

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Kontrasepsi Hormonal

a. Pengertian

Kontrasepsi hormonal adalah alat atau obat kontrasepsi yang bertujuan untuk mencegah terjadinya kehamilan dimana bahan bakunya mengandung preparat estrogen dan progesterone (Hartanto, 2004).

b. Jenis Kontrasepsi

Berdasarkan jenis dan cara pemakaiannya dikenal tiga macam kontrasepsi hormonal yaitu : Kontrasepsi Suntik, Kontrasepsi Oral (Pil) Kontrasepsi Implant.

1) Kontrasepsi Suntik

a) Jenis

- (1) Depo provera yang mengandung medroxyprogesterin acetate 50 Mg.
- (2) Cyclofem yang mengandung medroxyprogesteron acetate dan estrogen)
- (3) Norethindrone enanthate (Noresterat) 200 mg yang mengandung derivate testosteron (Saifuddin, 2010).

b) Mekanisme Kerja Kontrasepsi Suntik

Menurut Hartanto (2004) mekanisme kerja kontrasepsi suntik adalah sebagai berikut :

- (1) Menghalangi pengeluaran FSH dan LH sehingga tidak terjadi pelepasan ovum untuk terjadinya ovulasi dengan jalan menekan pembentukan releasing faktor dari hipotalamus.
- (2) Mengentalkan lender serviks sehingga sulit untuk ditembus oleh spermatozoa.
- (3) Merubah suasana endometrium sehingga menjadi tidak sempurna untuk implantasi dari hasil konsepsi.

c) Keuntungan dan Kerugian

Keuntungan kontrasepsi suntik antara lain adalah :

- (1) Noristerat pemberiannya sederhana diberikan 200 mg sekali setiap 8 minggu untuk 6 bulan pertama 3 x suntikan pertama kemudian selanjutnya sekali tiap 12 minggu.
- (2) DMPA pemberiannya diberikan sekali dalam 12 minggu dengan dosis 150 mg.
- (3) Tingkat efektifitasnya tinggi
- (4) Tidak mengganggu pengeluaran laktasi dan tumbuh kembang bayi.
- (5) Suntikan tidak ada hubungannya dengan saat bersenggama.

- (6) Tidak perlu menyimpan atau membeli persediaan.
- (7) Kontrasepsi suntikan dapat dihentikan setelah 3 bulan dengan cara tidak disuntik ulang, sedangkan IUD dan implant yang non-bioderitable harus dikeluarkan oleh orang lain.
- (8) Bila perlu, wanita dapat menggunakan kontrasepsi suntikan tanpa perlu memberitahukan kepada siapapun termasuk suami atau keluarga lain.
- (9) Tidak ditemukan efek samping minor seperti pada POK yang disebabkan estrogen, antara lain mual atau efek samping yang lebih serius seperti timbulnya bekuan darah disamping estrogen juga dapat menekan produksi ASI (Hartanto, 2004).

Sedangkan kerugian dari kontrasepsi suntik antara lain adalah sebagai berikut :

- (1) Perdarahan yang tidak menentu
- (2) Terjadinya amenorrhoe yang berkepanjangan
- (3) Berat badan yang bertambah
- (4) Sakit kepala
- (5) Kembalinya kesuburan agak terlambat beberapa bulan
- (6) Jika terdapat atau mengalami side efek dari suntikan tidak dapat ditarik lagi.

- (7) Masih mungkin terjadi kehamilan, karena mempunyai angka kegagalan 0.7%.
- (8) Pemberiannya harus dilakukan oleh orang yang profesional.
- (9) Menimbulkan rasa sakit akibat suntikan
- (10) Memerlukan biaya yang cukup tinggi (Hartanto, 2004).

d) Efek samping

Efek samping kontrasepsi suntik antara lain adalah sebagai berikut :

(1) Gangguan Haid

Amenorrhoe yaitu tidak datang haid setiap bulan selama menggunakan kontrasepsi suntikan kecuali pada pemakaian cyclofem.

Spotting yaitu bercak-bercak perdarahan diluar haid yang terjadi selama menggunakan kontrasepsi suntikan.

Metrorrhagia yaitu perdarahan yang berlebihan jumlahnya

(2) Keputihan

Adanya cairan putih yang berlebihan yang keluar dari jalan lahir dan terasa mengganggu (jarang terjadi)

(3) Perubahan berat badan

Berat badan bertambah beberapa kilogram dalam beberapa bulan setelah menggunakan kontrasepsi suntikan

(4) Pusing dan sakit kepala

Rasa berputar /sakit kepala, yang dapat terjadi pada satu sisi, kedua sisi atau keseluruhan dari bagian kepala . Ini biasanya bersifat sementara.

(5) Hematoma

Warna biru dan rasa nyeri pada daerah suntikan akibat perdarahan di bawah kulit (Saifuddin, 2010).

2) Kontrasepsi Oral (Pil)

Kontrasepsi oral adalah kontrasepsi untuk wanita yang berbentuk tablet, mengandung hormon estrogen dan progesterone yang digunakan untuk mencegah hamil (Saifuddin, 2010).

a) Jenis kontrasepsi pil

(1) Tipe Kombinasi

Tiap tablet berisi estrogen dan progesteron dalam dosis tertentu biasanya dalam satu rangkaian terdapat 20, 21 atau 22 tablet. Contoh : Previson (20), Oural, euginon, ovulan (21), Lyndiol (22)

(2) Tipe urutan (*sequential*)

Biasanya terdiri dari 21 tablet. Di dalam rangkaian tersebut, No 1 s/d 15 atau 16 berisi estrogen. Tablet No 16 atau 17 dan berikutnya berisi campuran estrogen dan progesteron.

Contoh : Ovin

(3) Tipe berangkai (serial)

Hampir sama dengan tipe kombinasi atau tipe urutan, ditambah beberapa tablet (biasanya 7 buah) yang berisi vitamin atau mineral (tidak berisi hormon). Contoh :
Ovulen Fe 28 dan Euginon ED

b) Cara Kerja Kontrasepsi Pil

Menurut Saifuddin (2010), menyatakan bahwa cara pemakaian kontrasepsi pil yaitu :

- (1) Rangkaian pil berisi 20, 21, dan 22 tablet. Mulai diminum pada hari ke-5 haid (harinya harus diingat) diteruskan sampai habis, kemudian istirahat dan mulai lagi dengan rangkaian pil yang baru pada hari yang sama (dalam minggu berikutnya)
- (2) Rangkaian pil yang berisi 28 tablet (tipe berantai). Mulai diminum pada hari pertama haid dan dilanjutkan terus tanpa terputus dengan rangkaian baru, tanpa menghiraukan ada tidaknya haid.

c) Manfaat Kontrasepsi Pil

Menurut Saifuddin (2010), beberapa manfaat menggunakan kontrasepsi pil yaitu :

- (1) Memiliki efektivitas yang tinggi, bila digunakan setiap hari
- (2) Tidak mengganggu hubungan seksual

- (3) Siklus haid menjadi teratur, tidak banyak keluar darah haid, tidak terjadi nyeri haid
- (4) Dapat digunakan untuk jangka panjang selama akseptor masih ingin menggunakannya untuk mencegah kehamilan.
- (5) Dapat digunakan sejak usia remaja sampai menopause.
- (6) Mudah dihentikan setiap saat.
- (7) Kesuburan segera kembali setelah penggunaan pil dihentikan.
- (8) Dapat digunakan sebagai kontrasepsi darurat.
- (9) Membantu mencegah kehamilan ektopik, kanker ovarium, kanker endometrium, kista ovarium, penyakit radang panggul, kelainan jinak pada payudara, dismenore atau akne.

d) Efek Samping Kontrasepsi Pil

Beberapa efek samping dalam penggunaan pil kontrasepsi antara lain sebagai berikut :

(1) Mual dan muntah

Mual adalah perasaan ingin muntah yang menyebabkan kehilangan nafsu makan. Untuk mencegah mual sebaiknya minum kontrasepsi pil pada malam hari saat akan tidur atau saat makan malam (Saifuddin, 2010).

(2) Muntah

Gejala muntah dapat terjadi dalam waktu 2 jam setelah menggunakan pil. Jika muntah hebat lebih dari 24 jam tetapi tidak memperburuk keadaan ibu, penggunaan pil bisa diteruskan (Saifuddin, 2010)

(3) Pusing

Apabila pusing maka yang perlu dilakukan adalah mengganti pil yang mengandung estrogen lebih rendah atau hentikan dan dianjurkan cara KB lain (Saifuddin, 2010).

(4) Nyeri pada payudara

Penyebab nyeri payudara adalah karena adanya retensi cairan sehingga menimbulkan rasa yang tidak nyaman (nyeri) (Saifuddin, 2010).

(5) Perdarahan bercak (*spotting*)

Spotting adalah perdarahan tidak teratur atau perdarahan bercak tetapi tidak berbahaya. (Hartanto, 2004). Perdarahan (*spotting*) hal yang biasa terjadi pada 3 bulan pertama dan lambat laun akan berhenti (Saifuddin, 2010).

(6) Meningkatnya atau menurunnya berat badan

Kontrasepsi pil dapat menyebabkan pertambahan berat badan pada wanita, pertambahan berat badan seringkali diakibatkan karena penumpukan cairan. Efek samping ini akan hilang dalam 2-3 bulan pemakaian

(7) Keputihan / *fluor albus*

Keputihan (*fluor albus*) adalah cairan yang berlebihan yang keluar dari vagina. Keputihan bisa bersifat fisiologis (dalam keadaan normal) namun bisa juga bersifat patologis (karena penyakit)

3) Kontrasepsi Implant

a) Pengertian Implant

Alat kontrasepsi yang disusupkan dibawah kulit lengan atas sebelah dalam berbentuk kapsul silastik (lentur) panjangnya sedikit lebih pendek dan pada batang korek api dan dalam setiap batang mengandung hormon levonorgestrel yang dapat mencegah terjadinya kehamilan (Hartanto, 2004).

b) Jenis Implant

Jenis-jenis implant menurut Saifuddin (2010) adalah sebagai berikut :

- (1) Norplant terdiri dari 6 batang silastik lembut berongga dengan panjang 3,4 cm dengan diameter 2,4 mm, yang berisi dengan 36 mg levonorgestrel dan lama kerjanya 5 tahun.
- (2) Implanon terdiri dari 1 batang putih lentur dengan panjang kira-kira 40 mm, dan diameter 2 mm, yang berisi dengan 68 mg 3 ketodesogestrel dan lama kerjanya 3 tahun.

- (3) Jadena dan Indoplant terdiri dari 2 batang yang berisi dengan 75 mg levonorgestrel dengan lama kerja 3 tahun.

c) Mekanisme Kerja

- (1) Hormon progestogen dalam implan dilepas pelan-pelan ke dalam aliran darah pada tingkat stabil, progestogen ini bekerja terutama dengan menghentikan ovulasi (pelepasan telur dari ovarium)
- (2) Perubahan lendir Servik menjadi kental lendir yang dibuat oleh leher rahim yang membentuk 'plug lendir di leher rahim. membuat dinding rahim tipis sehingga menghambat
- (3) pergerakan spermatozoa untuk membuahi telur. Menghambat Perkembangan siklus dari Endometrium (Saifuddin, 2010)

d) Keuntungan dan Kerugian Implant

Keuntungan dari implant menurut Saifuddin (2010) adalah :

- (1) Daya guna tinggi
- (2) Perlindungan jangka panjang (sampai 5 tahun).
- (3) Pengembalian tingkat kesuburan cepat setelah pencabutan.
- (4) Tidak memerlukan pemeriksaan dalam.
- (5) Bebas dari pengaruh estrogen.
- (6) Tidak mengganggu kegiatan senggama.
- (7) Tidak mengganggu ASI.

- (8) Klien hanya perlu kembali ke klinik bila ada keluhan.
- (9) Dapat dicabut setiap saat sesuai dengan kebutuhan.
- (10) Mengurangi nyeri haid.
- (11) Mengurangi jumlah darah haid
- (12) Mengurangi/memperbaiki anemia.
- (13) Melindungi terjadinya kanker endometrium.
- (14) Menurunkan angka kejadian kelainan anak payudara.
- (15) Melindungi diri dari beberapa penyebab penyakit radang panggul.
- (16) Menurunkan angka kejadian endometriosis.

Hartanto, (2004) mengemukakan bahwa kerugian implant adalah:

- (1) Insersi dan pengeluaran harus dilakukan oleh tenaga terlatih.
- (2) Petugas medis memerlukan latihan dan praktek untuk insersi dan pengangkatan implant.
- (3) Lebih mahal.
- (4) Sering timbul perubahan pola haid.
- (5) Akseptor tidak dapat menghentikan implant sekehendaknya sendiri.
- (6) Beberapa wanita mungkin segan untuk menggunakannya karena kurang mengenalnya.
- (7) Implant kadang-kadang dapat terlihat orang lain.

e) Efek Sampling Implant

Menurut Saifuddin (2010) efek samping dari implant antara lain adalah :

- (1) Perubahan pola menstruasi
- (2) Bertambahnya hari-hari perdarahan dalam 1 siklus
- (3) Perdarahan bercak (*spotting*)
- (4) Berkurangnya panjang siklus haid
- (5) Perubahan berat badan

2. Berat Badan

a. Pengertian

Berat badan merupakan ukuran antropometri yang terpenting pada masa bayi dan balita. Berat badan merupakan hasil peningkatan atau penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh. Berat badan dipakai sebagai indikator yang terbaik saat ini untuk mengetahui keadaan gizi dan tumbuh kembang anak, sensitif terhadap perubahan sedikit saja, pengukuran objektif dan dapat diulangi (Soetjiningsih, 2010).

Peningkatan berat badan ibu selama hamil menandakan adanya adaptasi ibu terhadap pertumbuhan janin. "Pada wanita dengan berat badan rata-rata atau rendah, kurangnya penambahan berat badan selama kehamilan dapat menimbulkan pertumbuhan janin terhambat. Kurangnya penambahan berat badan pada trimester II berkorelasi kuat dengan penurunan berat lahir (Cunningham, dkk. 2005).

Berat badan adalah parameter antropometri yang sangat labil. Dalam keadaan normal, di mana keadaan kesehatan baik dan keseimbangan antara konsumsi dan kebutuhan zat gizi terjamin, berat badan berkembang mengikuti pertambahan umur. Sebaliknya dalam keadaan yang abnormal, terdapat dua kemungkinan perkembangan berat badan, yaitu dapat berkembang cepat atau lebih lambat dari keadaan normal. Berat badan harus selalu dimonitor agar memberikan informasi yang memungkinkan intervensi gizi yang preventif sedini mungkin guna mengatasi kecenderungan penurunan atau penambahan berat badan yang tidak dikehendaki. Berat badan harus selalu dievaluasi dalam konteks riwayat berat badan yang meliputi gaya hidup maupun status berat badan yang terakhir. Penentuan berat badan dilakukan dengan cara menimbang (Hartini, 2011).

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi berat badan

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi massa tubuh. Faktor-faktor itu dikelompokkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup faktor-faktor hereditas seperti gen, regulasi termis, dan metabolisme. Faktor eksternal mencakup aktivitas fisik, dan asupan makanan.

1) Faktor Internal

Faktor internal yang bertanggung jawab terhadap massa tubuh adalah suatu faktor yang tidak dapat dikendalikan secara sadar oleh orang-orang yang melakukan diet. Faktor internal terdiri dari :

a) Faktor Genetik

Penelitian yang dilakukan oleh Sekolah Medis Universitas Boston menemukan bahwa gen bernama *INSIG2* bertanggung jawab terhadap obesitas. Gen *INSIG2* bertanggung jawab dalam sintesis asam lemak dan kolesterol. Beberapa produk protein dari Varian gen *INSIG2* memiliki daya inhibisi yang rendah sehingga orang-orang dengan varian gen ini akan cenderung lebih banyak menumpuk lemak di dalam tubuhnya. Sekitar 1 dari sepuluh orang (10%) diduga membawa varian gen ini.

b) Regulasi Termis

Manusia pada dasarnya adalah makhluk berdarah panas yang menghabiskan energi untuk mempertahankan suhu tubuhnya. Selain membutuhkan energi untuk mempertahankan suhu tubuhnya (rata-rata 37 °C), sejumlah energi juga diperlukan untuk mempertahankan aktivitas organ-organ vital seperti jantung dan paru-paru. Energi yang diperlukan ini berasal dari makanan yang dikonsumsi oleh seseorang.

c) Metabolisme

Metabolisme secara singkat adalah proses pengolahan (pembentukan dan penguraian) zat-zat yang diperlukan oleh tubuh untuk menjalankan fungsinya. Metabolisme lemak merupakan salah satu faktor penentu dalam diet. Seseorang dapat meningkatkan pembakaran lemak dengan meningkatkan

massa otot di dalam tubuh. Ketika massa otot meningkat, metabolisme makanan akan meningkat. Proses ini akan meningkatkan nilai BMR dan kebutuhan kalori.

2) Faktor Eksternal

Dua faktor eksternal yang sangat dominan adalah aktivitas fisik dan asupan nutrisi. Seseorang dapat dengan mudah mengurangi berat badannya tanpa perlu mengonsumsi obat-obatan pembakar lemak dan semacamnya dengan meningkatkan aktivitas serta mengurangi asupan makanan ke dalam tubuhnya.

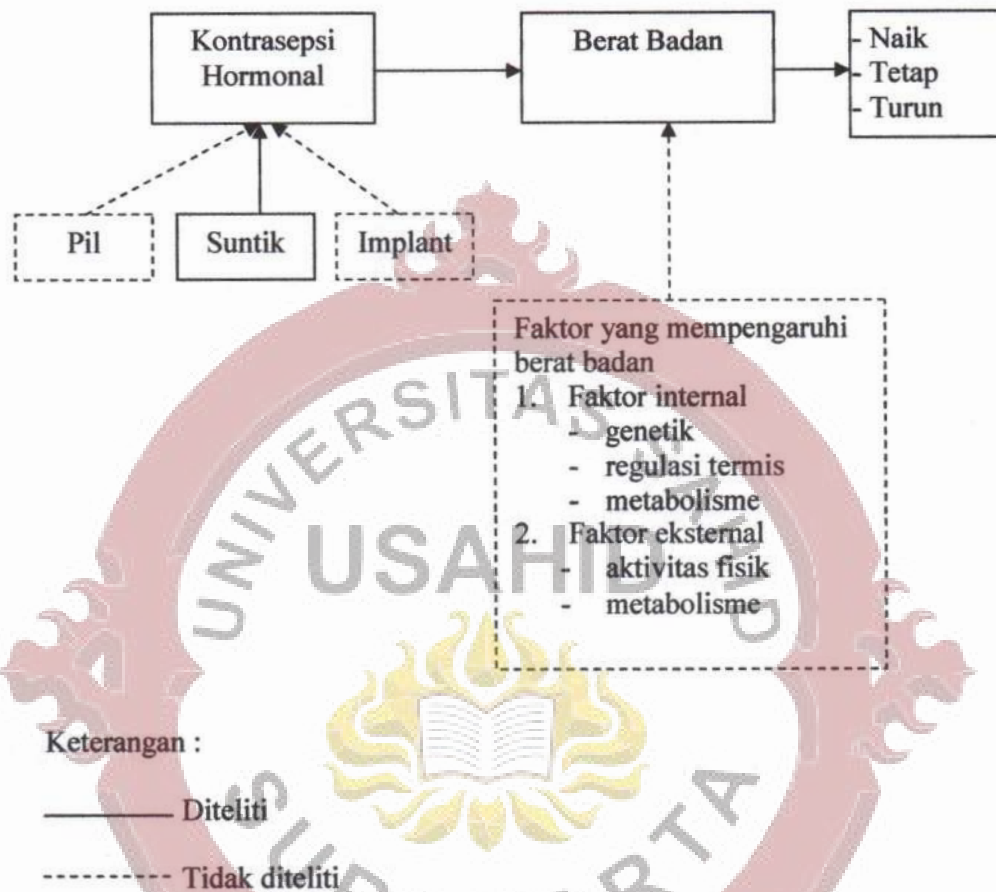
a) Aktivitas Fisik

Untuk melakukan aktivitas fisik, manusia memerlukan sejumlah energi. Jika energi yang diberikan oleh makanan tidak cukup, maka energi diperoleh dari hasil pemecahan lemak di dalam tubuh.

b) Asupan Nutrisi

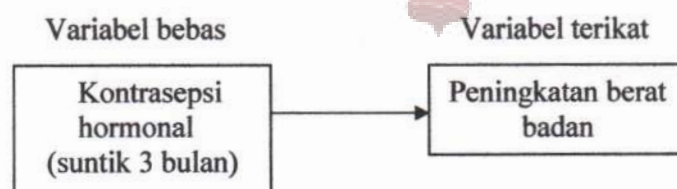
Berat badan dapat diturunkan dengan mudah dengan cara membatasi asupan nutrisi. Faktor pengali untuk energi yang umum diterima oleh banyak orang adalah sebagai berikut: 1 gram karbohidrat menghasilkan 4 kkal, 1 gram protein 4 kkal, dan 1 gram lemak 9 kkal. Dengan menjumlahkan nilai BMR dengan kebutuhan kalori peraktivitas, seseorang dapat dengan mudah memprediksi hasil dietnya (Ekawati, 2010).

B. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori

C. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

D. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh kontrasepsi hormonal terhadap peningkatan berat badan akseptor di BPS. Sri Rahayu Karanggeneng Boyolali.

