

## **BAB V**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum Desa Tuwed**

Penelitian ini dilakukan di Desa Tuwed, Kecamatan Melaya, Kabupaten Jembrana. Desa tuwed memiliki luas wilayah 8,90 km<sup>2</sup> dan memiliki penduduk sebanyak 5.114 jiwa pada tahun 2021. Desa Tuwed ini dilalui oleh jalan yang menghubungkan antara Gilimanuk dan Denpasar. Jarak Desa Tuwed dengan instansi kesehatan terdekat yaitu sejauh 6,7 km. Sedangkan jarak Desa Tuwed dengan pusat kota Negara sejauh 10,6 km. Secara banjar kedinasan Desa Tuwed ini dibagi menjadi 4 Banjar Dinas, sedangkan secara Banjar ke-Adatan dibagi menjadi 8 Banjar pakraman. Untuk batas administrasi Desa Tuwed ini adalah sebagai berikut:

Batas utara : Desa Candikusuma

Batas timur : Desa Tukadaya

Batas selatan : Selat Bali

Batas barat : Desa Candikusuma

##### **2. Karakteristik pengguna KB di Desa Tuwed**

Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dilakukan mengenai gambaran kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed, maka dapat disajikan karakteristik responden pada penelitian ini terdiri dari distribusi responden kelompok usia, lama penggunaan KB suntik, jenis KB suntik yang digunakan dan aktivitas fisik responden. Berikut adalah tabel distribusi responden:

a. Karakteristik responden berdasarkan usia

Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik pengguna KB suntik berdasarkan kelompok usia disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3  
Karakteristik Pengguna KB Suntik Berdasarkan Usia

Kategori usia (tahun)	Jumlah (orang)	Persentase (%)
15-19	1	2,5
20-24	3	7,5
25-29	5	12,5
30-34	4	10
35-39	11	27,5
40-44	8	20
45-49	8	20
Total	40	100

Pada Tabel 3 menunjukkan bahwa berdasarkan kelompok usia, dari 40 responden yang diteliti kelompok usia lebih dari 35-39 tahun menjadi kelompok usia dengan jumlah responden terbanyak yaitu sebanyak 11 responden (27,5%). Usia minimal responden yaitu 19 tahun, usia maksimal responden yaitu 49 tahun serta usia rata-rata responden yaitu 36 tahun.

b. Karakteristik responden berdasarkan lama menggunakan KB suntik

Karakteristik responden berdasarkan lama menggunakan KB suntik disajikan dalam Tabel 4.

Tabel 4  
Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menggunakan KB Suntik

Lama menggunakan KB suntik (tahun)	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1-2	17	42,5
3-5	8	20
>5	15	37,5
Total	40	100

Pada Tabel 4 diketahui bahwa berdasarkan karakteristik lama menggunakan KB suntik, dari 40 responden yang diteliti responden yang menggunakan KB suntik 1-2 tahun menjadi kelompok dengan jumlah responden terbanyak yaitu sebanyak 17 responden (42,5%).

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis KB Suntik yang Digunakan

Karakteristik responden berdasarkan jenis KB suntik yang digunakan disajikan dalam Tabel 5.

Tabel 5

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis KB Suntik

Jenis KB suntik (bulan)	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	13	32,5
3	27	67,5
Total	40	100

Pada Tabel 5 diketahui bahwa berdasarkan karakteristik jenis KB suntik yang digunakan, dari 40 responden yang diteliti responden yang menggunakan KB suntik 3 bulan menjadi kelompok dengan jumlah responden terbanyak yaitu sebanyak 27 responden (67,5%).

d. Karakteristik responden berdasarkan aktivitas fisik

Karakteristik responden berdasarkan aktivitas fisik disajikan dalam Tabel 6.

Tabel 6

Karakteristik Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Ringan	17	42,5
Sedang	6	15
Berat	17	42,5
Total	40	100

Pada Tabel 6 diketahui bahwa berdasarkan aktivitas fisik, dari 40 responden yang diteliti responden yang memiliki aktivitas fisik berat menjadi kelompok dengan jumlah responden terbanyak yaitu sebanyak 19 responden (47,5%).

e. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan disajikan dalam Tabel 7.

Tabel 7

Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Ibu rumah tangga	21	52,5
Buruh	8	20
Pedagang	11	27,5
Total	40	100

Pada Tabel 7 diketahui bahwa berdasarkan pekerjaan, dari 40 responden yang diteliti responden sebagai ibu rumah tangga menjadi kelompok dengan jumlah responden terbanyak yaitu sebanyak 21 responden (52,5%). Disusul dengan kategori pedagang kemudian kategori buruh.

### 3. Kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed seperti yang disajikan pada Tabel 8.

Tabel 8

Kadar Kolesterol Total Pada Pengguna KB Suntik di Desa Tuwed

Kadar kolesterol total (mg/dl)	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Normal	10	25
Ambang batas Tinggi	17	42,5
Tinggi	13	32,5
Total	40	100

Pada Tabel 8 menunjukkan bahwa pengguna KB suntik yang memiliki kadar kolesterol ambang batas memiliki persentase lebih tinggi yaitu sebanyak 17 responden (42,5%) dibandingkan dengan pengguna KB suntik dengan nilai kolesterol normal dan kolesterol tinggi.

#### 4. Hasil pengamatan terhadap subjek penelitian berdasarkan variabel penelitian

- a. Kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed berdasarkan usia

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed berdasarkan usia seperti yang disajikan pada Tabel 9.

Tabel 9

Kadar Kolesterol Total pada Pengguna KB Suntik Berdasarkan Usia

Usia	Kadar kolesterol total							
	Normal		Ambang batas		Tinggi		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
15-19	0	0	0	0	1	2,5	1	2,5
20-24	1	2,5	2	5	0	0	3	7,5
25-29	2	5	1	2,5	3	7,5	6	15
30-34	2	5	0	0	2	5	4	10
35-39	3	7,5	4	10	3	7,5	10	25
40-44	2	5	7	17,5	0	0	9	22,5
45-49	0	0	3	7,5	4	10	7	17,5
Jumlah	10	25	17	42,5	13	32,5	40	100

Pada Tabel 9, kadar kolesterol total yang tinggi pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed lebih banyak di derita pada rentang usia 45-49 tahun.

- b. Kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed berdasarkan lama menggunakan KB suntik.

Hasil pemeriksaan kadar kolesterol pada pengguna KB suntik berdasarkan lama penggunaan KB suntik di Desa Tuwed disajikan pada Tabel 10.

Tabel 10

Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Lama Menggunakan KB Suntik

Kadar Kolesterol Total	Lama Menggunakan KB Suntik			Jumlah	
		1-2 Tahun	3-5 Tahun		>5 Tahun
Normal	n	6	1	3	10
	%	15	2,5	7,5	25
Ambang Batas	n	8	3	6	17
	%	20	7,5	15	42,5
Tinggi	n	3	4	6	13
	%	7,5	10	15	32,5
Total	n	17	8	15	40
	%	42,5	20	37,5	100

Pada Tabel 10, kadar kolesterol total yang tinggi pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed lebih banyak di derita pada pengguna KB suntik dengan lama menggunakan KB lebih dari 5 tahun.

c. Kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed berdasarkan jenis KB suntik yang digunakan.

Hasil pemeriksaan kadar kolesterol pada pengguna KB suntik berdasarkan jenis KB suntik yang digunakan di Desa Tuwed disajikan pada Tabel 11.

Tabel 11

Kadar Kolesterol pada Pengguna KB Suntik Berdasarkan Jenis KB Suntik

Kadar Kolesterol Total	Jenis KB Suntik			
		1 bulan	3 bulan	Total
Normal	n	3	7	10
	%	7,5	17,5	25
Ambang batas	n	5	12	17
	%	12,5	30	42,5
Tinggi	n	5	8	13
	%	12,5	20	32,5
Total	N	13	27	40
	%	32,5	67,5	100

Pada Tabel 11 kadar kolesterol total yang tinggi pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed lebih banyak di derita pada pengguna KB suntik dengan jenis KB suntik 3 bulan sebanyak 8 responden dengan persentase 32,5% dengan rata-rata kadar kolesterol sebesar 217,15 mg/dl sedangkan responden dengan kadar kolesterol tinggi pada KB suntik 1 bulan sebanyak 5 responden dengan persentase 12,5% dan rata-rata kadar kolesterol sebesar 217,08 mg/dl.

d. Kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed berdasarkan aktivitas fisik.

Hasil pemeriksaan kadar kolesterol pada pengguna KB suntik berdasarkan aktivitas fisik yang dilakukan disajikan pada Tabel 12.

Tabel 12

Kadar Kolesterol Total pada Pengguna KB Suntik Berdasarkan Aktivitas Fisik

Kadar Kolesterol Total		Aktivitas Fisik			Jumlah
		Ringan	Sedang	Berat	
Normal	n	4	1	5	10
	%	10	2,5	12,5	25
Ambang batas	n	7	2	8	17
	%	17,5	5	20	42,5
Tinggi	n	6	3	4	13
	%	15	7,5	10	32,5
Total	n	17	6	17	40
	%	42,5	20	42,5	100

Pada Tabel 12, kadar kolesterol total yang tinggi pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed lebih banyak di derita pada pengguna KB suntik dengan aktivitas fisik ringan yaitu sebanyak 6 responden (15%).

## **B. Pembahasan**

### **1. Kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed**

Kolestrol merupakan lemak yang berwarna kekuningan menyerupai lilin, yang penting sekali, asalkan tidak berlebihan. Tubuh menggunakan kolesterol untuk pembentukan hormon dan vitamin yang penting seperti hormon seks, hormone korteks adrenal, penyusun otak, vitamin D, dan garam empedu (Anies, 2015). Menurut (P.wulandari, 2019) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kolesterol diantaranya usia, lama penggunaan, aktifitas fisik, asupan makanan dan obesitas.

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 8, diketahui bahwa hasil pengukuran kadar kolesterol total pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed menunjukkan lebih banyak ditemukan hasil kategori ambang batas 42,5% kemudian dilanjutkan dengan kategori tinggi sebanyak 32,5% dan kategori normal tercatat sebanyak 25%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kadar kolesterol diatas normal (ambang batas dan tinggi) yaitu sebanyak 30 responden (75%). Hasil kuisisioner menunjukkan bahwa pekerjaan pengguna KB suntik di Desa Tuwed sebagian besar adalah sebagai ibu rumah tangga dan pedagang sehingga kemungkinan besar jarang melakukan aktifitas fisik serta kurangnya berolahraga. Berdasarkan hasil wawancara aktifitas fisik yang paling sering dilakukan adalah kegiatan rumah tangga pada dasarnya yang dimulai dari pagi hingga siang atau sore hari.

Ketika melakukan aktivitas fisik, tubuh akan melakukan pembetulan energi yang berupa adenosin triphosphate (ATP) dari makanan yang dikonsumsi. Sehingga makanan yang dikonsumsi tidak banyak dibentuk menjadi kolesterol,



akibatnya kadar kolesterol total di dalam tubuh menurun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Zuhroiyyah, Sukandar dan Sastradinanja, 2017) yang meneliti hubungan aktivitas fisik dengan kadar kolesterol total, kolesterol low-density lipoprotein, dan kolesterol high-density lipoprotein pada masyarakat jatinangor. Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktifitas fisik memiliki hubungan berbanding terbalik yang signifikan dengan kadar kolesterol total dan kolesterol LDL. Artinya bahwa semakin banyak kita melakukan aktifitas fisik maka kadar kolesterol total dan kolesterol LDL akan menurun begitupula sebaliknya.

Beberapa hal yang dapat mempengaruhi kadar kolesterol adalah usia dan jenis kelamin, keturunan, merokok, kegemukan, olahraga, kontrasepsi hormonal dan diabetes mellitus. Peningkatan kadar kolesterol yang terjadi pada pengguna KB suntik terjadi karena tidak seimbangnya hormone estrogen dan progesterone yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan pada lemak hal tersebut yang akan meningkatkan kadar kolesterol total (Aasare et al., 2014). Oleh sebab itu diperlukannya pola makanan yang sehat serta olahraga agar para pengguna KB suntik terhindar dari peningkatan kadar kolesterol berlebih.

## **2. Kadar Kolesterol Total pada Pengguna KB Suntik di Desa Tuwed**

### **Berdasarkan Karakteristik Usia**

Kadar kolesterol pada pengguna KB suntik dipengaruhi oleh faktor usia responden, pada penelitian ini responden yang digunakan adalah responden yang berusia 15-49 tahun hal ini dikarenakan menurut Kemenkes RI usia 15-49 tahun merupakan wanita usia subur atau dalam usia reproduktif. Pada Tabel 8 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden pengguna KB suntik di Desa

Tuwed memiliki kadar kolesterol tinggi berada pada usia 45-49 tahun sebanyak 4 responden dengan persentase 10% dan pada rentang usia 40-44 tahun sebanyak 7 responden (17,5%) memiliki kadar kolesterol ambang batas. Hal ini bisa terjadi dikarenakan semakin bertambahnya usia seseorang maka laju metabolisme tubuh akan menurun begitu pula metabolisme lemak, menurunnya laju metabolisme tersebut ditambah dengan penggunaan KB hormonal yang memberikan pengaruh terhadap perubahan metabolisme lipid akan menambah faktor resiko peningkatan kadar kolesterol dalam darah yang juga akan dipengaruhi faktor lain seperti asupan makanan, genetic dan faktor aktivitas fisik yang dilakukan responden.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wirotomo, 2021) mengenai studi deskriptif kadar kolesterol berdasarkan usia dimana menunjukkan hasil bahwa terdapat peningkatan kadar kolesterol seseorang seiring dengan bertambahnya usia. Peningkatan kolesterol diatas normal mulai terjadi pada rentang usia 36-45 tahun. Rata-rata kadar kolesterol responden pada usia dewasa 36-45 tahun sebesar 226 mg/dl dan mengalami peningkatan dibandingkan pada usia remaja 17-25 tahun yaitu memiliki rata-rata kadar kolesterol total normal 184 mg/dl. Pada penelitian tersebut kadar kolesterol pada usia 46-55 tahun juga relatif tinggi yaitu 221.5 mg/dl. Semakin tua seseorang akan semakin sedikit bergerak berbeda dengan usia remaja dan anak-anak. Hal tersebut akan menyebabkan penimbunan lemak meningkat di dalam tubuh. Perubahan komposisi tubuh karena menua tersebut akan menyebabkan penurunan massa tanpa lemak dan massa tulang, sedangkan massa lemak tubuh meningkat (Hardiyanti, 2016). Menurut (Saputri dan

Novitasari, 2021) mengatakan bahwa semakin bertambahnya usia kemampuan reseptor low density lipoprotein (LDL) menurun, sehingga kadar LDL di dalam darah akan meningkat yang berdampak pada penyumbatan pembuluh darah koroner. Meningkatnya kadar LDL akan mempengaruhi kadar kolesterol total. Semakin bertambahnya usia manusia, semakin meningkat juga kadar kolesterolnya.

Jika kita tidak bisa mengontrol pola hidup yang sehat tidak menutup kemungkinan usia yang relative muda juga bisa terkena peningkatan kadar kolesterol. Pada penelitian ini usia dibawah 20 tahun yaitu 15-19 tahun terdapat 1 responden (2,5%) memiliki kadar kolesterol yang tinggi. Usia 20-24 tahun terdapat 3 responden (7,5%) yang memiliki kadar kolesterol ambang batas, dan usia 25-29 terdapat 3 responden (5%) yang memiliki kadar kolesterol tinggi. Pada usia 15-19 tahun meskipun responden baru 1-2 tahun menggunakan KB suntik tetapi kenaikan kadar kolesterol tersebut dapat terjadi dikarenakan faktor-faktor lain selain faktor penggunaan KB hormonal, dapat juga dipengaruhi faktor seperti pola konsumsi atau pola hidup yang dilakukan responden meliputi makan makanan tinggi kolesterol dan kurangnya aktifitas fisik yang dilakukan responden selain itu faktor genetik dan IMT juga mempengaruhi peningkatan kadar kolesterol tersebut.

### **3. Kadar Kolesterol Total pada Pengguna KB Suntik di Desa Tuwed**

#### **Berdasarkan Karakteristik Lama Penggunaan KB Suntik**

Kadar kolesterol pada pengguna KB suntik juga dipengaruhi oleh lama pemakaian KB suntik. Pada penelitian ini menggunakan responden dengan lama penggunaan KB suntik >1 tahun dikarenakan menurut penelitian

sebelumnya yang dilakukan oleh (Muljadi, 2010) yang meneliti 54 responden pengguna KB suntik yang menggunakan KB suntik selama 1 tahun menunjukkan hasil kadar kolesterol responden masih dalam batas rentang normal ( $\leq 200$  mg/dl), penelitian tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan KB suntik selama 1 tahun terhadap kadar kolesterol total. Penelitian yang dilakukan oleh (Handayani and Fitrianingtyas, 2021) juga menyebutkan bahwa tidak ada peningkatan yang signifikan pada kadar kolesterol total pada penggunaan 6, 9 dan 12 bulan. Peningkatan kadar kolesterol total terlihat saat penggunaan  $>1$  tahun dan terus terjadi peningkatan pada penggunaan 3-6 tahun (Handayani and Fitrianingtyas, 2021). Maka dari itu peneliti mengambil responden dengan lama penggunaan KB suntik  $>1$  tahun penggunaan.

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed didapatkan hasil sebanyak 15 responden (37,5%) menggunakan KB suntik  $>5$  tahun dan sebanyak 6 dari 15 responden tersebut yang memiliki kadar kolesterol tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Prawerti, Runiari dan Ruspawan, 2019) mengenai lama pemakaian kontrasepsi suntik depo medroksiprogesteron asetat dengan kadar kolesterol pada akseptor KB, dimana dari penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa responden dengan lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA selama  $\geq 36$  bulan sebagian besar memiliki kadar kolesterol yang agak tinggi dengan persentase 31,4%. Sedangkan responden dengan lama pemakaian kontrasepsi suntik DMPA selama  $<36$  bulan memiliki kadar kolesterol yang normal. Penelitian tersebut menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara lama pemakaian

kontrasepsi suntik yang >36 bulan dengan kadar kolesterol total. Hasil serupa juga didapatkan oleh (Raccillia Putri et al., 2021) yang meneliti 32 responden pengguna KB suntik didapatkan bahwa responden dengan lama penggunaan kontrasepsi suntik selama 6–24 bulan, memiliki kadar kolesterol total normal dengan persentase 100%, sedangkan responden dengan lama penggunaan KB suntik selama  $\geq 24$  bulan memiliki kadar kolesterol agak tinggi yaitu 8 (36,4%) responden dan 2 (6,3%) responden dengan kadar kolesterol yang tinggi serta kadar kolesterol normal dengan persentase 54,5%.

Kadar kolesterol pengguna KB suntik dengan lama penggunaan 1-2 tahun pada penelitian ini juga mengalami peningkatan sebanyak 3 responden (7,5%) hal ini kemungkinan dikarenakan oleh aktifitas fisik yang dilakukan responden kurang. Selain itu factor yang tidak diteliti seperti IMT, asupan makanan berlemak, genetic dan factor lainnya juga memiliki pengaruh terhadap kenaikan kadar kolesterol.

Lama pemakaian alat kontrasepsi suntik dapat menyebabkan peningkatan kadar kolesterol dalam darah karena semakin lama pemakaian alat kontrasepsi tersebut maka progesteron yang terdapat dalam akseptor kontrasepsi suntik dapat memicu turunnya HDL dan meningkatnya LDL dalam darah. Menurut teori efek dari glukokortikoid pada KB suntik dapat meningkatkan lipolisis. Lipolisis (hidrolisis) adalah proses pemecahan menurunkan trigliserida melalui diasilgliserol menjadi monoasilgliserol dan akhirnya menjadi asam lemak bebas dan gliserin. Selanjutnya, sejumlah besar lemak bebas asam dibawa ke hati, sehingga meningkatkan sintesis trigliserida hati dan meningkatkan sekresi Very Low Density Lipoprotein (VLDL) oleh hati. Dalam keadaan resistensi

insulin, VLDL meningkat dalam sirkulasi dan akan meningkatkan LDL karena sebagian besar LDL terbentuk dari VLDL (Handayani and Fitrianingtyas, 2021). Hal tersebut yang mempengaruhi peningkatan terhadap kadar kolesterol total dalam darah. Hormone estrogen dan progesterone yang terdapat pada KB suntik dapat mengakibatkan ketidakseimbangan lemak sehingga kadar kolesterol total meningkat (Hardiyanti, 2016).

#### **4. Kadar Kolesterol Total pada Pengguna KB Suntik di Desa Tuwed**

##### **Berdasarkan Karakteristik Jenis KB Suntik**

KB suntik 3 bulan merupakan KB hormonal yang di suntikkan 3 bulan sekali sedangkan KB suntik 1 bulan disuntikkan setiap 1 bulan sekali. Perbedaan kandungan dari kedua jenis KB ini yaitu pada kandungan hormon antara 2 jenis alat kontrasepsi suntik tersebut. KB suntik 3 bulan memiliki kandungan hormon Progesteron sedangkan KB suntik 1 bulan mengandung hormone sintesis estrogen dan progesteron (Hartanto, 2010). Berdasarkan Tabel 10 dapat dilihat bahwa penggunaan KB suntik 1 bulan maupun 3 bulan di Desa Tuwed sama-sama menunjukkan hasil kadar kolesterol yang tidak normal dimana pada KB suntik 1 bulan kadar kolesterol yang tinggi sebanyak 5 responden (12,5%) dan ambang batas sebanyak 5 responden (12,5%). Pada pengguna KB suntik 3 bulan kadar kolesterol tinggi sebanyak 8 responden (20%) dan ambang batas sebanyak 12 responden (30%). Tetapi responden yang memiliki kadar kolesterol tinggi lebih banyak diderita oleh responden dengan menggunakan KB suntik 3 bulan. Jika dibandingkan hasil rata-rata dari kadar kolesterol total pengguna KB suntik 3 bulan dan pengguna KB suntik 1 bulan memiliki perbedaan meskipun hanya sedikit yaitu pada pengguna KB suntik 3

bulan memiliki rata-rata kadar kolesterol sebesar 217,15 mg/dl sedangkan pada pengguna KB suntik 1 bulan memiliki rata-rata kadar kolesterol sebesar 217,08 mg/dl. Hasil kadar kolesterol pada pengguna KB suntik 1 bulan dan 3 bulan terdapat perbedaan meskipun tidak signifikan dikarenakan terdapat perbedaan kandungan hormon antara kedua jenis alat kontrasepsi suntik ini. KB suntik 3 bulan memiliki kandungan hormone progesteron sedangkan KB suntik 1 bulan mengandung hormone sintesis estrogen dan progesteron. Hormon Progesteron akan merangsang produk insulin yang berlebihan tetapi tidak menyebabkan terjadinya diabetes militus. Hormon insulin mempunyai peranan dalam menyalurkan energi ke dalam sel-sel tubuh. Seseorang yang mengalami peningkatan hormone insulin akan meningkat pula timbunan lemak di dalam tubuhnya, penimbunan lemak di dalam tubuh akan mempengaruhi kadar kolesterol dalam darah. Hormon estrogen pada KB suntik 1 bulan akan menyeimbangkan efek hormon progestin sehingga rangsangan terhadap produksi insulin tidak seperti pada KB suntik 3 bulan yang hanya mengandung hormon progestin, selain itu kandungan hormon estrogen akan mempengaruhi percepatan peristaltik sehingga perubahan berat badan yang menyebabkan kolesterol meningkat lebih cenderung terjadi pada akseptor KB suntik 3 bulan (Handayani dan Supartini, 2019).

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Astuti, 2018) tentang perbedaan kadar kolesterol total pada pemakai kontrasepsi Depo Provera dan Cyclofem. Penelitian tersebut meneliti 56 responden pengguna KB suntik 3 bulan dan 1 bulan dimana menunjukkan hasil kolesterol total pada wanita yang menggunakan kontrasepsi suntik Depo provera (3 bulan) memiliki

kadar kolesterol total rata-rata 216,96 mg/dl dan pada wanita penggunaan suntik Cyclofem (1 bulan) memiliki kadar kolesterol total rata-rata 200,14 mg/dl. Penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan kadar kolesterol total pada wanita yang menggunakan kontrasepsi suntik dimana responden yang menggunakan kontrasepsi suntik Depo provera (KB suntik 3 bulan) memiliki kadar kolestrol yang lebih tinggi. Hal ini dikarenakan hormone estrogen pada KB suntik 1 bulan memiliki efek menurunkan kadar kolesterol serum total, menurunkan kosentrasi kolesterol LDL dan meningkatkan HDL. Sedangkan progesteron dapat menurunkan kadar HDL kolesterol dan menaikkan kadar LDL kolesterol. Hal tersebut yang menyebabkan KB suntik 3 bulan memiliki kadar kolesterol yang lebih tinggi.

Hormon esterogen dan hormon progesteron merupakan derivat dari kolesterol yang berarti bahwa seseorang yang memakai kontrasepsi suntik selalu memasukkan hormon tersebut ke dalam tubuhnya. Hormone progesteron dan estrogen yang tidak seimbang yang terdapat dalam KB suntik ini yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan lemak dalam tubuh dan memicu tingginya kadar kolesterol total (Agustiyanti, Fatimah dan Aruben, 2017)

## **5. Kadar Kolesterol Total pada Pengguna KB Suntik di Desa Tuwed**

### **Berdasarkan Karakteristik Aktivitas Fisik**

Selain dari faktor-faktor tersebut ada hal yang dapat meningkatkan kadar kolesterol pada pengguna KB suntik yaitu aktivitas fisik yang dilakukan. Dari hasil penelitian pada pengguna KB suntik di Desa Tuwed menunjukkan bahwa hampir setengah responden memiliki aktivitas fisik ringan yaitu sebanyak 17



responden (42,5%) dan aktivitas berat 17 responden (42,5%). Aktivitas fisik ini berhubungan dengan pekerjaan responden. Pada penelitian ini sebanyak 21 responden (52,5%) sebagai ibu rumah tangga. Dari hasil pengamatan peneliti meskipun menjadi ibu rumah tangga, sebagian besar aktivitas responden di Desa Tuwed ini tidak hanya mengurus rumah saja tetapi terkadang ikut membantu suaminya terutama membantu dalam mencari rumput untuk makan sapi. Mencari rumput ini dilakukan responden dua kali sehari pada pagi hari setelah pekerjaan rumah selesai dan di sore hari dan juga ada beberapa ibu rumah tangga meskipun tidak rutin menjadi buruh tetapi dalam 7 hari terakhir sebelum melakukan pengambilan data responden ikut bekerja menjadi pengayah bangunan. Hal ini yang membuat meskipun sebagai ibu rumah tangga dan tidak bekerja tetapi masuk ke dalam kategori aktivitas fisik berat setelah di hitung ke dalam rumus IPAQ 2005. Pekerjaan yang masuk ke dalam kategori buruh pada penelitian ini yaitu responden yang mempunyai pekerjaan tetap sebagai buruh bangunan.

Hasil pada penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Agustiyanti, Pradigdo Siti and Rony, 2017) yang meneliti hubungan asupan makanan, aktivitas fisik dan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kadar kolesterol darah, dimana menunjukkan hasil sebanyak 28 responden (70%) dengan aktifitas fisik yang ringan dan sebanyak 19 responden (47,5%) menggunakan kontrasepsi hormonal jenis suntikan serta sebanyak 27 responden (67,5%) menunjukkan hasil kadar kolesterol yang tinggi. Penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar kolesterol darah.

Penelitian ini sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ibrahim and Andika Herlina, 2018) dimana penelitian tersebut menunjukkan hasil sebanyak 12 responden (85,7%) dari 14 responden yang memiliki aktivitas olahraga ringan mempunyai kadar kolesterol total tinggi. Sedangkan 6 responden dengan aktivitas olahraga berat 4 diantaranya (66,7%) memiliki kadar kolesterol normal. Hal ini dikarenakan aktivitas olahraga mempengaruhi dalam proses pembakaran cadangan lemak tubuh. Seseorang yang kurang aktivitas olah raga akan menyebabkan penumpukan lemak dalam jaringan tubuh yang berpengaruh terhadap kadar kolesterol total. Semakin banyak melakukan aktivitas fisik yang dilakukan setiap hari, maka semakin besar energi yang dikeluarkan setiap harinya sehingga terjadi pengurangan berat badan dan lemak. Berat badan dan lemak yang berkurang dapat membantu mengurangi jumlah kolesterol darah sehingga mengubah transpor kolesterol dalam darah (Hardiyanti, 2016).