

Hubungan Penggunaan Kontrasepsi dan Stres dengan Perubahan Siklus Menstruasi pada Ibu Akseptor KB Di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar 2019

Suarni¹, Wiwi Angraeni¹

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

ABSTRAK :

Penggunaan kontrasepsi modern telah meningkat sedikit, dari 54% ditahun 1990 menjadi 57,4% pada tahun 2015. Di Afrika naik dari 23,6% menjadi 28,5%, di Asia sedikit meningkat dari 60,9% menjadi 61,8%, (WHO, 2016). Persentase peserta KB baru di Indonesia tahun 2015 sebesar 13,46%. Tiga provinsi yang memiliki persentase tertinggi yaitu Maluku Utara sebesar 57,85%, DKI Jakarta sebesar 31,14%, dan Maluku sebesar 25,07% (Kemenkes, 2015). Data dari Puskesmas Jumpandang Baru Kota Makassar pada bulan Januari-Desember 2018 sebanyak 3246 ibu akseptor KB aktif. Tujuan dari penelitian ini adalah diketahuinya hubungan penggunaan kontrasepsi dan stres dengan perubahan siklus menstruasi.

Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi pada penelitian ini ialah ibu akseptor KB yang datang berkunjung ke Puskesmas Jumpandang Baru yang berjumlah 3246 orang. Sampel pada penelitian ini adalah ibu-ibu yang datang keruangan poli KB sebanyak 102 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan tehnik *Accidental Sampling* yang instrument penelitiannya menggunakan kuesioner dan observasi.

Hasil penelitian ini menggunakan uji *Fisher Exact* untuk variabel kontrasepsi, diperoleh nilai $p (0,000) < \alpha (0,05)$, hal ini berarti ada hubungan antara penggunaan kontrasepsi dengan perubahan siklus menstruasi. Dan uji *Chi Square* untuk variabel stress diperoleh nilai $p (0,000) < \alpha (0,05)$, hal ini berarti ada hubungan antara stress dan perubahan siklus menstruasi.

Simpulan dari penelitian ini, ada hubungan antara kontrasepsi dan stres dengan perubahan siklus menstruasi. Saran dari penelitian ini diharapkan kepada petugas kesehatan untuk lebih meningkatkan upaya dalam memberikan penyuluhan tentang penggunaan kontrasepsi yang sesuai untuk ibu akseptor KB.

Keywords : *Kontrasepsi, Stres, Siklus Menstruasi*

PENDAHULUAN

Kontrasepsi berasal dari kata kontra yang berarti mencegah atau melawan, sedangkan konsepsi adalah pertemuan antara sel telur yang matang dan sel sperma yang mengakibatkan kehamilan. Maksud dari kontra sepsi adalah menghindari atau mencegah terjadinya kehamilan sebagai akibat pertemuan antara sel telur yang matang dengan sel spermisida (Sukarni dan Wahyu, 2013).

Jenis kontrasepsi yang banyak digunakan adalah kontrasepsi hormonal yang tersedia dalam bentuk oral, suntik, dan implant. Metode kontrasepsi hormonal dianggap salah satu metode dengan tingkat efektifitas yang tinggi, tetapi disisi lain kontrasepsi hormonal terutama yang mengandung progestin dapat mengubah menstruasi. Perubahan-perubahan ini tidak dapat diduga, bervariasi antara masing-masing wanita sampai beberapa tingkat terhadap

metode kontrasepsi. Pada sebagian pemakai, terjadi peningkatan insiden bercak darah yang tidak teratur dan sedikit atau perdarahan diluar siklus kadang-kadang berkepanjangan, dan kadang-kadang oligomenore bahkan amenore (Hartanto, 2004).

Menurut World Health Organization (WHO) 2016 penggunaan kontrasepsi telah meningkat dibanyak bagian dunia, terutama di Asia dan Amerika Latin, namun terus rendah di sub-Sahara Afrika. Secara global, penggunaan kontrasepsi modern telah meningkat sedikit, dari 54% di tahun 1990 menjadi 57,4 % pada tahun 2015. Secara regional, proporsi wanita berusia 15-49 tahun yang melaporkan penggunaan metode kontrasepsi modern telah meningkat minimal atau tinggi antara tahun 2008 dan 2015. Di Afrika naik dari 23,6% menjadi 28,5%, di Asia sedikit meningkat dari 60,9% menjadi 61,8%, dan di Amerika Latin dan Karibia tetap stabil di 66,7% (WHO, 2016).

Persentase peserta KB baru pasangan usia subur di Indonesia pada tahun 2015 sebesar 13,46%. Angka ini lebih rendah dibandingkan capaian tahun 2014 sebesar 16,51%. Tiga provinsi yang memiliki persentase tertinggi yaitu Maluku Utara sebesar 57,85%, DKI Jakarta sebesar 31,14%, dan Maluku sebesar 25,07%. Sedangkan capaian terendah terdapat di provinsi Bali sebesar 9,45%, Jawa Timur sebesar 10,8%, dan Banten sebesar 11,21% (Kemenkes, 2015).

Berdasarkan data dari BKKBN Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2014, akseptor KB aktif sebanyak 1.376.465 peserta, apabila dilihat dari permintaan kontrasepsi maka persentasenya adalah jenis kontrasepsi IUD sebanyak 44.113, MOW sebanyak 18.167, MOP sebanyak 1832, KDM sebanyak 63.395, suntik sebanyak 453.032, pil

sebanyak 300,031, dan implant sebanyak 120,935 peserta (BKKBN Sul-Sel, 2014).

Berdasarkan data dari BKKBN Kota Makassar tahun 2014, akseptor KB aktif sebanyak 174,729 peserta. Apabila dilihat dari permintaan kontrasepsi maka jumlah yang dicapai adalah jenis kontrasepsi IUD sebanyak 12.242, MOW sebanyak 4.191, MOP sebanyak 634, KDM sebanyak 4.993, suntik sebanyak 53,291, pil sebanyak 33,617, dan implant 13,061 peserta (BKKBN Makassar, 2014).

Berdasarkan jumlah data yang diperoleh dari Puskesmas Jumpandang Baru Kota Makassar pada bulan Januari sampai November 2018 di wilayah kerja puskesmas sebanyak 3246 akseptor KB aktif. Sementara untuk jumlah akseptor yang berkunjung kepuskesmas sebanyak akseptor yang terdiri dari akseptor KB Suntik sebanyak 753 orang, Pil sebanyak 283 orang, IUD sebanyak 55 orang, Implant 301 orang dan KDM sebanyak 9 orang (profil Puskesmas Jumpandang Baru, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Muhamad Laode (2013) menunjukkan ada hubungan antara pemakaian kontrasepsi pil dengan gangguan menstruasi (nilai P atau signifikansi adalah 0,000 dengan $\alpha = 0,05$), ada hubungan antara pemakaian kontrasepsi suntik dengan gangguan menstruasi (nilai P atau signifikansi adalah 0,000 dengan $\alpha = 0,05$) dan tidak ada hubungan antara pemakaian kontrasepsi implant dengan gangguan menstruasi (nilai P adalah 0,581 dengan $\alpha = 0,05$).

Perubahan siklus menstruasi merupakan suatu keadaan siklus haid yang berbeda dengan yang sebelumnya, yang diukur melalui dari siklus menstruasi normal, dengan Menarche sebagai titik awal, yang

dapat berkisar kurang dari batasan normal sekitar 22-35 hari (Varney, 2007) dikutip dalam (Nasution, 2012).

Panjang siklus menstruasi ialah jarak antara tanggal mulainya haid yang lalu dan mulainya haid berikutnya, hari mulainya perdarahan dinamakan hari pertama siklus (Winkjosastro, dkk. 2009).

Gangguan pada siklus menstruasi dipengaruhi oleh gangguan pada sistem fungsi hormon, enzim, vascular, prostaglandin. Gangguan pada siklus menstruasi terdiri dari tiga, yaitu: menstruasi yang jarang disebut juga dengan *oligomenorrhea*, menstruasi yang sering disebut juga dengan *polymenorrhea*, dan *amenorrhea* tidak haid sama sekali (Kusmiran, 2014).

Perbedaan siklus ini ditentukan oleh beberapa faktor, yaitu salah satunya adalah stres yang merupakan penyebab terjadinya gangguan menstruasi. Stres adalah respon tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap tuntutan bebanyang merupakan respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal dapat mempengaruhi semua bagian dari kehidupan seseorang, menyebabkan stres mental, perubahan perilaku, masalah-masalah dalam interaksi dengan orang lain dan keluhan-keluhan fisik lain yang salah satunya adalah gangguan siklus menstruasi (Hawari, 2008).

Penelitian yang dilakukan oleh Nurlaila (2015) dengan judul Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Usia 18-21 tahun didapatkan bahwa dari 65 responden yang tidak mengalami stres, 47 responden (72,3%) mengalami siklus menstruasi teratur dan 18 responden (27,7%) mengalami siklus

menstruasi tidak teratur, sedangkan 67 responden mengalami stres, sebanyak 25 responden (37,3%) mengalami siklus menstruasi teratur dan 42 responden (62,7%) mengalami siklus menstruasi tidak teratur. Berdasarkan uji statistik diperoleh bahwa hasil nilai Psebesar 0,001, nilai $P=0,001 < \text{nilai } \alpha = 0,05$. hal ini berarti ada hubungan signifikan antara stres dengan siklus menstruasi.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dan stres dengan perubahan siklus menstruasi di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar.

METODE dan Bahan

Lokasi dan Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian observasion alanalitik menggunakan desain *Cross Sectional*, tujuannya untuk mengetahui hubungan antarvariabel, dimana variabel independen dan variabel dependen diidentifikasi pada waktu yang bersamaan. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Jumpandang Baru Kota Makassar. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 21 Februari- 21 Maret 2019.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu akseptor yang menggunakan kontrasepsi pada bulan Januari sampai Desember 2018 yang berjumlah 3246 ibu akseptor KB di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu akseptor KB yang menggunakan alat kontrasepsi. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan tehnik *accidental sampling*, yaitu pengambilan sampel yang secara kebetulan bertemu yang

jumlahnya tergantung pada lamanya waktu penelitian.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data secara langsung dari responden dengan menggunakan lembar kuesioner sebagai instrument penelitian untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi dan stres dengan perubahan siklus menstruasi. Data sekunder diperoleh dari buku registrasi kunjungan ibu akseptor KB di Puskesmas Jumpang Baru Makassar.

HASIL

Karakteristik Responden

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa kelompok umur yang paling banyak yaitu 26-35 tahun sebanyak 69 responden (67,6%), dan kelompok umur yang paling sedikit yaitu 36-45 tahun sebanyak 6 responden (5,9%).

Pada kategori pendidikan menunjukkan bahwa tingkat pendidikan yang paling banyak yaitu SMA sebanyak 56 responden (54,9%), sedangkan tingkat pendidikan yang paling sedikit yaitu SD, D3, dan S1 masing-masing sebanyak 8 responden (7,8%).

Pada kategori pekerjaan yang paling banyak yaitu IRT sebanyak 84 responden (80,4%), sedangkan yang paling sedikit yaitu PNS sebanyak 3 responden (2,9%).

Analisa Univariat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 102 responden (100,0%), yang menggunakan jenis kontrasepsi paling banyak yaitu suntik sebanyak 62 responden (68,8%), sedangkan yang menggunakan jenis kontrasepsi paling rendah yaitu pil sebanyak 11 responden (10,8%). Lama Penggunaan kontrasepsi dari 102 responden (100,0%), yang paling banyak yaitu ≥ 1

tahun sebanyak 75 responden (73,5%), sedangkan yang lama menggunakan kontrasepsi paling rendah yaitu < 1 tahun sebanyak 27 responden (26,5%). Siklus menstruasi responden sebelum menggunakan kontrasepsi dari 102 responden (100,0%), semuanya mengalami keteraturan siklus menstruasi dari 102 responden (100,0%). Siklus menstruasi responden setelah menggunakan kontrasepsi dari 102 responden (100,0%), yang mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi sebanyak 71 responden (69,6%), sedangkan yang mengalami keteraturan siklus menstruasi setelah penggunaan kontrasepsi sebanyak 31 responden (30,4%). Kontrasepsi yang digunakan dari 102 responden (100,0%), terdapat yang menggunakan kontrasepsi paling banyak yaitu kontrasepsi hormonal sebanyak 90 responden (88,2%), sedangkan yang paling rendah yaitu yang menggunakan kontrasepsi non hormonal sebanyak 12 responden (11,8%). Stres yang dialami dari 102 responden (100,0%), terdapat yang mengalami kejadian stres paling banyak yaitu stres sebanyak 61 responden (59,8%), sedangkan yang mengalami kejadian stres paling rendah yaitu tidak stres sebanyak 41 responden (40,2%). Kemudian siklus menstruasi dari 102 responden (100,0%), terdapat yang paling banyak yaitu siklus menstruasi yang tidak teratur sebanyak 72 responden (70,6%), sedangkan yang paling rendah yaitu siklus menstruasi yang teratur sebanyak 30 responden (29,4%).

PEMBAHASAN

1. Hubungan Kontrasepsi dengan Siklus Menstruasi

Alat kontrasepsi yang mengandung hormone seks steroid sintetik ini bekerja dengan cara

menekan fungsi kelenjar hipofise, baik secara langsung maupun melalui hipotalamus. Komponen estrogen dalam pil menghalangi maturasi folikel dalam ovarium sedangkan komponen progesteron memperkuat daya estrogen untuk mencegah ovulasi. Pada keadaan biasa estrogen dan progesterone dihasilkan oleh ovarium, karena pengaruh Folikel Stimulating Hormon (FSH) dan Luteinizing Hormone (LH) yang dikeluarkan oleh hypophyse, akan berpengaruh pada endometrium sehingga terjadi siklus menstruasi. Selain itu estrogen dan progesterone juga berpengaruh langsung pada hipotalamus, yaitu dengan mekanisme feed back yang akibat selanjutnya adalah dihambatnya, pengeluaran FSH dan LH. Dengan dihambatnya FSH dan LH maka tidak akan terjadi ovulasi (Milawati, 2012).

Hasil analisis statistik dengan menggunakan Uji Chi-Square didapatkan nilai $P = 0,000$ ($p < \alpha = 0,05$), hal ini dapat diinterpretasikan bahwa ada hubungan signifikan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan perubahan siklus menstruasi di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar.

Peneliti menganalisis bahwa alat kontrasepsi ada hubungan siklus menstruasi. Hal ini terlihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dari 102 responden ada 90 responden yang mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur, dan 12 responden yang menggunakan alat kontrasepsi non hormonal dan siklus menstruasinya teratur. Sehingga alat kontrasepsi ada hubungan dengan siklus menstruasi.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nasution Y. R. (2012) di Klinik Niar Medan tahun 2012 dimana hasil analisis statistik diperoleh nilai

kemaknaan $p = 0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan antara alat kontrasepsi dengan siklus menstruasi.

2. Hubungan Stres dengan Siklus Menstruasi

Stres adalah respon tubuh yang sifatnya non spesifik terhadap tuntutan beban yang merupakan respon fisiologi, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal maupun eksternal (Stressor). Stressor dapat mempengaruhi semua bagian dari seseorang menyebabkan stres mental, perubahan perilaku, masalah-masalah dalam interaksi dengan orang lain dan keluhan-keluhan fisik lain yang salah satunya adalah gangguan siklus menstruasi (Sriati, 2008).

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji Chi-Square didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < \alpha = 0,05$), hal ini dapat diinterpretasikan bahwa ada hubungan signifikan antara stres dengan perubahan siklus menstruasi di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar.

Peneliti menganalisis bahwa stres ada hubungan dengan siklus menstruasi. Hal ini terlihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dari 102 responden ada 41 responden yang tidak stres dan 26 responden yang mengalami siklus menstruasinya teratur, sedangkan 61 responden yang mengalami stres dan ada 57 responden yang mengalami siklus menstruasinya tidak teratur. Sehingga stres ada hubungan dengan siklus menstruasi.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurlaila (2015) dimana hasil analisis statistik diperoleh nilai kemaknaan $p = 0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan antara stres dengan siklus menstruasi.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilaksanakan di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar dengan jumlah 102 responden diperoleh kesimpulan bahwa :

1. Ada hubungan penggunaan kontrasepsi dengan perubahan siklus menstruasi pada ibu akseptor KB di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar.
2. Ada hubungan stres dengan perubahan siklus menstruasi pada ibu akseptor KB di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar.

SARAN

1. Diharapkan kepada ibu akseptor KB supaya memperhatikan siklus kehamilannya.
2. Diharapkan kepada ibu akseptor KB agar tidak stress sehingga siklus menstruasinya teratur .

DAFTAR PUSTAKA

- Affandi Biran. 2014. *Buku Panduan Pelayanan Kontrasepsi. Edisi 3*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta
- Anwar Mochammad. 2011. *Ilmu Kandungan. Edisi ketiga*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta
- BKKBN Sulsel. 2014. *Peserta KB Aktif November 2014*. <http://sulsel.bkkbn.go.id>. Diakses pada tanggal 08 Maret 2017
- Bobak. L. J. 2004. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Edisi 4*. EGC. Jakarta
- Bobak dan Irene, M. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Edisi 4*. EGC. Jakarta
- Diah Yessy. 2012. *Stres Dan Pengukurannya*. <https://yessydiah.wordpress.com/tag/dass/>. Diakses tanggal 08 Juli 2017
- Handayani Sri. 2010. *Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana*. Pustaka Rihama. Yogyakarta
- Hidayat Alimul A. A. 2014. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data. Edisi Pertama*. Salemba Medika. Jakarta
- KEMENKES. 2015. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015*. Kementrian Kesehatan RI. Jakarta
- Klein Susan. Dkk. 2015. *Buku Bidan Asuhan Pada Kehamilan, Kelahiran & Kesehatan Wanita*. EGC. Jakarta
- Kusmiran Eni. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. SalembaMedika. Jakarta
- Kusmiran Eni . 2014. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Salemba Medika. Jakarta
- Laila Nurnajmi. 2011. *Buku Pintar Menstruasi*. Buku Biru Yogyakarta
- Maulana Mirza. 2009. *Seluk Beluk Reproduksi Dan Kehamilan. Gara Ilmu*. Yogyakarta
- Meilani Niken. Dkk. 2010. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Fitramaya. Yogyakarta
- Milawati, A. 2012. *Pengaruh Kontrasepsi Hormonal Terhadap Peningkatan Tekanan Darah Wanita Akseptor KB Hormonal Di Puskesmas Kecamatan Wonogiri Kabupaten Wonogiri*. (Diakses 02 Februari 2019)
- Muhamad Laode S. 2013. *Jenis Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dan Gangguan Menstruasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari*. (Diakses Tanggal 02 Maret 2017).

- Nasution Y. R. 2012. *Perbandingan Efek Samping Penggunaan Kontrasepsi Suntik dan Pil di Klinik Niar Medan Tahun 2012*. Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara. [http:// repository.usu.ac.id](http://repository.usu.ac.id). Diakses 23 April 2018
- Poter, P. A & Perry, A. G. 2005. *Ilmu Kandungan*. Salemba Medika. Jakarta
- Prawirohardjo Sarwono. 2005. *Ilmu Kandungan*. Salemba Medika. Jakarta
- Price, Sylvia. 2005. *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-proses Penyakit. Edisi 6*. EGC. Jakarta
- Proverawati Atikah. Dkk. 2010. *Panduan Memilih Kontrasepsi Lengkap Dengan Panduan Praktek Pemasangan Dan Penggunaanya*. Numed. Yogyakarta
- Puji Esse P, Dkk. 2016. *Pedoman Penulisan Skripsi. Edisi 13*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar
- Purwoastuti. T. E dan E. S. Walyani. 2015. *Panduan Materi Kesehatan Reproduksi & Keluarga Berencana*. Cetakan Pertama. Pustaka Barupres. Yogyakarta
- Saifuddin Abdul Bari. 2010. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta
- Saryono. 2011. *Biokimia Reproduksi*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Sinclair Constante. 2010. *Buku Baku Kebidanan*. EGC. Jakarta
- Siswosadarmo, Dkk. 2007. *Teknologi Reproduksi*. Gadjah Mada University Pres. Yogyakarta
- Sriati A. 2008. *Tinjauan Tentang Stres*. <http://resources.unpad.ac.id/unpadcontent/uploads/publikasidos> en/TNJAUAN%20TANTANG%STRES.pdf. Diakses tanggal 27 Maret 2017
- Sukarni, I. K dan P. Wahyu. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Cetakan Pertama. Nuha Medika. Yogyakarta
- WHO. 2016. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs351/en/>. Diakses tanggal 27 Maret 2017
- Wiknjoasastro, H. 2005. *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta
- Yanti. 2011. *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi*. Pustaka Rihana. Yogyakarta