

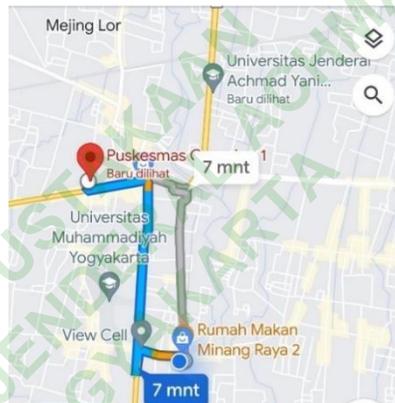
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran umum penelitian

a. Lokasi dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Gamping I yang berlokasi di Jl. Delingsari Patukan, Kel. Ambarketawang, Kec Gamping, Kab Sleman, Propinsi Yogyakarta 55294. Berikut merupakan letak denah lokasi Puskesmas Gamping I.



Gambar 4.1 Lokasi Puskesmas Gamping I

(Sumber: maps.app.goo.gl)

Jam pelayanan di Puskesmas Gamping I tersedia di hari Senin-Kamis pada pukul 07.30-12.00, hari Jum'at pada pukul 07.30-10.30 dan di hari Sabtu pada pukul 07.30-11.30. Terdapat beberapa jenis pelayanan yang disediakan oleh Puskesmas Gamping I yaitu poli gigi, poli lansia, poli umum, ruang Tindakan, poli KIA, Poli KB, pelayanan laboratorium, farmasi, psikologi dan layanan konsultasi gizi. Pada poli KIA terdapat beberapa layanan, yaitu pelayanan konseling reproduksi, pemeriksaan pada ibu hamil, nifas dan pemeriksaan bayi balita, pemeriksaan calon pengantin, rujukan ibu hamil, IVA test, Sadanis, Papsmear dan Secret Vagina, dan pelayanan KB IUD, Implan, Suntik, Pil dan Kondom

dengan jadwal pelayanan KB adalah Senin, Selasa, Rabu, Jum'at dan Sabtu dengan jadwal khusus adalah hari berKB yaitu setiap hari rabu.

2. Analisis Univariat

a. Karakteristik responden

Tabel 4.1 Karakteristik responden

Jenis Pengukuran	Kategori	<i>f</i>	%
Lama Penggunaan	2->2 tahun	16	50
	3-4 tahun	13	40,6
	>4	3	9,4
Usia	20-30 tahun	9	28,1
	>30-40 tahun	13	40,6
	>40-50 tahun	7	21,9
	>50 tahun	3	9,4

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa dari 32 responden terdapat 16 responden (50%) dengan lama penggunaan KB suntik 2->2 tahun, lalu sebanyak 13 responden (40,6%) yang menggunakan KB suntik 3 bulan selama 3-4 tahun dan 3 responden (9,4%) lainnya sudah menggunakan KB suntik 3 bulan selama >4 tahun.

Pada klasifikasi usia pengguna KB suntik 3 bulan dengan usia 20-30 tahun terdapat 9 responden (28,1%), usia >30-40 tahun 13 reponden (40,6%), usia >40-50 tahun 7 reponde (21,9%) dan usis >50 tahun terdapat 3 responden (9,4%).

b. Pretest dan Posttest pemberian teh hijau

Tabel 4.2 Pretest – Posttest pemberian teh hijau

Kategori	Pretest		Posttest	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Naik	32	100	6	18,8
Turun	-	-	23	71,9
Tetap	-	-	3	9,4
Total	32	100	32	100
Mean BB	65,40		64,14	
Selisih Mean BB	1,26			

Berdasarkan tabel 4.2 bahwa berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan sebelum diberikan pemberian teh hijau didapati hasil 32 responden (100%) seluruhnya mengalami kenaikan berat badan dan setelah diberikan perlakuan didapati hasil 23 responden (71,9%) mengalami penurunan pada berat badannya, sedangkan 6 responden (18,8%) tetap mengalami kenaikan berat badan dan 3 reponden (9,4%) dengan BB tetap. Dengan hasil mean atau nilai rata-rata BB 65,40 pada hasil pretest dan 64,14 pada hasil posttest dengan selisih mean BB adalah 1,26.

3. Analisis Bivariat

a. Uji Homogenitas

Tabel 4.4 Uji homogenitas berat badan akseptor

Variabel	Sig	Keterangan
Berat badan sebelum perlakuan (<i>Pre Test</i>)	0,608	Homogen
Berat badan setelah perlakuan (<i>Post Test</i>)	0,842	Homogen

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa hasil pengujian homogenitas data menggunakan aplikasi SPSS 23 dengan metode *Levene Statistic* menunjukkan bahwa data dalam kelompok perlakuan tersebut berdistribusi homogen. Hasil analisis yang didapatkan adalah nilai signifikan dengan menunjukkan hasil 0,608 pada berat badan sebelum perlakuan dan 0,842 pada berat badan setelah perlakuan.

b. Uji Normalitas

Tabel 4.5 Uji normalitas pada berat badan akseptor

Variabel	Sig	Keterangan
Berat badan sebelum perlakuan (<i>Pre Test</i>)	0,553	Data berdistribusi normal
Berat badan setelah perlakuan (<i>Post Test</i>)	0,400	Data berdistribusi normal

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui bahwa hasil pengujian normalitas menggunakan aplikasi SPSS 23 dengan metode *Shapiro-Wilk* menunjukkan bahwa data dalam kelompok perlakuan tersebut berdistribusi normal. Hasil analisis yang didapatkan adalah nilai signifikan dengan menunjukkan hasil 0,553 pada berat badan sebelum perlakuan dan 0,400 pada berat badan setelah perlakuan. Berdasarkan landasan hasil uji normalitas yang berdistribusi normal maka dilanjutkan untuk analisis menggunakan metode uji *t-test parametrik*.

c. Uji *t*-test

Tabel 4.6 Pengaruh konsumsi teh hijau

Variabel	Mean \pm SD	<i>P</i>	<i>t</i>	Selisih nilai Mean
Berat badan sebelum perlakuan	65,40 \pm 4,82			
Berat badan setelah perlakuan	64,14 \pm 4,52	0,000	4,093	1,26

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diketahui hasil dari Mean berat badan akseptor KB suntik sebelum pemberian teh hijau adalah 65,40 \pm 4,82 (mean \pm standard deviation). Pada hasil yang ditunjukkan setelah pemberian teh hijau mean berat badan pada Akseptor KB suntik menurun menjadi 64,14 \pm 4,52. Hasil uji *t*-test menunjukkan hasil *P* (*p*-value) sebesar 0,000, nilai *t* 4,093 dan selisih mean pada BB adalah 1,26 yang artinya ada pengaruh dari pemberian the hijau terhadap berat badan.

B. Pembahasan

Penggunaan alat kontrasepsi hormonal khususnya KB suntuk 3 bulan dalam jangka kurun waktu tertentu dapat mengakibatkan timbulnya efek samping akibat pemakaian kontrasepsi salah satunya adalah peningkatan terhadap BB. Efek tersebut dapat terjadi karena tubuh melakukan penyesuaian diri terhadap ketidak seimbangan hormon, seperti yang diketahui kandungan pada KB suntik 3 bulan mengandung 1 Hormon yaitu progesterone. Dalam tahun pertama pemakaian berat badan umumnya dapat naik sebanyak 1-5kg (Nasution et al., 2020) .

Kandungan hormon progesterone dalam KB suntik 3 bulan dapat mempermudah proses perubahan kandungan karbohidrat dan gula menjadi lemak sehingga terjadi penumpukan lemak dibawah kulit yang dapat

menyebabkan kegemukan bila hal itu terus terjadi dalam kurung waktu yang lama. Peningkatan berat badan dapat terlihat setelah 6 bulan sejak pemakaian pertama KB suntik 3 bulan, dan akan semakin meningkat setelah penggunaan 12 bulan dan seterusnya. Terlihat dari hasil pretest yang dilakukan bahwa seluruh responden KB suntik 3 bulan mengalami kejadian kenaikan berat badan, maka dari itu lama penggunaan dari KB suntik 3 bulan dapat mengakibatkan peningkatan lemak dan resitensi cairan dalam tubuh berdasarkan hasil data univariat akseptor dengan lama penggunaan terbanyak adalah 2->2 tahun dengan jumlah responden sebanyak 16 responden, dan 13 responden dengan lama penggunaannya 3-4 tahun, selanjutnya 3 responden dengan lama pemakaian >4 tahun yang pada lama pemakaiannya masing-masing dari responden mengeluhkan terjadinya peningkatan berat badan (Sastrariah, 2019).

Peningkatan berat badan, selain dapat disebabkan oleh penumpukan jaringan lemak pada tubuh, salah satu peningkatan berat badan juga di faktori karena peningkatan nafsu makan. Hal ini terjadi karena kandungan hormon pada KB suntik 3 bulan yaitu progesteron dapat menstimulasi atau merangsang pusat kendali nafsu makan pada hipotalamus, sehingga para akseptor KB suntik 3 bulan memiliki peningkatan pada nafsu makan mereka. Hal ini membuat berat badan akseptor KB suntik 3 bulan meningkat dan dapat berisiko obesitas yang dapat menimbulkan penyakit komplikasi lainnya. Pada klasifikasi usia responden pengguna KB suntik 3 bulan dengan usia 20-30 tahun terdapat 9 responden (28,1%), usia >30-40 tahun 13 reponden (40,6%), usia >40-50 tahun 7 reponde (21,9%) dan usis >50 tahun terdapat 3 responden (9,4%), dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa pengguna KB suntik 3 bulan Sebagian besar berusia produktif.

Efek samping dari penggunaan KB suntik salah satunya adalah kejadian kenaikan masa tubuh (berat badan) hal ini disebabkan karena progteron yang merupakan hormon dalam KB suntik dapat merubah zat gula dan karbohidrat dalam tubuh menjadi jaringan lemak yang dimana jaringan lemak tersebut dapat menumpuk pada jaringan adiposa. Lalu, selain itu hormone yang terkandung dalam KB suntik 3 bulan juga yaitu progesterone dapat menstimulasi

hipotalamus pada kendali nafsu makan, yang dapat membuat peningkatan nafsu makan sehingga intensitas makan akseptor lebih banyak dari biasanya (J. B. Sembiring, 2019).

Pada data yang didapatkan pada hasil *posttest* atau hasil setelah diberikannya perlakuan konsumsi teh hijau dengan kategori berat badan naik terdapat 6 responden (18,8%), berat badan turun 23 responden (71,9%) dan berat badan tetap terdapat 3 reponden (9,4%), dengan hasil mean pada BB adalah 65,40 pada *pretest* dan 64,14 pada hasil *posttest* dengan selisih mean BB 1,26. Dari pengukuran tersebut ditemukan hasil bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan pada berat badan yang dapat dilihat dari hasil mean BB pada *pretest-postest* dan selisih pada mean BB setelah diberikan perlakuan konsumsi teh hijau. Dari data yang didapati hasil bahwa mayoritas akseptor KB suntik setelah perlakuan terjadi penurunan berat badan.

Pada hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi berat badan salah satunya adalah dengan mengkonsumsi teh hijau secara rutin.

1. Pengaruh pemberian teh hijau terhadap berat badan

Teh hijau adalah salah satu jenis teh yang tidak mengalami proses fermentasi, teh hijau di olah dengan cara pemanasan dengan uap maupun pengeringan dengan bantuan tenaga surya. Teh hijau memiliki kadar polifenol dan katekin yang sangat tinggi dibandingkan dengan jenis the lainnya. Teh hijau (*camellia sinensis*) bermanfaat membantu mempercepatnya proses metabolisme tubuh dan mengurangi kadar lemak dalam tubuh, polifenol berguna untuk proses penurunan brat badan karena merupakan senyawa yang mengandung antioksidan. Senyawa teh hijau yaitu kombinasi kafein dan katekin, zat ini dapat mempercepat metabolisme selama 2 jam. Katekin ini akan menstimulasi proses ke turunnya berat badan dengan cara pembakaran kalori dan mengurangi lemak tubuh (arif nugroho, 2020).

Camellia sinensis (teh hijau) berasal dari cina dan tumbuh subur di suhu dingin dan dataran tinggi. Tanaman teh hijau yang biasa ditanam di lereng gunung mengandung komponen bioaktif polifenol yaitu senyawa flavanol yang bisa menurunkan kadar stress dan berpartisipasi untuk peningkatan trombosit dan fungsi endotel. Di dalam tubuh, flavanoid ini berkontribusi terhadap aktivitas enzim superoksida dismutase (SOD), yang menangkal radikal bebas. Tubuh dapat mengeluarkan zat radikal bebas yang dapat berbahaya untuk kesehatan karena dapat menimbulkan penyakit kardiovaskuler dan mengganggu sirkulasi darah. Dalam teh hijau terdapat kandungan katekin yang bermanfaat untuk menurunkan risiko penyakit kanker, menurunkan kadar kolesterol, dan efektif dalam pencegahan tekanan darah tinggi, menurunkan berat badan, dan sebagai antibody bagi tubuh karena mengandung antibakteri, serta mencegah penyakit bau napas (Aryani et al., 2021).

Menurut peneliti *Epigallocatechin gallate* (EGCG), kafein dan *L-theanine*. EGC adalah antioksidan yang dapat merangsang metabolisme tubuh EGCG juga dapat memblokir sel-sel lemak baru dan membatasi jumlah totalnya karbohidrat setelah makan, sehingga mengurangi peningkatannya Metabolisme gula darah dapat meningkatkan penyimpanan tubuh glukosa sebagai lemak. Minum teh peningkatan gelombang neurotransmitter dalam otak dan metabolisme dalam tubuh dapat mengalami peningkatan. Sehingga energi yang dihasilkan meningkat dan kendali nafsu makan berkurang. Tingginya kadar konsumsi oksigen dan pengoksidasian lemak pada tubuh di sebabkan karena kandungan EGCG dalam teh sehingga dapat terjadi penurunan pada berat badan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada tabel 4.6 dapat diketahui pada kelompok sebelum perlakuan konsumsi teh hijau pada mean berat badan akseptor KB suntik 3 bulan dengan hasil mean 65,40 dan hasil SD (standard deviation) sebesar 4,82. Lalu, setelah diberlakukannya pemberian konsumsi teh hijau rerata berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan menurun dengan hasil mean menjadi 64,14 dan SD 4,52 pada hasil tersebut didapati hasil rerata

mean dengan selisih 1,26. Merujuk dari hasil $\text{mean} \pm \text{SD}$ pada data tersebut telah dilakukan uji *t test* dengan hasil nilai p (*p-value*) menunjukkan angka 0,000. Hasil nilai p tersebut menunjukkan hasil nilai yang lebih kecil dari nilai alpha (0,05) yang menandakan H_1 diterima dan menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara berat badan sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Temuan ini mengidentifikasi bahwa dengan mengkonsumsi teh hijau dapat berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan berat badan.

Teh hijau merupakan minuman yang populer dimasyarakat, kandungan utama yang terdapat pada teh hijau adalah polifenol salah satu kandungan dalam polifenol ini adalah senyawa katekin yang sangat bermanfaat sebagai antioksidan bagi tubuh. Selain itu teh hijau sangat bermanfaat untuk menurunkan berat badan dengan cara membantu percepatan proses metabolisme yang dapat membantu mengurangi kadar lemak dalam tubuh. Dalam teh hijau kering, daunnya mengandung 15-30% senyawa katekin termasuk 59,04% epigallocatechin gallate (EGCG), 19,28% epigallocatechin (EGC), 13,69% epicatechin (ECG), 6,39% epicatechin (EC) dan 1,60% galocatechin (CG). Dari keempat bahan tersebut, EGCG adalah yang paling ampuh dan secara kimia memiliki aktivitas biokimia terkuat. Dalam menurunkan berat badan teh hijau memiliki cara khusus dengan menggunakan tiga kandungan utama dalam teh hijau yaitu epigallocatechin gallate (EGCG) Kafein dan L-theanine. EGC adalah antioksidan yang dapat meningkatkan metabolisme tubuh (Rismayanthi & Onna Purnama, 2021).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan (Jumrawati, 2022) bahwa terjadi perbedaan nilai P value pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah pemberian teh hijau dengan nilai 0,581 dengan 0,224 maka dapat dikatakan bahwa pemberian teh hijau berpengaruh terhadap berat badan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Salamah et al., 2022), bahwa terdapat perbedaan berat badan pada akseptor KB suntuk

setelah diberi perlakuan konsumsi teh hijau dengan hasil berat bada awal 50 kg, berat badan setelah menggunakan KB suntik 60 Kg lalu berat badan setelah mengkosumsi teh hijau pada hari ke 16 adalah 56,2 Kg, hal tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pemberian teh hijau pada penurunan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan.

C. Keterbatasan Penelitian

peneliti Berdasarkan pada pengalaman peneliti dalam proses penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang dialami oleh peneliti karna penelitian ini sendiri tentu memiliki kekurangan yang perlu diperbaiki dalam penelitian-penelitian kedepannya. Beberapa keterbatasan dan kekurangan penelitian tersebut diataranya

1. Peneliti mengalami kesulitan dengan keterbatasan waktu yang sangat terbatas dan menyesuaikan jadwal kunjungan responden
2. Tidak terdapat kelompok kontrol pada subjek yang diteliti dalam pemberian teh hijau
3. Kurang maksimalnya kontrol yang dilakukan peneliti untuk memastikan responden meminum teh hijau pagi dan sore