB.

Bagi Akseptor KB Suntik 3 bulan diharapkan menjadi bahan pertimbangan dan pengetahuan bagi Akseptor KB suntik mengenai apa saja efek samping dari penggunaan KB suntik 3 bulan.

Bagi peneliti penelitian ini dapat menjadi bahan implementasi teori yang ada bagi peneliti dalam melaksanakan penelitian ilmiah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendektan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arsesiana, et.al. (2022). Gambaran Pengetahuan Akseptor KB suntik 3 Bulan tentang Efek Samping KB Suntik 3 Bulan. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(2), 1-9. <http://journalumpalangkaraya.ac.id/index.php/jsm>.
- Arum & Sujiyatini. (2019). *Panduan Lengkap Pelayanan KB Terkini*. Yogyakarta : Nuha. Medika

- Fauziah. (2020). *Buku Ajar Praktik Asuhan Pelayanan Keluarga Berencana*. Purwokerto : CV. Pena Persada
- Hartanto. (2015). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Indah, N.N. (2017). Hubungan Antara Efek Samping dengan Skor Kecemasan Akseptor KB Suntik 3 Bulan di RS TK II Pelamonia Makassar Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*. 1(2). <https://ojs.iikpelamonia.ac.id/index.php/delima/article/view/43>
- Irianto, K. (2014). *Pelayanan Keluarga Berencana*. Bandung: Alfabeta
- Ernawati et.al. 2022. *Perkembangan Metode Kontrasepsi Masa Kini*. Malang : Rena Cipta Mandiri
- Kemendes RI. (2022). Profil Statistik Kesehatan 2021. *Badan Pusat Statistik*, 148. Retrieved from <https://www.bps.go.id/publication/download.html?>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Maula,Aminatul. 2014. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Kontrasepsi Pada Akseptor KB Wanita Di Tuwel. <https://ejournal.poltektegal.ac.id> . Diakses pada tanggal 16 Mei 2024.
- Ratna, R., Muzakkir, M., Allo, S., & Suhartatik, S. (2022). Akseptor KB Suntik dengan Kenaikan Berat Badan. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 3(1), 74–80. <https://doi.org/10.36590/kepo.v3i1.300>
- Sitepu, J., Pasaribu, A. (2022). Hubungan Efek Samping dengan Kecemasan Akseptor KB Suntik 3 Bulan. *Jambura Health and Sport Journal*, 4(1). <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jhsj/article/download/13570/3966>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Thompson, E. (2015). Skala penilaian Hamilton untuk kecemasan (HAM-A). *Kedokteran Kerja*, 65(7), 601. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqv054>