

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kejadian kenaikan penduduk Indonesia yang semakin melonjak tinggi mencapai 271.066.366 jiwa pada tahun 2020 yang terdiri dari 136.142.501 laki-laki dan 134.923.865 perempuan. Pertumbuhan penduduk rata-rata di Indonesia antara tahun 2010 dan 2020 adalah 1,25% (Badan Pusat Statistik, 2021). Maka pemerintah mengeluarkan program Keluarga Berencana (KB), dalam UU RI No52 tahun 2009 KB merupakan Upaya dalam mengatur jumlah kelahiran anak, usia dan jarak melahirkan, mengatur dan merencanakan kehamilan dengan media promosi, perlindungan dan bantuan hak reproduksi dalam mewujudkan keluarga yang sejahtera. Program pemerintah Keluarga Berencana ini bertujuan untuk menekan angka kelahiran dan mewujudkan keluarga-keluarga yang sejahtera dengan mengatur kehamilan di Indonesia, dan mengobati kemandulan (Wulandari et al., 2021)

Salah satu anjuran dari program KB adalah penggunaan alat Kontrasepsi. Arti dari kontrasepsi sendiri adalah program atau cara yang dilakukan untuk mencegah kehamilan sehingga berpengaruh terhadap fertilitas. Pada tahun 2013 Badan Kependudukan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mendapatkan hasil 8.500.247 peserta KB baru PUS (Pasangan Usia Subur), dan hasilnya adalah 48,56% para peserta KB baru menggunakan alat kontrasepsi Suntik. Menurut Badan Statiska DI Yogyakarta (BPS DIY) pada tahun 2021 peserta KB aktif yang menggunakan KB suntik di DIY terbanyak terdapat di Kabupaten Sleman dengan jumlah 46.935 dan yang paling sedikit terdapat di Kota Yogyakarta sebanyak 7.241. peserta KB suntik di Gamping sebanyak 4.501 peserta (BPS DIY, 2022)

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017 Semua pengguna KB di tingkat nasional mencapai 22.682.225 dengan rician jumlah akseptor KB suntik sejumlah 12.562.106 (55,38%), pil 5.611.936 (24,74%),

Spiral 2.223.291 (9,8%), MOW (Metoda Operasi Wanita) 972.959 (4,29%), implan 687.689 (3,03%), Kondom 162.252 (0,71%), MOP (Metoda Operasi Pria) 102.166 (0,45%), diafragma 21,011 (0,09%) dan metode Sebelumnya 329.644 (1,45%) hal ini menunjukkan bahwa penggunaan akseptor KB suntik memiliki presentase terbesar diantara alat kontrasepsi lainnya (Nasution et al., 2020).

Pada tahun 2021 banyaknya PUS di Kabupaten Sleman sebanyak 146.985, dan jumlah peserta KB sebanyak 113.383. menurut data statistik di kecamatan Gamping jumlah peserta KB mencapai 11.551, yang diantaranya adalah penggunaan IUD sejumlah 3.235, MOP 114, MOW 617, Implan 735, Suntik 4.501, pil 1,083, Kondom 1.266, berdasarkan data tersebut dapat dilihat bahwa menggunakan kontrasepsi suntik pada daerah gamping merupakan kontrasepsi yang paling banyak digunakan (BPS Kab Sleman, 2022)

Alat kontrasepsi sangat penting digunakan untuk menekan angka kelahiran dan lonjakan penduduk di samping itu KB diharapkan dapat mencegah tingginya angka kematian ibu dan bayi. Penggunaan alat kontrasepsi di Indonesia meningkat disetiap tahunnya dan yang paling banyak dipilih adalah penggunaan KB Suntik dengan jumlah peminat terbanyak yaitu 4.128.115 peserta. KB suntik termasuk alat kontrasepsi yang tingkat efektifitasnya cukup tinggi dalam mencegah kehamilan. KB suntik terdapat 2 jenis yaitu suntik 1 bulan dan suntik 3 bulan . KB suntik merupakan jenis kontrasepsi hormonal dengan kandungan progesteron yang bermanfaat dalam pencegahan ovulasi. KB suntik 3 bulan merupakan salah satu kontrasepsi hormonal yang banyak digunakan di Indonesia. Namun, kebanyakan ibu memilih KB suntik 3 bulan karena kandungan hormonnya tidak mengganggu untuk ibu yang sedang menyusui karena produksi Air Susu Ibu (ASI) tetap terjaga dan aman, sedangkan KB suntik 1 bulan memiliki kandungan hormon Estrogen dimana kandungan hormone estrogen dapat mempengaruhi produksi ASI. Selain dapat digunakan untuk ibu menyusui suntik KB 3 bulan juga tidak mengganggu hubungan suami istri. Namun, salah satu efek samping penggunaan suntik KB 3 bulan yang sering dikeluhkan adalah meningkatnya nafsu makan yang membuat

berat badan mengalami kenaikan. Di Indonesia beberapa penelitian menunjukkan penyebab yang berkaitan dengan pemakaian kontrasepsi suntik yaitu kenaikan berat badan sebesar 36,25%. Dalam penelitian yang dilakukan Handayani (2019) mendapati hasil bahwa sebanyak 76,5% akseptor pengguna KB suntik 3 bulan kontrol secara teratur dan sebagian besar akseptor 70,6% mengalami keluhan kenaikan pada berat badan. (P. Handayani et al., 2019)

Lama penggunaan KB suntik hormonal disarankan 2 tahun dikarenakan dapat menimbulkan dampak yang kurang baik bagi Kesehatan akseptor salah satu faktor risiko yang dapat terjadi adalah kejadian osteoporosis atau pengapuran pada tulang yang disebabkan karena terlalu lamanya ketidakseimbangan hormon estrogen dengan progesterone. KB suntik 3 bulan hanya mengandung Hormon Progesteron dapat menyebabkan menurunnya kadar estrogen dan meningkatnya kadar progesterone yang mengakibatkan menurunnya kadar kepadatan tulang. (Saleng et al., 2021). KB hormonal memiliki efek samping saat digunakan, termasuk perubahan berat badan. Batas toleransi kenaikan berat badan dengan kontrasepsi hormonal adalah 1,5-2 kg. Membatasi penggunaan kontrasepsi hormonal hanya 2 tahun dianjurkan untuk meminimalkan efek samping yang tidak diinginkan. Ketika berhenti menggunakan KB hormonal, tubuh Anda menunggu beberapa saat untuk mengembalikan siklus menstruasi yang normal (Andini, 2021). Kenaikan berat pada tubuh penggunaan suntik KB 3 bulan dapat mencapai 1 – 5 kg atau setara dengan 11 pon pada penggunaan di tahun pertama. Penyebabnya dikarenakan hormon yang terdapat didalam suntik 3 bulan yaitu progesteron menstimulasi pengendalian nafsu makan pada pusat otak yaitu hipotalamus dan perubahan pada zat karbohidrat menjadi lemak pada tubuh . Sehingga lemak yang berada dibawah kulit mengalami peningkatan dan dapat menurunkan aktifitas fisik (Kurniasari et al., 2020)

Penggunaan kontrasepsi suntik hormonal dalam kurun waktu yang lama memungkinkan terjadinya kenaikan berat badan yang lebih lagi. Beberapa penelitian yang diujikan pada kontrasepsi suntik menghasilkan data bahwa penyebab yang berkaitan dengan penggunaan kontrasepsi suntik yaitu terjadinya

keluhan ketidakaturan menstruasi sebesar 51,25%, kenaikan berat badan sebesar 36,25% dan peningkatan tekanan darah. 36,75% (Dina & Wahidin, 2021). Dampak jangka pendek Salah satu efek samping DMPA adalah obesitas yang menjadi perhatian karena dapat mempengaruhi fungsi fisik, sosial dan psikologis . Masalah psikologis dalam lingkungan bersosial yang biasanya dapat terjadi adalah gangguan tingkat kepercayaan diri akibat perubahan bentuk tubuh dan memengaruhi penampilan (Krisdianti et al., 2022). Peningkatan berat badan akibat penggunaan KB suntik dapat membuat tingkat kepercayaan diri ibu menurun, penampilan merupakan pelopor utama yang dalam pembentukan kepercayaan diri pada wanita. Kepercayaan diri pada individu dapat didukung oleh beberapa pendukung, salah satunya adalah penampilan, wanita lebih menghargai penampilan mereka daripada pria. Penampilan fisik yang berisiko mencakup bentuk tubuh dan penilaian diri orang lain. Pada kebanyakan perempuan cenderung memperhatikan penampilan luarnya, perempuan cenderung kurang puas dengan penampilannya dibandingkan laki-laki (Dianningrum, 2021). Peningkatan berat badan dalam waktu yang lama dapat menimbulkan kejadian obesitas. Menurut World Health Organization (WHO) Obesitas merupakan suatu keadaan di mana kelebihan jaringan adiposa tubuh yang mengalami penumpukan. Obesitas merupakan masalah epidemiologi dunia yang dapat mengancam keselamatan Kesehatan manusia data tersebut dikeluarkan oleh WHO pada tahun 2008. Obesitas berisiko menimbulkan berbagai penyakit komplikasi seperti diabetes, kolesterol, tekanan darah tinggi bahkan hingga kejadian stroke iskemik sampai dengan jantung koroner. Kelebihan berat pada tubuh sampai mencapai status obesitas merupakan salah satu faktor utama kematian kelima di dunia. Obesitas dijabarkan sebagai kelebihan jaringan dalam tubuh akibat penumpukan lemak. Obesitas adalah suatu kondisi kegemukan yang menggambarkan penimbunan lemak pada sel-sel lemak, yang bisa terjadi disaat asupan kalori pada makanan melebihi kebutuhan untuk pertumbuhan, perkembangan dan aktivitas fisik yang dilakukan oleh tubuh (Telisa et al., 2020).

Secara umum, pencegahan obesitas terdiri dari olahraga, peningkatan energi, dan pengaturan pola makan sehari-hari. Latihan intensitas sedang tiga kali seminggu selama 12 minggu telah terbukti menurunkan indeks massa tubuh (BMI)

dan meningkatkan massa otot. Banyak cara yang bisa dipakai agar dapat menurunkan berat badan, salah satunya adalah penggunaan tanaman jamu atau obat tradisional, salah satunya adalah penggunaan tanaman alami Teh Hijau (*Camellia Sinensis*). Mengonsumsi minuman Teh hijau merupakan cara alternatif yang dianggap lebih aman karena bahannya terbuat secara alami dari alam. Kandungan utama dalam teh hijau adalah polifenol dan katekin dimana senyawa ini bermanfaat sebagai antioksidan dan anti bakteri. Teh hijau yang tidak difermentasi memiliki rasa yang lebih pahit dan kurang harum dibandingkan teh hitam. Selain aspek rasa, teh hijau merupakan antioksidan yang lebih baik daripada teh hitam (Rismayanthi & Onna Purnama, 2021)

Hasil penelitian yang dilakukan Jumrawati pada pengukuran berat badan 28 responden berdasarkan status gizi IMT setelah mengonsumsi teh hijau mengalami penurunan sebanyak 20 responden (71%), dan yang status gizinya tidak berubah pada IMT 70 sebanyak 8 orang (29%). Hasil penelitian dianalisis menggunakan uji t berpasangan untuk menentukan $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ yang berarti pemberian teh hijau berpengaruh terhadap penurunan berat badan pada kontrasepsi suntik depoprogestin. (Jumrawati, 2022). Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada akseptor KB Suntik 3 bulan di Puskesmas Gamping I menunjukkan bahwa akseptor KB suntik 3 bulan dengan lama penggunaan minimal 1 tahun mengalami kenaikan berat badan sebanyak 1-2 Kg. Hasil wawancara yang dilakukan pada 10 orang responden didapati 80% yaitu sebanyak 8 orang Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Gamping I mengalami kenaikan berat badan.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk meneliti Pengaruh Pemberian Teh Hijau (*Camellia Sinensis*) Terhadap Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Gamping I.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan penelitian sebagai berikut : “Apakah ada Pengaruh Pemberian Teh Hijau (*Camellia Sinensis*) Terhadap Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan ”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Teh Hijau (*Camellia Sinensis*) Terhadap Berat Badan Pada Kseptor KB Suntik 3 Bulan

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui rata-rata berat badan akseptor KB suntik 3 bulan sebelum pemberian teh hijau di Puskesmas Gamping I
- b. Mengetahui rata-rata berat badan akseptor KB suntik 3 bulan sesudah pemberian teh hijau di Puskesmas Gamping I
- c. Mengetahui pengaruh penggunaan teh hijau terhadap berat badan akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Gamping I

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan referensi dan mendukung ilmu pengetahuan di bidang Kebidanan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pelayanan Kesehatan Masyarakat Puskesmas Gamping I

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan upaya dalam meningkatkan pelayanan dengan memberikan edukasi pada Akseptor Kb suntik tentang manfaat mengkonsumsi Teh Hijau.

b. Bagi Mahasiswa Kebidanan

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai tambahan informasi untuk ilmu kebidanan dalam membuat asuhan kebidanan

c. Bagi Akseptor KB Suntik 3 Bulan

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai sumber informasi untuk Akseptor KB Suntik 3 Bulan tentang pengaruh pemberian Teh Hijau (*Camellia Sinensis*) Terhadap Berat Badan

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan sebagai tambahan referensi penelitian dalam merealisasikan teori khususnya tentang Pengaruh Pemberian Teh Hijau (*Camellia Sinensis*) Terhadap Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan dan dapat digunakan untuk mengembangkan penelitian dengan metode yang berbeda.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Penulis	Tahun	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Pengaruh pemberian teh hijau (cameliia sinensis) dengan latihan aerobic terhadap penurunan berat badan pada remaja obesitas	Cerika Rismayanti, Yahinta Onna Purnama	2021	Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh yang signifikan terhadap penurunan berat badan dengan nilai t sebesar 7,789, penelitian ini menyimpulkan minum teh hijau (<i>Camellia Sinensis</i>) yang diikuti dengan senam aerobik dapat menurunkan berat badan.	Jenis penelitian eksperimen dengan menggunakan one group pretest dan posttest dengan perlakuan pemberian minuman teh hijau	Target responden yang digunakan adalah remaja dan perlakuan dengan Latihan aerobik
2	Pemberian teh hijau pada akseptor aktif KB suntik depo progestin dengan obesitas	Eka Maulida Salamah, Arlyana Hikmanti, Susilo Rini.	2022	Terdapat perbedaan berat badan awal dengan berat badan setelah mengkonsumsi teh hijau yaitu dari 60kg menjadi 56,2 pada hari ke 16	Populasi yang digunakan adalah akseptor KB suntik 3 Bulan	Kriteria responden yang digunakan hanya pada akseptor yang berusia 25 tahun saja
3	Manfaat ekstra teh hijau terhadap penurunan berat badan	Arif Adi Nugroho, Ratna Kurniawati	2020	Hasil penelitian menunjukan terdapat penurunan berat badan yang signifikan ($p < 0,05$) pada minggu ke 3 sampai minggu ke 4	Menggunakan desain penelitian quasi eksperimen yang bertujuan mengetahui pengaruh teh hijau terhadap berat badan	Menggunakan 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok control.

- | | | | | | | |
|---|--|---|------|---|---|---|
| 4 | Pengaruh pemberian ekstrak daun teh hijau (<i>Camelii Sinensis</i>) terhadap penurunan berat badan pada tikus putih (<i>Ratus Novergicus L.</i>) Jantan wistar yang diberi diet tinggi lemak | Ainul Mardiyah R. Z, Debby Mirani Lubis | 2020 | Penelitian menunjukan bahwa teh hijau mampu menurunkan berat badan dengan nilai $p= 0.000 (<0,05)$ | Penelitian ini menggunakan eksperimental dengan desain pretest dan posttest | Subjek yang diteliti adalah penggunaan tikus putih Jantan (<i>Rattus Novergicus L.</i>) |
| 5 | Pengaruh pemberian the hijau (<i>Camelii Sinensis</i>) terhadap berat badan pada peserta kontrasepsi suntik Depo Progestin di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang | Jumrawati | 2021 | Pemberian teh hijau yang dilakukan selama 1 bulan pada pagi dan malam hari dalam 200ml dapat mengurangi berat badan responden sebanyak 2-6 kg | Subjek yang digunakan adalah para akseptor KB suntik 3 bulan | Tempat dan waktu penelitian yang berbeda |
-