

PENGARUH PEMBERIAN TEH HIJAU (*CAMELIIA SINENSIS*) DENGAN BERAT BADAN PADA AKSEPTOR KB SUNTIK 3 BULAN DI PUSKESMAS GAMPING I

INTISARI

Zahratul Asyikah¹, Fatimah Dewi Anggraeni², Ratih Kumoro Jati²

Program Studi Kebidanan S-1 Universitas Jendral Ahmad Yani Yogyakarta

Latar belakang: Penggunaan kontrasepsi suntik merupakan salah satu kontrasepsi yang paling banyak digunakan dengan efektifitas pencegahan kehamilan hingga 99%, namun terdapat efek samping dari penggunaan kontrasepsi tersebut yaitu penambahan berat badan yang diakibatkan karena terangsangnya pusat kendali nafsu makan dan hormon yang dapat mengubah karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga hal tersebut dapat membuat ketidaknyamanan pada ibu, bila peningkatan berat badan terus terjadi berisiko terjadinya obesitas. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terdapat 80% akseptor mengalami kenaikan berat badan setelah menggunakan KB suntik 3 bulan.

Tujuan: Untuk mengetahui apa Pengaruh Pemberian Teh Hijau (*Camellia Sinensis*) Dengan Berat Badan Pada Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Gamping I.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *pre-eksperimen* dan rancangan *one group pre-test post-test*, dengan perlakuan pemberian teh hijau. Populasi penelitian adalah seluruh akseptor KB suntik yang datang ke Puskesmas Gamping I selama tahun 2022 dengan jumlah sampel yang memenuhi kriteria adalah 32 responden. Dengan uji statistika menggunakan *uji t-test*

Hasil: Penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan berat badan pada 22 responden sehingga terdapat pengaruh yang sangat signifikan terhadap penurunan berat badan dengan nilai t 7,102 dengan nilai p value adalah 0,000 dengan hasil mean berat badan 65,40 dengan 64,14.

Kesimpulan: Ada pengaruh pemberian teh hijau terhadap berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Gamping I .

Kata Kunci: KB suntik 3 Bulan, Kenaikan berat badan, Penurunan berat badan, Teh hijau (*Camellia Sinensis*)

¹Mahasiswa Kebidanan Universitas Jendral Ahmad Yani Yogyakarta

²Dosen Kebidanan Universitas Jendral Ahmad Yani Yogyakarta

THE EFFECT OF GIVING GREEN TEA (CAMELLIA SINENSIS) ON THE BODY WEIGHT OF ACCEPTORS OF 3-MONTH INJECTING FAMILY PLANNING AT THE PUSKESMAS GAMPING I

ABSTRACT

Zahratul Asyikah¹, Fatimah Dewi Anggraeni², Ratih Kumoro Jati²

Program Studi Kebidanan S-1 Universitas Jendral Ahmad Yani Yogyakarta

Background: The use of injectable contraception is one of the most widely used contraceptives with an effectiveness of up to 99% in preventing pregnancy, but there are side effects from using these contraception, namely weight gain caused by stimulation of the appetite control center and hormones that can change carbohydrates and sugar becomes fat, so that it can make the mother uncomfortable, if the increase in body weight continues to occur there is a risk of obesity. Based on the results of a preliminary study conducted, 80% of acceptors experienced weight gain after using 3 months of injectable birth control.

Objective: To find out what is the effect of giving green tea (*Camellia Sinensis*) on body weight in 3-month injection family planning acceptors at the Gamping I Health Center.

Methods: This type of research is a quantitative study with a pre-experimental design and one group pre-test post-test design, with green tea treatment. The research population was all injecting family planning acceptors who came to the Gamping I Health Center during 2022 with a sample size that met the criteria of 32 respondents. With statistical tests using the t-test

Results: The study showed that there was weight loss in 22 respondents so that there was a very significant effect on weight loss with a t value of 7.102 with a p value of 0.000 with a mean weight of 65.40 with 64.14.

Conclusion: There is an effect of giving green tea on body weight in 3-month injection family planning acceptors at the Gamping I Health Center.

Keywords: 3 months injection birth control, weight gain, weight loss, green tea (*Camellia Sinensis*)

¹Mahasiswa Kebidanan Universitas Jendral Ahmad Yani Yogyakarta

²Dosen Kebidanan Universitas Jendral Amad Yani Yogyakarta