



## PENGARUH PENGGUNAAN KONTRASEPSI SUNTIK TERHADAP GANGGUAN MENSTRUASI

Zhafira Rima Wanjaya<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

**Corresponding Author:** Zhafira Rima Wanjaya, Studi Pendidikan Dokter, Universitas Lampung.

E-Mail: [zhafirima654@gmail.com](mailto:zhafirima654@gmail.com)

Received September 04, 2020; Accepted September 14, 2020; Online Published October 04, 2020

### Abstrak

Laju pertumbuhan penduduk di Indonesia dapat dikendalikan melalui keluarga berencana untuk mengendalikan fertilitas. Menerapkan keluarga berencana tentunya dengan menggunakan metode kontrasepsi. Jenis kontrasepsi di Indonesia terdiri dari suntik, pil, implant, kondom, intra uterine device, medis operatis pria, media operatis wanita. Dimana suntik adalah jenis kontrasepsi hormonal yang paling diminati di negara berkembang seperti Indonesia, yaitu sebesar 69,8%. Diketahui bahwa pengguna kontrasepsi suntik baik suntik 3 maupun suntik 1 bulan akan mengalami gangguan menstruasi. Gangguan menstruasi yang muncul berupa gangguan siklus, kelainan dalam banyaknya darah, lamanya perdarahan pada haid, perdarahan diluar haid, dan gangguan lain yang ada hubungannya dengan haid. Faktor yang mempengaruhi menstruasi adalah faktor hormon. Beberapa peneliti juga mengatakan bahwa ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal seperti kontrasepsi suntik terhadap gangguan menstruasi.

**Keywords:** *Kontrasepsi; Menstruasi; Suntik*

### PENDAHULUAN

Pertumbuhan penduduk yang cepat terjadi karena mulai tingginya angka laju pertumbuhan penduduk. Laju pertumbuhan penduduk di Indonesia dapat dikendalikan melalui keluarga berencana untuk mengendalikan fertilitas. Keluarga berencana merupakan program yang meningkatkan peran dan kepedulian masyarakat melalui pengaturan jumlah dan jarak kelahiran dengan berbagai macam metode kontrasepsi yang telah tersedia (Sulistyowati, 2017). Salah satu jenis metode kontrasepsinya adalah kontrasepsi suntik (Ria, 2017).

Kontrasepsi suntik ada yang dilakukan setiap bulan (1 bulan) dan ada yang setiap 3 bulan. Metode kontrasepsi suntik ini merupakan metode yang populer dan jenis kontrasepsi yang paling diminati. Hal

itu dikarenakan kontrasepsi suntik merupakan metode kontrasepsi efektif yaitu metode yang dalam penggunaannya mempunyai efektifitas atau tingkat kelangsungan pemakaian relatif tinggi serta angka kegagalan relatif lebih rendah bila dibandingkan dengan alat kontrasepsi sederhana. Berdasarkan data jumlah peserta KB aktif menurut jenis kontrasepsi dan provinsi tahun 2019, kontrasepsi suntik memiliki presentase pemakaian tertinggi, yaitu sebesar 63,7% atau sebanyak 15.419.826, sedangkan untuk KB Pil sebesar 17% kontrasepsi implant sebesar 7,4%, kondom 1,2%, IUD 7,4%, MOP 0,5%, dan MOW 2,7% (Kementrian Kesehatan RI, 2020).

Di Provinsi Lampung pada tahun 2019 didapatkan bahwa jumlah peserta KB aktif yaitu 848.349 dari 1.230.870 PUS Di Provinsi Lampung.

Persentase pemakaian kontrasepsi modern seperti suntik KB, pil KB, implant, kondom, IUD, MOP dan MOW di Provinsi Lampung adalah 68,9%. Presentase penggunaan suntik KB adalah yang tertinggi yaitu 69,8% (592.260). Sedangkan untuk kondom 0,8% (7.078), pil 14,0% (118.946), IUD/AKDR 4,3% (36.245), MOP 0,4% (3.153), MOW 0,7% (6.304), implant 9,6% (81.210) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Meski jenis kontrasepsi yang paling diminati karena keefektifannya, pemberian kontrasepsi suntik yang semakin lama atau rutin setiap 3 bulannya akan mempengaruhi estrogen di dalam tubuh sehingga menimbulkan efek samping. Efek samping kontrasepsi suntik salah satunya adalah gangguan menstruasi. Seorang pengguna kontrasepsi dikatakan mengalami gangguan menstruasi apabila terjadi perubahan pada siklus, pola, dan lamanya menstruasi (Ria, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Munayarokh dkk, hasil penelitian menunjukkan bahwa pada lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA  $\leq 1$  tahun proporsi responden yang mengalami gangguan menstruasi spotting lebih besar (50%) daripada gangguan menstruasi yang lainnya dan pada lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA  $> 1$  tahun responden yang mengalami gangguan menstruasi amenorea (tidak adanya haid selama 3 bulan) lebih besar (92,9%) daripada gangguan menstruasi yang lainnya. Hasil penelitian ini dapat dirangkum bahwa gangguan menstruasi paling banyak dialami oleh responden pengguna kontrasepsi suntik DMPA lebih dari 1 tahun sebanyak 56 responden (80%) (Munayarokh, 2014).

Dengan pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan yang berlangsung lama akan menyebabkan akseptor tidak haid sama sekali. Biasanya hanya hal ini disebabkan karena suntik hanya mengandung hormon progesteron saja dimana kandungan progesteron tersebut dapat menyebabkan gangguan menstruasi

sedangkan amenore yang tinggi disebabkan karena hormon progesteron menekan LH sehingga endometrium menjadi lebih dangkal dan mengalami kemunduran sehingga kelenjar menjadi tidak aktif. Sehingga Kontrasepsi suntik dapat menimbulkan potensi masalah kesehatan reproduksi wanita berhubungan dengan fertilitas yaitu gangguan menstruasi (Yulita, 2016)

Permasalahan kesehatan reproduksi masih banyak sekali yang harus dikaji. Wanita yang menggunakan kontrasepsi suntik banyak yang mengeluhkan terjadi perubahan pola perdarahan haid. Akibat tidak adanya haid menyebabkan gangguan psikologis pada ibu karena sewaktu-waktu kehamilan dapat terjadi. Hal itu dikarenakan efek ini dipandang sebagai kekurangan oleh banyak wanita menganggap bahwa perdarahan teratur merupakan suatu tanda kesehatan dan menggunakan haid sebagai indikator bahwa mereka tidak hamil (A dan Titi, 2015).

## ISI

Kontrasepsi adalah pencegahan terbuahnya sel telur oleh sel sperma (konsepsi), atau pencegahan menempelnya sel telur yang telah dibuahi pada dinding rahim (Manan, 2011). Metode KB dibagi menjadi 2 yaitu kontrasepsi hormonal (pil, implant, suntik) dan kontrasepsi non-hormonal Intra Uterine Device (IUD), Metode Operasi Wanita (MOW), dan Metode Operasi Pria (MOP), dan kondom (Muslihati dkk, 2016). Kontrasepsi suntikan adalah suatu cara kontrasepsi yang berdaya kerja panjang (lama), tidak membutuhkan pemakaian setiap hari atau setiap akan bersenggama, tetapi tetap reversible *Medroksi Progesteron* (sejenis progestin) disuntikkan 1 kali/3 bulan ke dalam otot pantat atau lengan atas atau IM dengan dosis 150 miligram. Suntikan ini sangat efektif. Namun pengguna kontrasepsi suntik DMPA hampir semua mengalami perubahan fisiologis. Semakin lama responden menggunakan kontrasepsi

suntik DMPA maka perubahan yang dialami akan semakin terlihat. (Kansil dkk, 2015).

Fenomena yang timbul dari pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan seperti DMPA adalah gangguan menstruasi, timbulnya jerawat, pusing, sakit kepala dan peningkatan berat badan (Mulyani & Rinawati, 2013). Klasifikasi gangguan haid berupa kelainan siklus (amenorea, polimenorea, oligomenorea), kelainan dalam banyaknya darah dan lamanya perdarahan pada haid (hipermenorea atau menoragia), perdarahan di luar haid (metroragia dan menometroragia). Gangguan lain yang ada hubungannya dengan haid (Kusumastuti dan Dewi, 2018). Gangguan menstruasi yang cenderung dialami bagi pengguna kontrasepsi suntik adalah amenore (keadaan tidak adanya haid untuk sedikitnya 3 bulan berturut-turut), spotting (perdarahan bercak), dan menoragia (perdarahan berlebihan). Penyebab amenorea dan spotting, karena adanya ketidakseimbangan hormone sehingga endometrium mengalami perubahan histology. Keadaan amenorea disebabkan karena atropi endometrium, (A dan Titi, 2015).

Hal ini didukung dengan hasil penelitian sebelumnya, pada penelitian “Hubungan Pemakaian Alat Dan Obat Kontrasepsi Suntikan Dengan Gangguan Menstruasi Di Klinik Nirmala” . didapatkan bahwa menunjukkan bahwa dari 85 kasus ibu yang menggunakan kontrasepsi suntikan 1 bulan yang mengalami polimenore/spotting sebanyak 50 kasus (100%) sedangkan ibu yang menggunakan kontrasepsi suntikan 3 bulan yang mengalami amenore sebanyak 23 kasus (65,71%) dan yang mengalami spotting sebanyak 12 kasus (34,29%). Sehingga disimpulkan oleh peneliti setelah di analisis, bahwa ada hubungan pemakaian alat dan obat kontrasepsi suntikan dengan gangguan menstruasi, dengan kejadian seperti amenorea dan spotting pada akseptor KB suntik. Disimpulkan juga, bahwa semakin lama menggunakan

Depo Medroxy Progesterone Acetat (DMPA), maka semakin tinggi kejadian amenorea sekunder pada akseptor KB suntik (Sinaga, 2018).

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Aulia F (2012), didapatkan data bahwa akseptor suntik KB 3 bulan yaitu 58% yang mengalami gangguan menstruasi sedangkan akseptor KB suntik 1 bulan hanya 42% yang mengalami gangguan menstruasi pada wanita usia subur (WUS). Dikatakan bahwa gangguan menstruasi pada wanita yang memakai KB suntik 1 bulan efek sampingnya tidak terlalu besar dan banyak, hanya saja terdapat perdarahan sedikit pada awal pemakaian, sedangkan asumsi peneliti KB suntik 3 bulan ini sangat berpengaruh terhadap gangguan menstruasi. Hormon yang terdapat di dalam suntik KB 3 bulan hanya terdapat progestin saja sehingga tidak ada keseimbangan hormon estrogen dan progesteron serta dosis pemberian juga mempengaruhi terjadinya gangguan menstruasi seseorang, di samping itu lamanya penggunaan juga mempengaruhi timbulnya gangguan menstruasi pada pengguna KB suntik 3 bulan semakin lama seseorang menggunakan kontrasepsi suntik maka semakin tinggi terjadinya gangguan menstruasi, akibat dari ketidak seimbangannya hormon di dalam tubuh. Peneliti punya menyatakn bahwa ada pengaruh enggunaan kontrasepsi suntik, baik 1 bulan maupun 3 bulan terhadap gangguan mentruasi.

Pernyataan ini didukung teori oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Sety (2014) , kontrasepsi hormonal terutama yang mengandung progestin dapat mengubah menstruasi. Ketidakteraturan menstruasi lebih besar terjadi pada pemakai kontrasepsi jenis suntik 3 bulan dibandingkan akseptor yang menggunakan jenis kontrasepsi suntik 1 bulan. Pada pemakaian kontrasepsi bulanan (1 bulan) terjadi perdarahan yang tidak teratur, terutama selama tiga bulan pertama. Sedangkan pengguna kontrasepsi 3 bulan sebagian besar akseptor tidak menstruasi setelah pemakaian.

Efek yang dapat ditimbulkan pada akseptor setelah pemakaian 3 bulan (DMPA) terjadi amenorea pada 3 bulan pertama.

Adapun cara kerja kontrasepsi suntik Mencegah ovulasi, mengentalkan lendir serviks sehingga menurunkan kemampuan penetrasi sperma, menjadikan selaput lendir rahim tipis dan atrofi, menghambat transportasi gamet oleh tuba falopi, dan mengubah endometrium menjadi tidak sempurna untuk implantasi hasil konsepsi (Zettira, 2016). Pada pemakaian suntik Depo medroxy progesteron asetat (DMPA), endometrium menjadi dangkal dan atrofis dengan kelenjer- kelenjer yang tidak aktif. Dengan pemakaian jangka lama, endometrium dapat menjadi sedemikian sedikitnya sehingga terjadinya perubahan pola perdarahan haidnya (Yulita, 2016). Selain itu gangguan menstruasi kemungkinan diduga karena adanya ketidak seimbangan estrogen dan progesteron di tingkat perifer karena kedua hormon inilah yang bertanggung jawab atas perubahan pada endometrium untuk proses normal menstruasi (Aulia, 2012).

Sedangkan fisiologi haid secara umum, proses menstruasi berlangsung setiap bulan. Setelah hari ke-5 dari siklus menstruasi, endometrium mulai tumbuh dan menebal sebagai persiapan terhadap kemungkinan terjadinya kehamilan. Endometrium merupakan lapisan sel darah merah yang membentuk bantalan. Pada sekitar hari ke-14 terjadi ovulasi. Sel telur ini masuk ke salah satu tuba falopi. Di dalam tuba falopii dapat terjadi pembuahan oleh sperma. Jika terjadi pembuahan, sel telur akan masuk ke rahim dan mulai tumbuh menjadi janin yang nantinya akan diletakkan di atas lapisan bantalan tersebut. Kemudian, janin tersebut berkembang dan terjadilah kehamilan. Kemudian, pada hari ke-28, jika tidak terjadi pembuahan maka endometrium (bantalan sel darah merah) akan luruh dan terjadilah perdarahan atau disebut sebagai menstruasi. Menstruasi dapat berlangsung selama 2-5 hari, dan terkadang sampai 7

hari. Proses pertumbuhan dan penebalan endometrium kembali dimulai lagi pada siklus berikutnya. (Laila, 2011).

Akibat dari efek samping gangguan menstruasi yang ditimbulkan dari penggunaan kontrasepsi suntik seperti DMPA, maka ada beberapa penatalaksanaan yang dapat dilakukan untuk menangani efek samping tersebut. Jika amenore, maka penanganannya tidak perlu dilakukan tindakan apapun cukup konseling pada bidan. Perdarahan, sering ditanggulangi dengan pemberian preparat/progesteron/pil kombinasi, diberikan juga reborandia dan motivasi untuk perbaikan gizi, bila tidak berhenti juga setelah pengobatan sebaiknya akseptor dianjurkan untuk ganti cara. Menoragia (perdarahan lebih banyak/lebih sedikit), gangguan ini ditanggulangi dengan pemberian tablet sulfas ferogus, 3x1 tablet (5-7 hari) sampai keadaan membaik (Kusumastuti dan Dewi, 2018)

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil-hasil dari penelitian sebelumnya serta teori peneliti yang saling mendukung dan sejalan, dapat di tarik kesimpulan, bahwa terdapat pengaruh penggunaan kontrasepsi suntik terhadap gangguan menstruasi. baik kontrasepsi suntik 3 bulan maupun suntik 1 bulan. Perbedaan dari keduanya hanyalah besar dampak yang diterima, bagi pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan akan mengalami efek samping perdarahan yang lebih dibandingkan kontrasepsi suntik 1 bulan. Hal yang dapat dilakukan untuk membantu mengurangi dampak yang diterima pengguna disarankan Bagi tenaga kesehatan perlu memberikan penjelasan pada perempuan usia muda yang ingin menunda kehamilan atau bagi perempuan yang merencanakan kehamilan berikutnya dalam waktu dekat. Hal yang dijelaskan seperti : efek samping yang mungkin dialami; setelah suntikan dihentikan, haid tidak segera datang; haid baru datang kembali pada umumnya setelah enam bulan; selama

tidak haid tersebut dapat saja terjadi kehamilan; apabila setelah 3-6 bulan tidak haid, klien harus kembali ke dokter atau tempat pelayanan kesehatan untuk mencari penyebabnya (Kusumastuti dan Dewi, 2018).

## DAFTAR PUSTAKA

A AK, Titi A. (2015). *Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Suntik Dmpa Dengan Siklus Haid*. Jurnal Keperawatan. 11 (1): 118-122.

Aulia F. (2012). *Pengaruh Penggunaan Kontrasepsi Suntik Terhadap Gangguan Menstruasi Pada Wus Di Puskesmas Mandiangin Kecamatan Mandiangin Koto Selayan Kota Bukittinggi Tahun 2012*. Jurnal Kesehatan STIKes Prima Nusantara Bukittinggi. 3 (1): 26-30.

Kansil SE, Rina K, Yolanda B. (2015). *Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA) Dengan Perubahan Fisiologis Pada Wanita Usia Subur (WUS) Di Puskesmas Ranomuut Kota Manado*. e-Journal Keperawatan. 3 (3): 1-7.

Kementrian Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia 2019*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI

Kusumastuti DA, Dewi H. (2018). *Hubungan Antara Periode Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Siklus Menstruasi*. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan. 9 (2): 177-191.

Laila NN. (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. Yogyakarta: Buku Biru.

Manan E. (2011). *Kamus Pintar Kesehatan Wanita*. Yogyakarta: Buku Biru.

Mulyani, dan Rinawati. (2013). *Keluarga berencana dan alat kontrasepsi*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Munayarokh, Murdiyanto T, Zia DMR. (2014). *Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik Dmpa Dengan Gangguan Menstruasi Di Bpm Mariyah Nurlaili, Rambe Anak Mungkid Tahun 2014*. Jurnal Kebidanan. 3 (6): 50-56.

Muslihati, Bina MG, Herliawati. (2016). *Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Jumlah Perdarahan Menstruasi Saat Menstruasi Di Rumah Bersalin Sri Nirmala*. Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing). 11 (3): 158-167.

Ria L. (2017). *Hubungan Jenis Dan Lama Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Gangguan Menstruasi Pada Wanita Usia Subur Di Wilayah Kerja Poskesdes Bindu UPTD Puskesmas Lubuk Rukam Kecamatan Peninjauan Tahun 2016*. [Skripsi]. Palembang: Universitas Muhammadiyah Palembang.

Sety LM. (2014). *Jenis Pemakaian Kontrasepsi Hormonal Dan Gangguan Menstruasi Di Wilayah Kerja Puskesmas*. Jurnal Kesehatan, 5 (1): 60-66.

Sinaga ES. (2018). *Hubungan Pemakaian Alat Dan Obat Kontrasepsi Suntikan Dengan Gangguan Menstruasi Di Klinik Nirmala*. Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera . 16 (32): 9-18.

Sulistyowati N. (2017). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Unmet Need KB Pada Wus Di Kota Yogyakarta Tahun 2017*. [Skripsi]. Yogyakarta: Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan.

Yulita D. (2018). *Hubungan Lama Pemakaian Kontrasepsi Suntik Yang Mengandung Hormon Depo Medroxy Progesteron Asetat (DMPA) Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pagambiran Tahun 2016*. Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK). 2 (1): 18-22.

Zettira Z. (2016). *Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik Dengan Kejadian Disfungsi Seksual Pada Wanita Usia Subur Di Upt Puskesmas Kotabumi II Kecamatan Kotabumi Selatan Kabupaten Lampung Utara*. [Skripsi]. Bandar Lampung : Universitas Lampung.