

HUBUNGAN PENGGUNAAN KONTRASEPSI HORMONAL KB PIL DENGAN KEJADIAN ANEMIA DI PMB BD W KABUPATEN SUMEDANG

Ida Suryani¹, Arsini Chirtinawati², Indah Diani³

^{1,2,3}, STIKes Dharma Husada, Indonesia

Jl. Terusan Jakarta No.75, Cicaheum, Kec. Kiaracondong, Kota Bandung, 40282, Indonesia

*E-mail corresponding: ida.ardinansyah@gmail.com

ABSTRAK

Kontrasepsi Oral (OC) diketahui dapat menguras nutrisi utama menyangkut asam folat, vitamin B2, B6, B12, vitamin C dan E dan mineral magnesium pembentuk haemoglobin, sehingga apabila oral kontrasepsi terus menguras nutrient dalam tubuh maka pembentukan haemoglobin akan terhambat sehingga dapat menyebabkan anemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal KB pil dengan kejadian anemia di PMB Bd W Kabupaten sumedang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian survey analitik dengan pendekatan cross sectional, dengan teknik sampel total sampling dengan instrument penelitian menggunakan alat ukur Easy Touch GCHb. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata ibu yang menggunakan kontrasepsi hormonal kb pil dengan anemia di PMB Bd. W $p = 0,001 < 0,05$. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal kb pil dengan kejadian anemia di PMB Bd W. Kandungan estrogen dan progestin pada kontrasepsi hormonal KB Pil diketahui dapat menguras nutrient dalam tubuh, sehingga apabila kontrasepsi hormonal kb pil digunakan dalam jangka waktu yang lebih lama maka akan semakin banyak nutrient dalam tubuh yang terkuras sehingga menyebabkan terjadinya anemia.

Kata Kunci : Kontrasepsi Hormonal KB Pil, Anemia

PENDAHULUAN

Kontrasepsi adalah inovasi yang tak tertandingi di sektor kesehatan masyarakat, memungkinkan keluarga berencana dan pencegahan kehamilan, dengan perkiraan 922 juta pengguna di seluruh dunia. Berdasarkan data *Contraceptive Use by Method* 2019 oleh *United Nations*, sekitar 16% wanita menggunakan kontrasepsi oral. Laporan ini didasarkan pada data dari 1.247 survei yang dikumpulkan antara tahun 1950 dan 2018 di 195 negara di antara wanita usia subur, yang didefinisikan sebagai usia 15 hingga

49 tahun. Umumnya dikenal sebagai pil KB atau

"pil", kontrasepsi oral banyak digunakan.

Kontrasepsi oral biasanya mengandung berbagai tingkat estrogen dan progesteron (dikenal sebagai 'kontrasepsi kombinasi'), atau hanya progesteron. Dengan penggunaan yang tepat, efektivitas kontrasepsi oral untuk mencegah kehamilan dapat mencapai 99%, meskipun hal ini jarang tercapai karena tantangan mengingat untuk mengkonsumsinya pada waktu yang sama setiap hari. Mekanisme fisiologis pil KB antara lain mencegah pelepasan sel telur dari ovarium, mengentalkan lendir serviks (mempersulit sperma

mencapai rahim), dan menipiskan lapisan rahim untuk menghentikan implantasi rahim dari sel telur yang telah dibuahi.^{1,2}

Pil kontrasepsi biasanya digunakan dalam waktu jangka panjang untuk mencegah kehamilan. Penggunaan obat dalam jangka panjang dapat menghasilkan berbagai efek samping yang berbeda, termasuk mual, kantuk, dan penambahan berat badan. Namun, efek samping lain yang sering luput dari perhatian adalah kekurangan nutrisi. Pil kontrasepsi yang digunakan dalam waktu yang lama juga dapat mengurangi nutrisi melalui 2 cara yaitu: (1) pil kontrasepsi oral bekerja dengan memasukkan hormon sintetis ke dalam tubuh, yang berarti akan ada lebih banyak hormon yang beredar. Hormon ekstra ini menambah beban pada hati, yang berarti lebih banyak nutrisi dibutuhkan hati untuk melakukan tugasnya. (2) pil kontrasepsi oral dapat merusak usus dengan mengurangi integritas dinding usus, yang berarti lebih sedikit nutrisi yang dapat diserap. pil kontrasepsi oral memodifikasi mikrobioma usus, yang merupakan kunci dalam kesehatan usus dan bioavailabilitas nutrisi, sehingga ditemukan kekurangan asam folat, vitamin B2, B6, dan B12, vitamin C, magnesium, selenium, dan seng pada pengguna pil kontrasepsi. Dampak yang bisa terjadi yaitu mengalami kekurangan zat besi/ Anemia.^{2,3}

Kekurangan zat besi adalah salah satu kekurangan gizi yang paling umum di dunia dan ditandai dengan simpanan zat besi yang rendah dan didiagnosis dengan konsentrasi feritin di bawah batasan yang ditentukan untuk populasi

tertentu. Memenuhi kebutuhan zat besi sangat penting untuk wanita usia reproduksi karena mereka mengalami kehilangan zat besi bulanan selama menstruasi.³

Kehilangan banyak darah dari menstruasi merupakan kontributor potensial untuk anemia defisiensi besi. Didefinisikan sebagai kehilangan darah sebanyak ~80 mL selama satu siklus menstruasi, penelitian telah menunjukkan bahwa perdarahan menstruasi yang berat memengaruhi ~18–38% wanita usia reproduktif. Namun, proporsi wanita yang diduga mengalami perdarahan menstruasi berat kemungkinan lebih tinggi karena kesalahan diagnosis. Perdarahan menstruasi berat yang berkepanjangan dapat menyebabkan penurunan simpanan zat besi pada wanita, terutama jika wanita tidak mengonsumsi zat besi dalam jumlah yang cukup.²

Anemia merupakan keadaan dimana masa eritrosit dan masa hemoglobin yang beredar tidak memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Di Indonesia prevalensi anemia sebesar 57,1 % diderita oleh remaja putri, 27,9% diderita oleh Wanita Usia Subur (WUS) dan 40,1% diderita oleh ibu hamil. Penyebab utama anemia gizi di Indonesia adalah rendahnya asupan zat besi (Fe).^{4,5}

Beberapa produsen baru-baru ini mulai memasukkan zat besi tambahan sebagai pengganti tablet plasebo yang biasanya disertakan (dikonsumsi selama menstruasi) dengan tujuan mengurangi risiko anemia dan kekurangan zat besi di kalangan wanita. Zat besi merupakan mineral

penting yang dibutuhkan untuk produksi sel darah merah dan transportasi oksigen.²

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *survey analitik* pendekatan *cross sectional*, hal ini bertujuan untuk melihat dua variabel atau lebih tanpa adanya perlakuan atau intervensi dimana pengukurannya dilakukan pada satu waktu. Sampel yang digunakan penelitian ini adalah akseptor kb pil di PMB Bidan W sebanyak 50 ibu. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling* yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen penelitian ini menggunakan alat ukur *Easy Touch GCHb* untuk mengukur kadar Hemoglobin dan lembar observasi. Penelitian dilakukan pada bulan Maret-Mei 2023 di PMB Bidan W.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Akseptor Kb Hormonal di PMB Bd. W

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
	F	%
Menggunaka KB Pil	25	50
Tidak menggunakan KB Pil	25	50
Total	50	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukan hasil bahwa penggunaan kontrasepsi hormonal dalam penelitian ini yaitu yang menggunakan KB Pil sebanyak (50%) dan yang tidak menggunakan KB Pil sebanyak (50%).

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Tingkat Anemia pada Akseptor KB Pil di PMB Bd. W

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
	F	%
Anemia	18	72
Tidak Anemia	7	28
	25	100

Hasil dari tabel 2 menunjukan bahwa tingkat anemia pada responden yang menggunakan KB Pil yaitu mengalami anemia sebanyak 18 orang (72%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak (28%).

Tabel 2 Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal KB Pil dengan Kejadian Anemia di PMB Bd. W

Kontrasepsi	Anemia	Tidak Anemia	P Value
KB Pil	18	7	0,001
Tidak KB Pil	6	19	

Berdasarkan tabel 3 dapat disimpulkan bahwa ibu yang menggunakan KB pil dengan anemia terdapat 18 orang (72%) dan ibu yang menggunakan kb pil tapi tidak anemia yaitu 7 orang (28%). Sedangkan ibu yang tidak menggunakan KB Pil tapi anemia terdapat 6 orang (24%) dan ibu yang tidak menggunakan kontrasepsi pil tapi tidak anemia yaitu 19 orang (76%). Dilakukan uji *Chi Square* menunjukkan hasil *P Value* < 0,001 dengan taraf signifikan α 5% (0,05). sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan kb pil dengan kejadian anemia, hal ini dapat di tunjukan

dengan nilai $P=0,05$ lebih kecil dari nilai p yaitu 0,001.

PEMBAHASAN

1. Pengguna Kontrasepsi Pil di PMB Bd W Kab Sumedang

Kontrasepsi adalah suatu cara untuk mencegah terjadinya kehamilan yang bertujuan untuk menjarangkan kehamilan, merencanakan jumlah anak dan meningkatkan keluarga untuk memberikan perhatian dan pendidikan yang maksimal pada anak. Kontrasepsi hormonal KB pil adalah pil yang mengandung 2 macam hormon yang rendah yaitu progestin dan estrogen, seperti hormon progesterone dan estrogen alami pada tubuh perempuan yang harus diminum setiap hari.⁴

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan mengenai responden yang penggunaan kontrasepsi hormonal, yaitu 25 responden menggunakan Kb Pil (50%) dan 25 responden (50%) tidak menggunakan KB pil. Kontrasepsi Hormonal KB Pil ini banyak di konsumsi oleh ibu dengan usia diatas 26 sampai 38 tahun yaitu sebanyak (88%). Responden yang menggunakan kontrasepsi pil ini mengatakan bahwa kontrasepsi tersebut mudah untuk di dapatkan seperti di apotek dan toko obat dan untuk penghentiannya pun dapat dilakukan kapan saja tanpa perlu

bantuan tenaga kesehatan juga tidak mengganggu hubungan seksual.

2. Tingkat Anemia pada Ibu yang Menggunakan Kontrasepsi KB Pil di PMB Bd W Kab. Sumedang.

Anemia adalah keadaan di mana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari normal atau tidak mencukupi kebutuhan tubuh, anemia defisiensi zat besi merupakan anemia yang paling sering ditemukan, diperkirakan sekitar 30 % penduduk dunia menderita anemia dan lebih dari setengahnya merupakan anemia defisiensi zat besi.^{6,7}

Berdasarkan tabel 2 mengenai tingkat anemia pada responden yang menggunakan KB Pil yaitu menunjukan bahwa distribusi frekuensi tingkat anemia pada responden yang menggunakan KB Pil yaitu mengalami anemia sebanyak 18 orang (72%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 7 responden (28%). Salah satu faktor yang menyebabkan tinggi atau rendahnya kadar hemoglobin dalam darah adalah asupan zat gizi. Proses produksi sel darah merah berjalan dengan lancar apabila kebutuhan zat gizi yang berguna dalam pembentukan hemoglobin terpenuhi.⁸

Komponen gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin adalah zat besi, sedangkan vitamin C dan protein

membantu penyerapan hemoglobin. Zat besi merupakan salah satu komponen heme, yang dibutuhkan tubuh untuk membentuk hemoglobin. Sedangkan menurut WHO, penyebab paling umum dari anemia termasuk kekurangan nutrisi, terutama kekurangan zat besi, meskipun kekurangan folat, vitamin B12 dan A juga merupakan penyebab penting, hemoglobinopati, dan penyakit menular, seperti malaria, tuberkulosis, HIV dan infeksi parasit. Menurut Kemenkes, 2019 anemia dapat disebabkan oleh berbagai faktor misalnya kekurangan asupan gizi, penyakit infeksi seperti malaria, mengalami perdarahan saat melahirkan, kebutuhan tubuh yang meningkat, akibat mengidap penyakit kronis, dan kehilangan darah akibat menstruasi dan infeksi parasite (cacing). Menurut hasil Riskesdas (2018) konsumsi sayur dan buah masyarakat Indonesia masih dibawah jumlah yang dianjurkan.^{9,10}

3. Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal KB Pil dengan Kejadian Anemia

Kontrasepsi oral diketahui dapat menguras nutrient penting dalam tubuh di antaranya nutrisi utama menyangkut asam folat, vitamin B2, B6, B12, vitamin C dan E dan mineral magnesium, selenium dan seng, yang dimana nutrient penting yang di

kuras tersebut dapat menghambat pembentukan haemoglobin dalam darah.

Obat jangka panjang dapat menghasilkan berbagai efek samping yang berbeda, termasuk mual, kantuk, dan penambahan berat badan. Namun, efek samping lain yang sering luput dari perhatian adalah kekurangan nutrisi. Pil kontrasepsi oral terkenal karena hal ini, dan wanita sering menggunakannya dalam jangka panjang tanpa melakukan penelitian dan tidak menyadari potensi risiko dan efek sampingnya. Kontrasepsi Pil dapat mengurangi nutrisi dengan cara: (1) kontrasepsi pil bekerja dengan memasukkan hormon sintetis ke dalam tubuh, yang berarti akan ada lebih banyak hormon yang beredar. Hormon ekstra ini menambah beban pada hati, yang berarti lebih banyak nutrisi dibutuhkan hati untuk melakukan tugasnya. (2) pil kontrasepsi telah terbukti merusak usus dengan mengurangi integritas dinding usus, yang berarti lebih sedikit nutrisi yang dapat diserap. Selain itu, pil kontrasepsi juga telah terbukti memodifikasi mikrobioma usus, yang merupakan kunci dalam kesehatan usus dan bioavailabilitas nutrisi. Dampak penggunaan pil kontrasepsi berdasarkan Studi yang membandingkan tingkat nutrisi dalam darah yang menggunakan pil kontrasepsi

dibandingkan dengan yang tidak menggunakan pil kontrasepsi menemukan kekurangan asam folat, vitamin B2, B6, dan B12, vitamin C, magnesium, selenium, dan seng.^{2,3,6}

Berdasarkan hasil tabel penelitian mengenai kontrasepsi oral disimpulkan bahwa ibu yang menggunakan kb pil dengan anemia terdapat 18 orang (72%) dan ibu yang menggunakan kb pil tapi tidak anemia yaitu 7 orang (28%). Sedangkan ibu yang tidak menggunakan KB Pil tapi anemia terdapat 6 orang (24%) dan ibu yang tidak menggunakan kontrasepsi pil tapi tidak anemia yaitu 19 orang (76%). Dilakukan uji *Chi Square* menunjukkan hasil *P Value* < 0,001 dengan taraf signifikan α 5% (0,05). Berdasarkan hasil tersebut bahwa nilai *P Value* lebih besar dari nilai *P* sehingga H_0 di tolak dan H_1 di terima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan kb pil dengan kejadian anemia, hal ini dapat di tunjukan dengan nilai $p = 0,05$ lebih kecil dari nilai p yaitu 0,001.

KESIMPULAN DAN SARAN

Ibu memiliki kewajiban untuk melakukan pemeriksaan hemoglobin secara berkala baik

di pelayanan kesehatan primer maupun sekunder terutama pada ibu yang menggunakan KB pil dengan jangka waktu yang lama dan mengalami keluhan. Oleh karena itu, Perlu ditingkatkan program edukasi terhadap ibu akseptor KB pil untuk lama penggunaan kontrasepsi hormonal paling lama 2 – 4 tahun.

DAFTAR PUSTAKA

1. Shakespeare, W. Bab II- Kontrasepsi. *Pap. Knowl. . Towar. a Media Hist. Doc. 2017* 1–27 (2017).
2. Palmery, M., Saraceno, A., Vaiarelli, A. & Carlomagno, G. Oral contreceptives - review. 1804–1813 (2013)
3. Fischer, J. A. J., Sasai, C. S. & Karakochuk, C. D. Iron-containing contraceptives and their effect on hemoglobin and biomarkers of iron status: A narrative review. *Nutrients* **13**, (2021).
4. Ekoriano, M. & Novita, D. F. Dinamika Pemakaian Kontrasepsi Modern Di Indonesia (Analisis Data Susenas 2015) the Dynamic of Modern Contraceptive Use in Indonesia (Analysis of Susenas 2015 Data). *J. Kependud. Indones.* | **13**, 27–38 (2018).
5. Kemenkes RI. Pedoman Pelayanan Kontrasepsi Kemenkes (2). 2021 (2021).
6. McLean, E., Cogswell, M., Egli, I., Wojdyla, D. & De Benoist, B. Worldwide prevalence of anaemia, WHO Vitamin and Mineral Nutrition Information System, 1993-2005. *Public Health Nutr.* **12**, 444–454 (2009).

7. Fibrila, F. Komplikasi Kehamilan dan Anemia Kehamilan Meningkatkan Insidensi Perdarahan Pascasalin (Studi Kasus Kontrol). *J. Kesehat. Metro Sai Wawai* **11**, 71 (2018).
8. Ortizo R, Lee SY, Nguyen ET, Jamal MM, Bechtold MM, Nguyen DL. Exposure to oral contraceptives increases the risk for development of inflammatory bowel disease: a meta-analysis of case-controlled and cohort studies. *Eur J Gastroenterol Hepatol.* 2017 Sep;29(9):1064-1070. doi: 10.1097/MEG.0000000000000915. PMID: 28542115.
9. Schwart E. Iron deficiency anemia. In: Behrman RE, Kliegman RM, Jenson HB SB, editors. *Nelson Textbook of Pediatrics* (18th ed). Philadelphia: Saunders, 2007; p. 1469-71.
10. Septalia, R. & Puspitasari, N. Faktor yang Memengaruhi Pemilihan Metode Kontrasepsi. *J. Biometrika dan Kependud.* **5**, 91 (2017)