BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penduduk Indonesia merupakan Negara yang mempunyai penduduk terbesar keempat di dunia, sehingga diperlukan kontrasepsi yang efektif dan berdaya guna tinggi. Program Keluarga Berencana adalah salah satu upaya pengendalian pertumbuhan penduduk agar tidak terjadi ledakan populasi manusia. Berdasarkan data Survey Demografi dan Kesehatan (SDKI) tahun 2012, metode KB yang paling banyak dipilih adalah suntikan hormonal yaitu (46,84%). Penggunaan alat kontrasepsi hormonal dapat menimbulkan berbagai efeksamping yang salah satu diantaranya adalah perubahan berat badan akseptor. Hal ini disebabkan oleh hormone progesterone yang mempermudah terjadinya perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak di bawah jaringan kulit bertambah. Penambahan berat badan merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan akseptor kontrasepsi hormonal terutama kontrasepsi hormonal suntik KB yang mengandung Depo-Medroxyprogesteron Acetate (DMPA) atau lebih dikenal adalah Depo Progestin (Sari, 2015).

World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa jumlah pengguna kontasepsi suntik di seluruh dunia yaitu sebanyak 4.000.000 orang atau sekitar 45% dengan prevalensi kenaikan berat badan rata-rata sekitar 32,4%. Di Amerika Serikat jumlah pengguna kontrasepsi suntik sebanyak 30% sedangkan di Indonesia kontrasepsi suntik merupakan salah satu kontasepsi yang popular. Kontasepsi di Indonesia paling banyak di minati yaitu kontrasepsi suntik sebesar 34,3 % dan prevalensi obesitas pada perempuan dewasa di Indonesia sebesar 32,9% di mana Provinsi Jawa Timur termasuk dalam tiga belas dengan prevalensi obesitas di atas

prevalensi nasional (Riskesda, 2013). Hasil survey BKKBN Propinsi Jawa Timur bulan Desember 2010 diketahui sebanyak 955,336 seluruh akseptor dengan presentase metode KB suntik yang digunakan sebesar (56,50%). Pemakaian alat kontrasepsi aktif di Kabupaten Malang pada tahun 2017 adalah 393.878 orang dan kecamatan Lawang menduduki posisi ke-7 terbanyak dengan jumlah peserta KB aktif sebesar 15.456 orang dan presentase metode KB suntik adalah (56,62%) (Badab Pusat Statistik, 2018). Berdasarkan studi pendahuluan, diperoleh data dari Pos Kesehatan Kelurahan (Poskeskel) Lawang pada tahun 2019 peserta KB aktif suntik di Poskeskel Lawang sebanyak 182 peserta, sedangkan tahun 2020 sebanyak 158 peserta dengan jumlah peserta KB suntik 1 bulan sebanyak 42 peserta dan suntik 3 bulan sebanyak 116 peserta, dimana terdapat 54 peserta mengalami kenaikan berat badan.

Depo progestin adalah kontrasepsi hormonal yang berisi progestin saja. Depo progestin mempunyai daya kerja lama serta efektifitas yang tinggi. Penggunaan depo progestin diberikan setiap 3 bulan sekali (setiap 90 hari), dengan dosis 150 mg disuntikkan secara *intramuscular* (IM) dalam paha *musculas gluteus* atau *intragluteal* (Hartanto, 2010). Depo progestin termasuk jenis gestagen alamiah yang berasal dari turunan progesterone, serta memiliki ikatan reseptor yang kuat terhadap reseptor glukokortikoid dan aldosteron. Kelebihan Depo Progestin yaitu memiliki angka kegagalan yang rendah (0,7%), tidak berpengaruh pada hubungan suami istri, lebih murah, praktis dan aman untuk ibu menyusui, Menurut Baziad (dalam Endang dkk,2017).Depo progestin mempunyai keunggulan namun juga mempunyai efek samping dalam penggunaannya. Wanita pengguna Depo progestin lebih beresiko terjadi peningkatan berat badan, yang diakibatkan oleh akumulasi lemak terutama lemak visceral. Peningkatan jumlah lemak

visceral pada obesitas akibat efek samping depo progestin, terpengaruh oleh perubahan nafsu makan (Wahyuni 2016). Penggunaan kontrasepsi suntik yang mengandung hormonal yang dapat merangsang pusat pengendali nafsu makan hipotalamus sehingga menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya dan berdampak pada kenaikan berat badan. Kenaikan berat badan yang terus menerus akan menyebabkan kegemukan atau obesitas yang memicu timbulnya beberapa penyakit kronis. Umumnya pertambahan Berat Badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1-5 kg pada tahun pertama. Meskipun begitu tidak semua akseptor mengalami kenaikan berat badan secara berlebih, tergantung reaksi tubuh akseptor tersebut terhadap metabolisme progesterone, Menurut Hanafi dalam Hanik (2014). Keadaan ini disebabkan karena terjadi ketidakseimbangan antara asupan kalori dengan penggunaan energi sehingga kalori yang tidak terpakai diubah menjadi lemak yang disimpan di dalam tubuh.

Biasanya untuk mengantisipasi peningkatan berat badan secara terus menerus akibat efek samping penggunaan KB suntik 3 bulan (Depo progestin) dilakukan dengan cara berolahraga untuk meningkatkan energy, diet dengan mengatur pola makan sehari-hari dan juga diperlukan suplemen herbal yang salah satunya adalah menggunakan teh hijau. Komsumsi teh hijau sangat popular di masyarakat Indonesia. Teh hijau bermanfaat sebagai anti inflamasi dan anti proferasi sehingga menyebabkan teh hijau termasuk suplemen diet dan berfungsi sebagai minuman (Susilawati, 2015). Konsumsi Teh Hijau berpotensi menurunkan berat badan akibat penggunaan Depo progestin. Tumbuhan teh hijau sebagai sumber obat telah dikenal sejak dulu dan dengan adanya perkembangan kemampuan manusia yang semakin bertambah modern maka tumbuhan tersebut diisolasi senyawa kimia dari

tumbuhan untuk pengobatan. Tumbuhan obat ini sering dijadikan sebagai obat alternatif yang lebih aman, yaitu kembali ke alam dengan memanfaatkan tumbuhan sebagai obat tradisional yang dapat menurunkan berat badan. Teh hijau mengandung flavonoid kelas folifenol yang diebut catechin, yang meliputi epigallocatechin (EGCG), epikatekin galat dan galat gallocatechin. EGCG dianggap katekin yang paling aktif secara farmakologi dan merupakan antioksidan yang dapat menstimulasi metabolisme tubuh sehingga membantu menurunkan berat badan. Selain itu kandungan lain dalam teh hijau seperti kafein dan L-theanin dapat membantu mempercepat metabolisme dan menekan rasa lapar di otak. Pembuatan teh hijau, yaitu dengan cara pemanasan ataupun penguapan menggunakan uap panas sehingga oksidasi enzimatik terhadap katekin dalam daun teh dapat dicegah. Manfaat teh hijau sebagai pengobatan kanker, jantung, karies gigi, kesehatan tulang, antidiabetes, anti inflamasi dan mengontrol berat badan atau mengatasi obesitas. Teh hijau temasuk tumbuhan obat yang mempunyai efek farmakalogis antara lain dapat menurunkan berat badan dan menurunkan kolesterol (Yashinta, 2019).

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik ingin mengetahui pengaruh pemberian teh hijau. Selain bisa menurunkan berat badan secara bertahap, ternyata juga bisa meningkatkan daya tahan tubuh. Berdasarkan uraian, peneliti ingin mengkaji tentang “Pengaruh Pemberian Teh Hijau (*camellia sinensis*) Terhadap Penurunan Berat Badan pada Peserta KB Suntik Depo Progestin di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan maka dapat dirumuskan masalah adalah: “Adakah pengaruh pemberian teh hijau

(camellia sinensis) terhadap penurunan berat badan pada peserta Kontrasepsi suntik Depo Progestin di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang?"

1.3 Tujuan

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian teh hijau terhadap penurunan berat badan pada peserta Kontrasepsi suntik Depo Progestin di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

a. Mengindentifikasi berat badan berdasarkan status gizi IMT peserta Kontasepsi suntik Depo Progestin sebelum pemberian teh hijau pada kelompok ekperimen.
b. Mengidentifikasi berat badan berdasarkan status gizi IMT peserta Kontrasepsi suntik Depo Progestin setelah pemberian teh hijau pada kelompok eksperimen.
c. Menganalisa berat badan berdasarkan status gizi IMT peserta Kontrasepsi Suntik Depo Progestin sebelum dan sesudah pemberian teh hijau di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

Peneliti ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini bermanfaat sebagai usaha untuk mengetahui pengaruh pemberian teh hijau terhadap penurunan berat badan pada peserta Kontrasepsi suntik Depo

Progestin serta ditujukan sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan yang secara teoritis dipelajari selama di bangku perkuliahan.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Memberikan informasi mengenai manfaat teh hijau sebagai metode menurunkan berat badan selain daripada menjaga pola makan dan olah raga.

b. Bagi Petugas Kesehatan

Dapat digunakan sebagai pengobatan alternative dalam memberikan solusi terhadap masalah kenaikan berat badan pada peserta kontrasepsi.

c. Bagi Institut Pendidikan

Dapat digunakan sebagai masukan informasi/bahan ajar pada mata kuliah kebidanan komplementer.

d. Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat meningkatkan dan menambah wawasan tentang teh hijau yang bermanfaat sebagai minuman herbal untuk kesehatan khususnya untuk penurunan berat badan.