

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Pada Hari Gizi Nasional tahun 2022, tema yang diusungkan yaitu “Stunting dan Obesitas”. Kedua masalah gizi tersebut sangat menjadi perhatian baik di Indonesia maupun di dunia karena prevalensinya sangat tinggi. Berdasarkan WHO, sebanyak lebih dari 1,9 miliar orang dewasa berusia 18 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan dan di antaranya, terdapat lebih dari 650 juta orang mengalami obesitas (WHO, 2021). Lalu, sejak tahun 1980 sampai saat ini, kejadian obesitas telah meningkat sebanyak dua kali lipat (Kementerian Kesehatan RI, 2018a). Kemudian, sebanyak 39% di antaranya mengalami kelebihan berat badan dan 13% di antaranya mengalami obesitas dari total populasi dunia (WHO, 2021).

Di Indonesia, pada orang dewasa berusia 18 tahun ke atas sebanyak 13,6% mengalami kelebihan berat badan dan 21,8% mengalami obesitas menurut Riskesdas tahun 2018. Baik di dunia maupun di Indonesia, prevalensi obesitas wanita selalu lebih tinggi dari pada pria. Prevalensi obesitas wanita pada tahun 2018 sebesar 44,4% lebih tinggi dibandingkan pria yaitu 26,6% berdasarkan data BPS. Salah satu faktor yang menyebabkan obesitas dan kegemukan yaitu obat-obatan dan hormonal (Kementerian Kesehatan RI, 2018a). Terkait hal tersebut, penggunaan kontrasepsi hormonal dapat diduga berkontribusi terhadap perbedaan prevalensi obesitas antara pria dengan wanita selain dari perbedaan metabolisme dan aktivitas fisik.

Menurut BPS dari data Susenas tahun 2021 dalam Statistik Pemuda Indonesia, penggunaan kontrasepsi pada perempuan usia 16-30 tahun paling banyak yaitu suntikan sebanyak 64,49%, disusul dengan pil KB sebesar 15,55%; susuk KB/implan sebanyak 8,85%; dan IUD/AKDR/Spiral sebesar 7,08% (Badan Pusat Statistik, 2021b). Adapun menurut Riskesdas tahun 2018, penggunaan kontrasepsi terbanyak yaitu suntikan 3 bulan sebesar 42,4%; disusul dengan pil KB sebesar 8,5%; IUD/AKDR/Spiral sebesar 6,6%; suntikan 1 bulan sebesar 6,1%; dan susuk KB sebesar 4,7%. Dari data-data tersebut, yang termasuk jenis kontrasepsi

hormonal yaitu suntik, pil KB, dan susuk KB. Ketiga kontrasepsi tersebut menempati posisi penggunaan tertinggi di Indonesia, terutama suntik.

Beberapa penelitian telah menyebutkan bahwa penggunaan kontrasepsi hormonal memengaruhi tingkat nafsu makan penggunanya yang berujung pada kenaikan berat badan serta kenaikan IMT dan meningkatnya obesitas pada Wanita Usia Subur (WUS) (Dwi, Sari dan Kusuma, 2019; Ibrahim, Tengku Ismail dan Hashim, 2019; Rahayu, Armini dan Tristiana, 2019; Kartika dan Ronoatmodjo, 2020; Le Guen *et al.*, 2021). Salah satu studi di Yogyakarta menyebutkan bahwa penggunaan kontrasepsi hormonal injeksi yaitu *Depo-Medroxyprogesterone Acetate* (DMPA) meningkatkan risiko obesitas 2,53 kali lebih besar serta penggunaan kontrasepsi hormonal pil kombinasi meningkatkan risiko obesitas 3,17 kali lebih besar daripada non-pengguna, tetapi tidak ada perbedaan yang signifikan pada pemasukan dan pengeluaran energi antara pengguna kontrasepsi hormonal dan non-hormonal (Sugiharti, Hadi dan Julia, 2005).

Penggunaan kontrasepsi hormonal sangat berpengaruh terhadap keseimbangan energi pada Wanita Usia Subur (WUS) karena interaksi hormonal dari kontrasepsi yang memengaruhi metabolisme tubuh (Metz, Isacco dan Redman, 2022). Kenaikan berat badan yang terjadi pada pengguna kontrasepsi hormonal berkaitan dengan mekanisme yang melibatkan metabolisme di dalam tubuh yang melibatkan estrogen dan progestin yang terkandung dalam kontrasepsi hormonal. Progestin merupakan bentuk sintetik dari progesteron. Metabolisme tersebut berpengaruh terhadap keseimbangan antara pemasukan energi dan pengeluaran energi. Peran estrogen pada pemasukan energi lebih cenderung pada penghambatan, sedangkan progesteron lebih cenderung pada peningkatan. Namun, pada mekanisme pengeluaran energi, estrogen dan progesteron cenderung meningkatkan pengeluaran energi (Vigil *et al.*, 2022) (Metz, Isacco dan Redman, 2022).

Kontrasepsi oral yang mengandung progestin telah terbukti menurunkan kadar *cholecystokinin* (CCK). CCK berperan dalam pengaturan rasa kenyang dan menurunkan rasa lapar. Sehingga penurunan CCK secara signifikan menaikkan rasa lapar (Metz, Isacco dan Redman, 2022). Selain CCK, terdapat pula perubahan pada perubahan hormon estrogen dan progesteron yang diregulasi oleh kandungan progestin pada kontrasepsi oral. Meski estrogen lebih cenderung pada

penghambatan pemasukan energi, tetapi estrogen dapat menyebabkan retensi cairan dan edema, sedangkan progesteron mempermudah pembentukan karbohidrat menjadi lemak serta merangsang nafsu makan. (Kartika dan Ronoatmodjo, 2020).

Selain itu, pada kontrasepsi hormonal injeksi yang mengandung *Depot Medroxyprogesterone Acetate* (DMPA), beberapa penelitian menyebutkan terdapat peningkatan berat badan pada pengguna DMPA. Namun, mekanisme pasti yang menjelaskan peningkatan berat badan belum jelas. Asupan kalori dan lemak tidak memengaruhi kenaikan berat badan, tetapi penyebab kenaikan berat badan disimpulkan lebih ditekankan kepada pengaturan nafsu makan dan pengeluaran energi (Beksinska, Smit dan Giudozzi, 2011). Pada *Cochrane review* disebutkan bahwa bukti yang menunjukkan peningkatan berat badan saat menggunakan kontrasepsi hanya progestin masih terbatas. Selain itu, terdapat perbedaan signifikan pada kenaikan berat badan antara kontrasepsi hanya progestin dengan bukan pengguna kontrasepsi (Lopez *et al.*, 2016).

Meski begitu, kontrasepsi sangat penting untuk digunakan oleh ibu yang termasuk WUS untuk mengatur jarak kehamilan dalam perencanaan keluarga. Berdasarkan WHO, jarak kehamilan yang optimal yaitu setidaknya selama 24 bulan antara kelahiran anak yang satu dengan konsepsi anak lainnya. Dalam hal ini, setidaknya total selama 33 bulan (24 bulan tidak mengandung ditambah 9 bulan kehamilan) jarak antara dua kelahiran anak (Naik dan Smith, 2015). Jarak kehamilan yang pendek dapat meningkatkan risiko anemia dan defisiensi zat gizi mikro serta perubahan terhadap berat badan dan Indeks Massa Tubuh (IMT) (Naik dan Smith, 2015). Selain perencanaan keluarga, kontrasepsi penting dalam pengendalian stunting.

Maka dari itu, penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui bagaimana interaksi antara pola konsumsi pada pengguna dan bukan pengguna kontrasepsi hormonal serta kaitannya dengan obesitas pada WUS dilihat dari pola konsumsi antara pengguna dan bukan pengguna kontrasepsi hormonal apakah berbeda atau sama. Selain itu, perlu dilihat apakah ada faktor lain yang berpotensi menjadi perancu seperti aktivitas fisik yang berkaitan dengan keseimbangan energi, dan konsumsi sayur dan buah.

Kecamatan Tebet merupakan salah satu bagian dari Kota Administrasi Jakarta Selatan. Menurut data Riskesdas DKI Jakarta tahun 2018, persentase wanita dewasa berusia >18 tahun di Jakarta Selatan dengan status gizi berat badan lebih yaitu 16,7% paling tinggi se-DKI Jakarta (Kementerian Kesehatan RI, 2018b). Kemudian, persentase wanita dewasa berusia >18 tahun dengan status gizi obesitas di wilayah Jakarta Selatan sebesar 35,9% dan berada di urutan keempat se-DKI Jakarta (Kementerian Kesehatan RI, 2018b). Kecamatan Tebet merupakan wilayah dengan kepadatan penduduk tertinggi se-Jakarta Selatan. Namun, belum ada penelitian tentang penggunaan kontrasepsi yang berpengaruh terhadap asupan dan status gizi yang melibatkan Wanita Usia Subur di Kecamatan Tebet, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti wilayah tersebut.

I.2 Rumusan Masalah

Secara teoritis ditemukan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan peningkatan nafsu makan yang berdampak pada peningkatan asupan makan dan dapat berujung pada kejadian gizi lebih. Namun, kontrasepsi hormonal masih menjadi pilihan yang paling banyak digunakan oleh Wanita Usia Subur di Indonesia. Di sisi lain, kontrasepsi diperlukan dalam menjaga ketahanan keluarga termasuk pencegahan stunting. Sehingga perlu diketahui perbedaan asupan makronutrien antara pengguna maupun bukan pengguna kontrasepsi hormonal serta hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan asupan makronutrien dan status gizi. Di wilayah Kecamatan Tebet belum ada data lapangan atau hasil penelitian tentang penggunaan kontrasepsi dan hubungannya dengan asupan makronutrien dan status gizi. Hal tersebut yang menjadi dasar peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di daerah tersebut untuk membuktikan keselarasan antara bukti teoritis dengan hasil yang akan didapatkan di wilayah Kecamatan Tebet.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui ada tidaknya hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi dengan asupan makronutrien dan status gizi, serta ada tidaknya

perbedaan yang bermakna pada asupan makronutrien dan status gizi antara pengguna dan bukan pengguna kontrasepsi hormonal pada Wanita Usia Subur (WUS) di Kecamatan Tebet.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan, dan pekerjaan Wanita Usia Subur (WUS) di Kecamatan Tebet.
- b. Mengetahui gambaran penggunaan kontrasepsi pada Wanita Usia Subur (WUS) di Kecamatan Tebet.
- c. Mengetahui gambaran status gizi Wanita Usia Subur (WUS) pengguna kontrasepsi dan bukan pengguna kontrasepsi hormonal di Kecamatan Tebet.
- d. Mengetahui gambaran tingkat asupan makronutrien pada pengguna dan bukan pengguna kontrasepsi hormonal Wanita Usia Subur (WUS) di Kecamatan Tebet.
- e. Mengetahui perbedaan status gizi antara pengguna dan bukan pengguna kontrasepsi hormonal pada Wanita Usia Subur (WUS) di Kecamatan Tebet.
- f. Mengetahui perbedaan tingkat asupan makronutrien antara pengguna dan bukan pengguna kontrasepsi hormonal pada Wanita Usia Subur (WUS) di Kecamatan Tebet.
- g. Mengetahui hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan asupan makronutrien pada Wanita Usia Subur (WUS) di Kecamatan Tebet.
- h. Mengetahui hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan status gizi pada Wanita Usia Subur (WUS) di Kecamatan Tebet.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya penggunaan kontrasepsi serta pengendalian berat badan terhadap pengguna kontrasepsi dan melakukan sebagai upaya pencegahan obesitas yang dapat ditimbulkan.

I.4.2 Bagi Masyarakat/Institusi/Instansi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan menjadi bahan pertimbangan dalam pemilihan kontrasepsi yang akan digunakan dan program atau upaya yang dapat dilakukan dalam mempromosikan penggunaan kontrasepsi sekaligus upaya pengendalian obesitas.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah inovasi dan inspirasi bagi perkembangan ilmu pengetahuan dalam gizi dan kesehatan serta data yang dihasilkan dapat dijadikan rujukan pada penelitian selanjutnya di lokasi yang sama.