

## **Literatur Review : Penggunaan KB Implant Progesterin terhadap Kenaikan Berat Badan pada Akseptor KB**

**Akhid Suraiya<sup>1</sup>, Hapsari Windayanti<sup>2</sup>, Arina Manasika Pridanti Rimbawati<sup>3</sup>,  
Avisha Ladyana Fitri<sup>4</sup>, Pirawati<sup>5</sup>, Uli Che Agutine<sup>6</sup>**

<sup>1</sup>Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, akhidsuraiya80@gmail.com

<sup>2</sup>Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, hapsari.email@gmail.com

<sup>3</sup>Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, amanasika219@gmail.com

<sup>4</sup>Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, avishaladyana@gmail.com

<sup>5</sup>Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, pirarely22@gmail.com

<sup>6</sup>Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, ulicheagustine26@gmail.com

Korespondensi Email : pirarely22@gmail.com

---

### **Article Info**

#### *Article History*

*Submitted, 2022-12-18*

*Accepted, 2022-12-23*

*Published, 2022-12-31*

---

**Kata Kunci : Implan  
Prosegtin, Efek Samping  
Kontrasepsi, Kenaikan  
Berat Badan**

*Keywords: Prosegtin  
Implants, Side Effects of  
Contraceptives, Weight  
Gain*

---

### **Abstract**

*Implant is a type of contraception in the form of an implant made of a type of silastic rubber filled with hormones, placed on the upper arm. The advantages of birth control implants are very effective at preventing pregnancy. The drawback of the implant birth control method is that it triggers an increase or decrease in body weight. Side effects of implant contraception include menstrual cycle disturbances (8.5%) and weight gain (3.3%), increased blood pressure (2.2%), headaches (5.5%), and bleeding/cycle disturbances period. The purpose of this literature review is to get an overview regarding what other people have done before about the use of progesterin implants for weight gain in birth control acceptors. The method used in this study is data analysis using a literature review by searching for relevant articles. Sources of the review used electronic media from several databases including the Midwifery Scientific Journal, Health Scientific Journal, Nursing Journal, Google Scholar, Garuda and Pubmed which were published in the period 2016-2022 with the keywords influence the use of progesterin implant KB, side effects of KB implants, and weight gain. Based on the results of a literature review of several studies, it was concluded that the use of KB implants increases body weight due to the hormone progesterone which converts carbohydrates and sugar into fat and causes an increase in appetite and reduces physical activity. However, it can be managed by means of dietary patterns and daily food portions to prevent weight gain which can increase the relative risk of a woman suffering from diabetes mellitus and cardiovascular disease*

### **Abstrak**

*Implant adalah salah satu jenis kontrasepsi yang berupa susuk yang terbuat dari sejenis karet silastik yang berisi*

hormon, dipasang pada lengan atas. Kelebihan implant KB sangat efektif mencegah kehamilan. Kekurangan metode KB implant adalah memicu terjadinya peningkatan atau penurunan berat badan. Efek samping dari kontrasepsi implant diantaranya gangguan siklus menstruasi (8,5%) dan peningkatan berat badan (3,3%), peningkatan tekanan darah (2,2%), sakit kepala (5,5%), dan perdarahan / gangguan siklus haid. Tujuan dari literatur review ini adalah untuk mendapatkan gambaran yang berkenaan dengan apa yang sudah pernah dikerjakan orang lain sebelumnya tentang penggunaan KB implant progestin terhadap kenaikan berat badan pada akseptor KB. Metode yang digunakan dalam studi ini adalah mendata analisis dengan menggunakan tinjauan literatur (literature review) dengan mencari artikel yang relevan. Sumber tinjauan menggunakan media elektronik dari beberapa data base antara lain Jurnal Ilmiah Kebidanan, Jurnal Ilmiah Kesehatan, Jurnal Keperawatan, Google Scholar, Garuda dan Pubmed yang dipublishkan kurun waktu tahun 2016-2022 dengan kata kunci pengaruh penggunaan KB implant progestin, efek samping KB implant, dan kenaikan berat badan. Berdasarkan hasil literatur review terhadap beberapa penelitian, disimpulkan bahwa pemakaian KB implant meningkatkan berat badan yang disebabkan karena hormon progesteron yang mengubah karbohidrat dan gula menjadi lemak dan menyebabkan nafsu makan bertambah serta menurunkan aktivitas fisik. Namun bisa diatur dengan cara pola diet serta porsi makan sehari-hari untuk mencegah peningkatan berat badan yang bisa meningkatkan risiko relatif seorang wanita untuk menderita diabetes mellitus dan penyakit kardiovaskuler.

---

## **Pendahuluan**

Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu pelayanan kesehatan preventif yang paling dasar dan utama bagi wanita. Meskipun tidak selalu diakui demikian, peningkatan dan perluasan pelayanan keluarga berencana merupakan salah satu usaha untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu yang sedemikian tinggi akibat kehamilan yang dialami oleh wanita. Banyak wanita harus menentukan pilihan kontrasepsi yang sulit, tidak hanya karena terbatasnya jumlah metode yang tersedia tetapi juga karena metode-metode tertentu mungkin tidak dapat diterima sehubungan dengan kebijakan nasional KB, kesehatan individual dan seksualitas wanita atau biaya untuk memperoleh kontrasepsi (Assalis, 2015).

Upaya untuk mewujudkan keluarga berkualitas, sasaran utamanya adalah terkendalinya pertumbuhan penduduk dan meningkatnya keluarga kecil yang berkualitas, ditandai dengan meningkatnya penggunaan metode kontrasepsi yang rasional, efektif dan efisien (REE). Metode kontrasepsi yang memenuhi unsur efektif dan efisien adalah metode kontrasepsi Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR) / *Intra Uterine Device* (IUD), Metode Operasional Wanita (MOW), Metode Operasional Pria (MOP) dan Implant / susuk, efektif untuk mencegah kehamilan dan biayanya lebih murah, karena sekali membayar pelayanan dapat digunakan dalam waktu yang panjang, sehingga disebut metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) (Hidayat, 2017).

Salah satu kontrasepsi jangka panjang (MKJP) adalah implant. Implant adalah metode kontrasepsi yang hanya mengandung progestin dengan masa kerja panjang, dosis rendah, reversible untuk wanita (Speroff leon, 2015).

Implant adalah salah satu jenis kontrasepsi yang berupa susuk yang terbuat dari sejenis karet silastik yang berisi hormon, dipasang pada lengan atas. Implant dapat digunakan untuk jangka panjang 5 tahun dan bersifat reversible. Keuntungan dari kontrasepsi yang efektifitasnya tinggi, angka kegagalan implant, 1 per 100 wanita pertahun dalam 5 tahun pertama, kegagalan pengguna rendah, sekali terpasang tidak perlu ada yang diingat. Implant berisi levonorgestrel yang merupakan hormon progesteron (Endang Purwoastuti, 2015).

Kelebihan implant KB sangat efektif mencegah kehamilan. Angka keberhasilannya cukup tinggi, diantara 100 pengguna KB implant yang tetap kebobolan hamil hanya 1 orang. Kekurangan metode KB implant adalah memicu terjadinya peningkatan atau penurunan berat badan, saat pelepasan progesteron sintetik yang ditanamkan di bawah kulit, atau alat kontrasepsi bagi wanita yang dipasang (disusupkan) di bawah kulit dengan bagian atas yang terdiri atas 6 kapsul berukuran kira-kira 3 cm berisi diperlukannya penyayatan pada kulit, sehingga bisa menimbulkan bekas luka (Mukhooyaroh, 2017).

Efek samping pemakaian kontrasepsi implant yaitu peningkatan berat badan yang terjadi terus menerus dapat menyebabkan kegemukan (obesitas). Berat badan yang berlebih atau obesitas meningkatkan risiko relatif seorang wanita untuk menderita diabetes mellitus, risiko relatif untuk terkena penyakit kardiovaskuler misalnya darah tinggi, selanjutnya dapat meningkatkan faktor risiko terjadinya penyakit jantung koroner. Efek samping dari kontrasepsi implant diantaranya gangguan siklus menstruasi (8,5%) dan peningkatan berat badan (3,3%), peningkatan tekanan darah (2,2%), sakit kepala (5,5%), dan perdarahan / gangguan siklus haid (1,6%) (Yuliawati, 2019).

Berat badan adalah parameter antropometri yang sangat labil. Dalam keadaan normal, dimana keadaan kesehatan baik dan keseimbangan antara konsumsi dan kebutuhan zat gizi terjamin, berat badan berkembang mengikuti pertambahan umur. Sebaliknya dalam keadaan abnormal, terdapat dua kemungkinan perkembangan berat badan, yaitu dapat berkembang cepat atau lebih lambat dari keadaan normal (Anggraeni, 2012).

Bertambahnya berat badan pada akseptor KB ini terjadi karena bertambahnya lemak dalam tubuh dan bukan karena retensi cairan tubuh. Berat badan merupakan gambaran jumlah protein, lemak, air, dan mineral pada jaringan tulang. Perubahan berat badan menjadi meningkat atau terjadi peningkatan jika hasil penimbangan berat badan lebih besar dibanding dengan berat sebelumnya. Pertambahan berat badan ini dipengaruhi oleh bertambahnya ukuran berat akibat dari konsumsi makanan yang diubah menjadi lemak selanjutnya disimpan di jaringan bawah kulit (Yuliawati, 2019).

Menurut Soetijiningsih (2013) faktor yang mempengaruhi perubahan berat badan dikelompokkan menjadi dua yaitu faktor internal antara lain faktor genetik, regulasi termis, metabolisme, hormonal. Faktor eksternal antara lain aktivitas fisik dan asupan nutrisi.

Berdasarkan uraian tersebut melatarbelakangi penulis tertarik untuk melaksanakan literatur review terhadap beberapa artikel penelitian penggunaan KB implant progestin terhadap kenaikan berat badan pada akseptor KB. Tujuan dari literatur review ini adalah untuk mendapatkan gambaran yang berkenaan dengan apa yang sudah pernah dikerjakan orang lain sebelumnya tentang penggunaan KB implant progestin terhadap kenaikan berat badan pada akseptor KB.

## Metode

Metode yang digunakan dalam studi ini adalah mendata analisis dengan menggunakan tinjauan literatur (*literature review*) dengan mencari artikel yang relevan dengan topik Penggunaan KB Implant Progestin Terhadap Kenaikan Berat Badan pada

Akseptor KB. Sumber tinjauan menggunakan media elektronik dari beberapa data base antara lain Jurnal Ilmiah Kebidanan, Jurnal Ilmiah Kesehatan, Jurnal Keperawatan, Google Scholar, Garuda dan Pubmed yang dipublishkan kurun waktu tahun 2016-2022. Kata kunci yang digunakan untuk mencari artikel adalah pengaruh penggunaan KB implant progesterin, efek samping KB implant, dan kenaikan berat badan. Pencarian melalui Google Scholar diperoleh dengan jumlah 1.610 buah artikel. Artikel dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Artikel jurnal yang digunakan dalam penelitian ini melalui data base nasional meliputi google scholar. Jenis kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah menggunakan artikel terbitan tahun 2016-2022 menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris, membahas mengenai Penggunaan KB Implant Progesterin Terhadap Kenaikan Berat Badan pada Akseptor KB dan diakses full text secara pdf dengan mempertimbangkan tingkat relevan jurnal. Adapun kriteria eksklusi jurnal yang direview terdiri dari 4 buah artikel penelitian nasional dan 2 buah artikel internasional.

Artikel yang diperoleh, direview, disusun secara sistematis, dibandingkan dengan satu sama lain, dibahas dengan literatur yang lain dan dikaitkan sehingga menyimpulkan hasil yang sesuai.

## Hasil dan Pembahasan

Tabel 1 Hasil Penelusuran Artikel

No	Penulis / Judul	Metode	Hasil
1	Rama Agustina. 2022 “Hubungan Pengguna KB Implant dengan Berat Badan dan Siklus Haid Akseptor KB di PMB Erlina Palembang Tahun 2021”	Desain penelitian survey analitik dengan pendekatan <i>cross sectional study</i>	Hasil uji <i>Chi-Square</i> diperoleh p value 0,039 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa $H_a$ diterima dan $H_0$ ditolak, sehingga ada hubungan antara penggunaan KB implant dengan perubahan siklus haid di PMB Erlina.
2	Hasliana Haslan (1), Indryani Indryani (2). 2020 “Hubungan Penggunaan KB Implant dengan Berat Badan dan Siklus Haid Akseptor KB”	Desain penelitian survey analitik dengan pendekatan <i>cross sectional study</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara penggunaan implant dengan berat badan akseptor dengan hasil uji <i>Chi-Square</i> diperoleh nilai p = 0,015. Ada hubungan antara penggunaan implant dengan siklus menstruasi akseptor dengan hasil uji <i>Chi-Square</i> diperoleh p-value = 0,001. Ada hubungan antara penggunaan implant dengan berat badan dan siklus haid akseptor.
3	Misrina (1), Rosa Amelia Putri (2). 2020 “Hubungan Peningkatan Berat Badan dan Perubahan Siklus Haid dengan Pemakaian Kontrasepsi Implant pada Akseptor KB di Wilayah Kerja Puskesmas Jeunieb Kabupaten Bireuen”	Desain penelitian analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Hasil uji <i>Chi-Square</i> dengan tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha = 0,05$ ) hasil perhitungan menunjukkan nilai p value (0,014) < $\alpha$ (0,05) berarti $H_a$ diterima, dan $H_0$ ditolak, dengan demikian ada hubungan antara pemakaian kontrasepsi implant dengan peningkatan berat badan. Hasil uji <i>Chi-Square</i> dengan tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha = 0,05$ ) hasil

No	Penulis / Judul	Metode	Hasil
			perhitungan menunjukkan nilai p value $(0,048) < \alpha (0,05)$ berarti $H_0$ diterima, dan $H_a$ ditolak, dengan demikian ada hubungan antara pemakaian kontrasepsi implant dengan perubahan siklus haid.
4	Nur Laelah (1), Happy Dwi Aprilina (2). 2020  “Hubungan Durasi Pemakaian Alat Kontrasepsi Implant dengan Perubahan Berat Badan dan Gangguan Siklus Menstruasi di Wilayah Kerja Puskesmas Padamara”	Desain penelitian korelasi dengan pendekatan sectional	Hasil uji <i>Chi-Square</i> di dapatkan value = 0,03 ( $< \alpha = 0,05$ ) yang berarti $H_0$ ditolak, dan $H_a$ diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan durasi pemakaian alat kontrasepsi dengan perubahan berat badan di Wilayah Kerja Puskesmas Padamara. Hasil uji <i>Chi-Square</i> didapatkan value = 0,00 ( $< \alpha = 0,05$ ) yang berarti $H_0$ ditolak, dan $H_a$ diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan durasi pemakaian alat kontrasepsi dengan gangguan siklus menstruasi di Wilayah Kerja Puskesmas Padamara.
5	Hatch, Cheries DO (1), Young, Amanda MS (2), Gray, Celia M.BS (3), Paglila, Michael J.MD (4), Howard, Debise MD (5). 2022  “The Effect of The Etonogestrel Subdermal Implant on Weight Gain in Obese Woman”	Desain penelitian studi kohort restrospektif	Hasil penelitian ini melibatkan 3.497 wanita, 34% diantaranya normal / kurang berat badan, 24% kelebihan berat badan, dan 42% obesitas. Waktu pemasangan hingga pelepasan selama 1,7 tahun tidak ada perbedaan yang signifikan. Tetapi pada wanita yang mempertahankan pemasangan selama 3 tahun terdapat perubahan berat badan.
6	Maria F. Gallo (1), Jennifer Legardy-Williams (2), Tina Hylton-Kong (3), Carole Rattray (4), Athena P. Kourtis (5), Denise J. Jamieson (6), Markus J. Steiner (7). 2016  “Association of Progestin Contraceptive Implant and Weight Gain”	Desain penelitian analisis data sekunder uji coba terkontrol acak terbuka	Hasil penelitian ini berat rata-rata saat pendaftaran adalah 70,6 kg. Sedangkan wanita yang sudah menggunakan implant mengalami kenaikan 0,0 kg dan 0,5 kg pada kunjungan 1 bulan dan kunjungan 3 bulan. Perubahan berat badan ini tidak secara signifikan berbeda antara implant di kunjungan 1 bulan atau 3 bulan. Demikian pula, wanita yang menggunakan implant tidak berisiko lebih tinggi mendapatkan lebih dari 2 kg dibandingkan dengan kelompok kontrol (rasio odds) OR 0,9 interval kepercayaan 95%.

Dari penelitian (Misrina dan Rosa Amelia Putri, 2020) menunjukkan adanya hubungan antara peningkatan berat badan dengan pemakaian KB implant dikarenakan mayoritas responden memakai KB implant dalam waktu lama (> 12 bulan), tubuh masih beradaptasi dengan KB implant tersebut. Sebagian dari responden mengatakan bahwa awalnya selama pemakaian KB implant berat badan meningkat, namun mereka mengatur pola diet serta porsi makan sehari-hari untuk mencegah peningkatan berat badan yang dapat membuat mereka tidak nyaman. Teori juga menunjukkan adanya efek samping peningkatan berat badan yang terjadi terus menerus dapat menyebabkan kegemukan (obesitas). Berat badan yang berlebih atau obesitas meningkatkan risiko relatif seorang wanita untuk menderita diabetes mellitus, risiko relatif untuk terkena penyakit kardiovaskuler misalnya darah tinggi, selanjutnya dapat meningkatkan faktor risiko terjadinya penyakit jantung koroner (Yuliawati, 2019).

Hasil dari analisa penelitian (Nur Laelah dan Happy Dwi Aprilina, 2020) dapat disimpulkan bahwa mayoritas akseptor KB implant peningkatan yaitu sebanyak 34 responden setelah pemakaian KB selama 2 tahun. Terdapat akseptor yang tidak mengalami perubahan sebanyak 27 responden dan akseptor yang mengalami penurunan sebanyak 12 responden. Responden yang mengalami peningkatan berat badan setelah pemakaian KB implant dan sebagian dari mereka sudah tidak dapat memasang KB implant ditahun berikutnya, dikarenakan berat badan sudah melebihi batas normal untuk pemasangan KB implant kembali.

Data hasil penelitian (Hatch Cheries, 2022) yang melibatkan 3.497 wanita tidak ada kecenderungan perubahan yang signifikan setelah pemasangan KB implant karena kelas IMT meningkat. Peningkatan berat badan terbesar terjadi pada kelompok kelas II obesitas 9,1 kg pada penggunaan KB implant 3 tahun. Informasi ini akan berguna dalam memberikan konseling pada wanita gemuk tentang KB implant saat mendiskusikan pilihan kontrasepsi, karena KB implant ini memiliki efek samping peningkatan berat badan. Informasi ini diperlukan agar calon akseptor KB dapat mempertimbangkan dan menentukan kontrasepsi yang sesuai dengan kebutuhan tanpa efek samping secara seminimal mungkin.

Umumnya pertambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama. Kenaikan berat badan, disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik, akibatnya pemakaian KB implant dapat menyebabkan berat badan bertambah.

### **Simpulan dan Saran**

Berdasarkan dari beberapa literatur review yang telah dianalisa oleh penulis, dapat disimpulkan bahwa penggunaan KB implant progestin ada kenaikan berat badan pada akseptor KB. Pemakaian KB implant dalam waktu lama (> 12 bulan) menyebabkan tubuh masih beradaptasi dengan KB implant dimana awalnya selama pemakaian KB implant berat badan meningkat namun mereka mengatur pola diet serta porsi makan sehari-hari untuk mencegah peningkatan berat badan yang dapat membuat mereka tidak nyaman. Peningkatan berat badan terbesar terjadi pada kelompok kelas II obesitas 9,1 kg pada penggunaan KB implant 3 tahun sesuai dengan jurnal nomor 5. Kenaikan berat badan disebabkan karena hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah kulit bertambah, selain itu hormon progesteron juga menyebabkan nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik. Berat badan yang berlebih atau obesitas meningkatkan risiko relatif seorang wanita untuk menderita diabetes mellitus, risiko relatif untuk terkena penyakit kardiovaskuler.

Diharapkan agar calon akseptor bahwa sebelum memakai alat kontrasepsi dapat mengetahui informasi dan efek samping dari penggunaan KB implant, karena dapat

menyebabkan berat badan bertambah. Sehingga selama memakai KB implant agar dapat mengatur pola diet serta porsi makan sehari-hari untuk mencegah peningkatan berat badan.

### Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu, membimbing dan mengarahkan sehingga dapat menyelesaikan artikel ilmiah ini dengan baik. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penulisan *literature review* ini.

### Daftar Pustaka

- Agustina, Rama Agustina. (2022). *Hubungan Pengguna KB Implant dengan Berat Badan dan Siklus Haid Akseptor KB di PMB Erlina Palembang Tahun 2021*.
- Anggraini, Martini. (2012). *Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta : Rohima Press.
- Assalis. (2015). *Hubungan Sosial Budaya dengan Pemilihan Metode Kontrasepsi*. Jurnal Kesehatan : Universitas Malahayati Lampung.
- Endang Purwoastuti. (2015). *Panduan Materi Kesehatan Reproduksi & Keluarga Berencana* Jakarta : Pustaka Baru.
- Haslan, Hasliana et al. (2020). *Hubungan Penggunaan KB Implant dengan Berat Badan dan Siklus Haid Akseptor KB*.
- Hatch, Cheries et al. (2022). *The Effect of The Etonogestrel Subdermal Implant on Weight Gain in Obese Woman*.
- Hidayat.(2017). *Determinan Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) pada Akseptor KB*. Jurnal Kesehatan Masyarakat : Universitas Negeri Semarang.
- Laelah, Nur et al. (2020). *Hubungan Durasi Pemakaian Alat Kontrasepsi Implant dengan Perubahan Berat Badan dan Gangguan Siklus Menstruasi di Wilayah Kerja Puskesmas Padamara*.
- Maria F. Gallo et al. (2016). *Association of Progestin Contraceptive Implant and Weight Gain*.
- Misrina et al. (2020). *Hubungan Peningkatan Berat Badan dan Perubahan Siklus Haid dengan Pemakaian Kontrasepsi Implant pada Akseptor KB di Wilayah Kerja Puskesmas Jeunieb Kabupaten Bireuen*.
- Mukhoyyaroh. (2017). *KB Susuk dalam Perspektif Islam*. Jurnal Studi Al-Qur'an. Volume, 13 No. 2, Tahun 2017.
- Yuliatwati. (2019). *Pengaruh Penggunaan Kontrasepsi Implant Terhadap Peningkatan Berat Badan dan Hypertensi Di Kabupaten Lampung Timur*. Jurnal Kesehatan : Universitas Muhammadiyah