HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KONTRASEPSI PIL DENGAN KEJADIAN DEPRESI

The Correlation Between Duration Using Contraceptive Pills and Depression

Fika Aulia

Program Studi D3 Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

fikaaulia26@gmail.com

ABSTRAK

Depresi dapat disebabkan karena faktor hormonal, misalnya penggunaan kontrasepsi. WHO memperkirakan bahwa depresi akan menjadi penyakit terbesar kedua di dunia pada tahun 2020. Tahun 2017, jumlah akseptor kontrasepsi hormonal di Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 68.861 akseptor (63%). Kontrasepsi pil memiliki kecenderungan depresi akibat dari efek samping fisik dan psikologis, misalnya gangguan suasana hati. Alasan beberapa wanita menghentikan penggunaan kontrasepsi pil adalah perubahan suasana hati. Depresi pada ibu akan menghasilkan gejala mental dan fisik yang mempengaruhi kualitas dan produktivitas sehingga dapat berefek buruk pada ibu, anak, dan keluarga. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan lama penggunaan kontrasepsi pil dengan kejadian depresi di wilayah kerja Puskesmas Banguntapan I. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan waktu cross sectional. Teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling. Populasi sebanyak 409 akseptor pil. Besar sampel ditentukan dengan tabel kretji diperoleh 196 sampel. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner modifikasi PHQ-9 (Patient Health Questionnaire-9). Analisa data menggunakan chi-square. Hasil didapatkan nilai $p = 0,018$ dan $OR = 2,192$ artinya akseptor kontrasepsi pil dengan lama penggunaan >2 tahun memiliki peluang 2,192 kali lebih besar terjadi depresi dibandingkan dengan akseptor pil dengan lama penggunaan ≤ 2 tahun. Simpulan penelitian didapatkan ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi pil dengan kejadian depresi.

Kata Kunci : Lama penggunaan, Kontrasepsi, Pil, Depresi

ABSTRACT

Depression can be caused by hormonal factors, such as the use of contraception. The WHO estimates that depression will become a disease with the world's second largest burden in 2020. In 2017, the number of hormonal contraceptive acceptors in Yogyakarta reached 68.861 acceptors (63%). Contraception pills have a tendency to depression due to physical and psychological side effects, such as mood disorders. The reason some women stop using contraceptive pills is a change in mood. Depression in the mother will produce mental and physical symptoms that affect quality and productivity so that it can have a negative effect on mother, child and family. The purpose of this study was to determine the correlation between using contraceptive pills use and the tendency of depression level in the working area of Banguntapan I Primary Health Center in 2018. This study applied a quantitative study with a cross sectional time approach. The sampling technique used purposive sampling. The study population was 409 pill acceptors. The sample size was determined by the kretji table, which consisted of 196 samples. The research instrument used a modified PHQ-9 questionnaire (Patient Health Questionnaire-9). Data analysis employed chi-square. The results obtained $p = 0.018$ and $OR = 2.192$ meaning that the pill acceptors with a duration of use >2 years had a chance of 2.192 times greater depression compared to duration of use ≤ 2 years. The conclusions of the study showed that there was correlation between duration of using contraceptive pills and the tendency of depression.

Keywords : Duration of Use, Contraception, Pills, Depression

sosial dengan efek buruk pada ibu, anak, dan keluarga.

PENDAHULUAN

Depresi dapat disebabkan karena Faktor hormonal, misalnya pada penggunaan kontrasepsi hormonal. Kontrasepsi hormonal merupakan kontrasepsi yang banyak dipilih oleh masyarakat di Indonesia. Berdasarkan hasil Susenas (2015) menunjukkan bahwa sebagian besar Pasangan Usia Subur peserta KB di Indonesia masih mengandalkan kontrasepsi hormonal yaitu suntikan (59,57%) dan pil (20,71%) dari total pengguna KB. Hasil Survei Demografi Kesehatan Indonesia (2012) menyebutkan sebanyak 62% wanita kawin menggunakan kontrasepsi, 58% menggunakan metode modern, dan 4% menggunakan metode tradisional. Kontrasepsi suntik menjadi metode kontrasepsi yang paling banyak digunakan, diikuti oleh pil (masing-masing sebesar 32% dan 14%).

Kontrasepsi pil memiliki efek samping mual, muntah, perdarahan bercak, peningkatan berat badan, dan gangguan suasana hati atau depresi. Depresi dapat disebabkan oleh penggunaan alat kontrasepsi terutama alat kontrasepsi hormonal yang menyebabkan ketidakseimbangan hormon dalam tubuh. Efek samping yang ditimbulkan merupakan hasil dari *estrogen* dan *progesterone* sintetik yang terdapat di dalam kontrasepsi. Sebanyak 51% wanita dilaporkan memiliki setidaknya satu efek samping saat menggunakan kontrasepsi pil. Biasanya keluhan yang muncul adalah keluhan somatik, kecemasan, serta kerentanan terhadap timbulnya stresor dari lingkungan (Toffol, 2011). Hampir seperempat wanita menyatakan bahwa mereka mengalami keluhan pada perubahan suasana hati yang cenderung lebih tidak baik dari sebelum menggunakan kontrasepsi (Mulyani Mega, 2013).

WHO memperkirakan bahwa depresi akan menjadi penyakit dengan beban global kedua terbesar di dunia pada tahun 2020. Ramadhan, et al (2016) dalam hasil penelitiannya menyebutkan bahwa kontrasepsi pil memiliki paling banyak kecenderungan depresi. Kontrasepsi Pil memiliki kandungan progestin sintetik 350 mg *norethindione*, diikuti kontrasepsi suntik memiliki kadar *progesterone* 150 mg DMPA. Oinomen dan Masnian (2002) dalam Nese Cinar (2012) melaporkan dari hasil studi yang telah dilakukan yaitu alasan beberapa wanita menghentikan penggunaan kontrasepsi hormonal pil adalah karena perubahan suasana hati berupa depresi. Depresi pada ibu akan menghasilkan gejala mental dan fisik yang mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitasnya. Depresi dapat mengganggu

Tiga besar peringkat penggunaan kontrasepsi pil terbanyak ada pada kecamatan Banguntapan yaitu sebanyak 1.941 peserta, Sewon sebanyak 1.614 peserta, dan Kecamatan Kasihan sebanyak 997 peserta. Berdasarkan data Hasil Kegiatan Program Keluarga Berencana Nasional Kabupaten Bantul pada bulan Desember 2017 Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan I menempati urutan pertama yaitu sebesar 741 akseptor. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan I dari 12 akseptor pil yang diwawancarai, 7 orang ibu mengalami perubahan suasana hati sejak mengkonsumsi kontrasepsi pil, dengan rincian yaitu 2 orang ibu mengatakan lebih mudah gampang emosi padahal sedang tidak ada masalah, dan 4 orang mengalami perubahan perasaan menjadi tidak nyaman, dan 1 orang mengalami semangat menjalani aktifitas yang berkurang. Kondisi nyata saat ini, pengkajian mendalam mengenai masalah gambaran kepuasan pasien terhadap pelayanan kontrasepsi pil masih belum dilaksanakan. Pengkajian kesehatan mental pada pelayanan kontrasepsi pil belum dilaksanakan secara mendalam, misalnya pengkajian untuk skrining awal kesehatan mental calon akseptor pil, pemantauan kesehatan mental secara berkala pada akseptor pil, sehingga tingkat depresi akseptor pil belum dapat dievaluasi. Hal tersebut belum mampu terealisasi karena belum adanya Standar Operasional Prosedur mengenai pengkajian kesehatan mental yang mendalam di Fasilitas Pemberi Pelayanan Kontrasepsi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *survey analitic cross sectional*. *Populasi* dalam penelitian ini adalah akseptor kontrasepsi pil di wilayah kerja Puskesmas Banguntapan I. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 196 responden. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner modifikasi *PHQ-9 (Patient Health Questionnaire-9)* yang mengacu pada *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, Text Revision (DSM-IV-TR)*. Uji bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji statistik *Chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Akseptor Pil di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan I

Hasil karakteristik responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 Karakteristik Akseptor Pil di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan I

Variabel	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Jenis Pil		
Pil progestin	41	20.9
Pil Kombinasi	155	79.1
Usia		
Usia risiko rendah	73	37.2
Usia risiko tinggi	123	62.8
Lama Pil		
6bln-2 tahun	101	51.5
> 2 tahun	95	48.5
Pendidikan		
Pendidikan Rendah (SD&SMP)	71	36.2
Pendidikan Tinggi (SMA&PT)	125	63.8
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	102	52.0
Bekerja	94	48.0
Penghasilan		
Pendapatan < Rp.1.527.150,-	91	46.4
Pendapatan lebih dari Rp.1.527.150,-	105	53.6
Tingkat kecenderungan depresi		
Normal	145	74.0
Depresi Ringan	45	23.0
Depresi Sedang	6	3.0

*Sumber: Data Primer, 2018

Hasil penelitian tentang karakteristik responden berdasarkan jenis pil paling banyak menggunakan pil kombinasi sebanyak 79,10%. Berdasarkan usia akseptor pil kombinasi dan akseptor mini pil menunjukkan bahwa sebagian besar berusia risiko tinggi yaitu 64,52% dan 56,10%. Berdasarkan lama penggunaan, penggunaan pil kombinasi lebih banyak dengan lama penggunaan >2 tahun 51,61%, sedangkan akseptor mini pil paling banyak dengan lama penggunaan ≤2 tahun sebanyak 63,41%. Berdasarkan tingkat pendidikan akseptor pil kombinasi dan mini pil, paling banyak dengan pendidikan tinggi sebanyak 60,98% akseptor mini pil dan 64,52% akseptor pil kombinasi. Berdasarkan status pekerjaan, akseptor mini pil lebih banyak dengan status bekerja 60,97%, dan akseptor pil kombinasi lebih banyak dengan status tidak bekerja 50,32%. Berdasarkan status sosial ekonomi akseptor pil kombinasi dan mini pil diketahui paling banyak memiliki penghasilan lebih dari UMR yaitu sebanyak 53,66% akseptor mini pil dan 53,55% akseptor pil kombinasi. Pada variabel tingkat kecenderungan depresi pada akseptor pil kombinasi dan mini pil paling banyak dengan tidak depresi sebanyak 85,36% akseptor mini pil dan 70,96 akseptor pil kombinasi.

Hubungan Lama Penggunaan Kontrasepsi Pil Dengan Kejadian Depresi

Hasil penelitian menunjukkan paling banyak responden akseptor kontrasepsi pil dengan tidak depresi dengan jangka lama penggunaan ≤2 tahun berjumlah 82 (41,83%) responden. Penguji hipotesis menunjukkan terdapat hubungan faktor lama penggunaan pil dengan tingkat kecenderungan depresi di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan I dengan harga koefisien hubungan dengan *p-value* sebesar 0,018<0,05 dan OR 2,192.

Dalam penelitian ini responden yang menggunakan pil ≤ 2 tahun lebih tidak beresiko untuk terjadi depresi. Hal ini dapat disebabkan karena lebih singkatnya rentang waktu lama penggunaan ≤ 2 tahun mengakibatkan lebih rendahnya jumlah kandungan hormon yang dikonsumsi jika dibandingkan pada penggunaan kontrasepsi pil dengan waktu yang lebih lama yaitu >2 tahun. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Robert (2017) bahwa risiko untuk mengalami depresi dan memulai untuk mengkonsumsi obat anti depresi dimulai 3-6 bulan setelah penggunaan kontrasepsi hormonal.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang diterbitkan oleh *Journal of the American Association (JAMA) Psychiatry* menunjukkan bahwa 23% perempuan meminta resep anti depresan setelah 6 bulan menggunakan pil KB. 34% perempuan yang menggunakan pil progestin dilaporkan mengalami gejala depresi dan membutuhkan anti depresan. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Noprisanti (2013) menunjukkan bahwa pada penggunaan kontrasepsi hormonal lebih dari 2 tahun dapat menyebabkan gangguan psikologis sebanyak 96,3% dan gangguan somatik sebanyak 77,3%.

Pil akan menggantikan produksi normal *estrogen* dan *progesterone* oleh ovarium. Adanya hormon tersebut akan menyebabkan gangguan perasaan pada penggunaan pil tersebut. Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Schimeilpfering (2009) *Estrogen* dan *progesterone* telah ditunjukkan untuk mempengaruhi *neurotransmitter*, *neuroendokrin* dan sistem *sirkadian* yang terlibat dalam gangguan suasana perasaan.

Dalam penelitian ini menemukan bahwa depresi lebih banyak ditemukan pada akseptor pil kombinasi yang mengandung hormon *estrogen* dan *progesteron*. Hormon progestin yang merupakan bentuk sintetis dari *progesteron* yang terdapat dalam pil kombinasi yang dapat menurunkan tingkat *serotonin* dalam otak. *Serotonin* berperan untuk mempengaruhi *mood*/perasaan seseorang, mempengaruhi keinginan, memunculkan rasa lapar, mengantuk, mengatur suhu tubuh dan berperan penting dalam aktivitas memori dan proses

pembelajaran (Yulianti, 2010). *Progesteron* bertanggung jawab atas hilangnya kelembaban pada daerah vagina karena timbunan lemak yang dihasilkan oleh *progesteron* tidak dapat menyerap air sehingga kelembaban menurun. Hal ini dapat mengakibatkan vagina menjadi kering sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman saat bersenggama.

Depresi pada akseptor kontrasepsi hormonal dapat disebabkan karena stres yang berkepanjangan. Stres dapat terjadi karena penurunan kepercayaan diri akibat berat badan yang bertambah secara cepat. Hormon *estrogen* menyebabkan retensi air dan *oedem*, sedangkan *progesteron* mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak dan merangsang nafsu makan serta menurunkan aktifitas fisik. *Estrogen* mempunyai efek pigmentasi yang menyebabkan bercak berwarna coklat, dan biasanya timbul di pipi dan dahi atas (Zumroatus, 2010).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sani (2014) yang menunjukkan hasil terdapat pengaruh lamanya penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap tingkat depresi, hal ini diakibatkan berkurangnya tingkat *serotonin* dalam otak secara terus menerus. Fungsi *serotonin* adalah pengatur *mood*/perasaan seseorang. Sehingga semakin lama penggunaan alat kontrasepsi semakin berat depresi yang ditimbulkan.

KESIMPULAN

Ada hubungan yang signifikan antara lama penggunaan kontrasepsi pil dengan tingkat kecenderungan depresi di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan I Tahun 2018.

DAFTAR PUSTAKA

- Cinar N, Harmananci, Demir, and Yildiz. (2012). Effect of An Oral Contraceptive on Emotional Distress, Anxiety and Depression of Women with Polycystic Ovary Syndrome. *Human Reproduction Journal*, 27(6), 1840-1845.
- Kemkes RI. (2015). *Profil Kesehatan RI*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- National Anxiety and Depression Awareness Week. (2015). *Artikel Ilmiah*. Retrieved from: <http://www.freedomfromfear.org/NationalAnxietyandDepressionAwarenessWeek.en.html>.
- National Institute of Mental Health. (2016). *Depression.. Artikel Ilmiah..* Retrieved from: <http://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/index.shtml>
- Oinonen KA, Mazmanian D. (2002). To what extent do oral contraceptives influence mood and affect?. *Journal of Affective Disorders*, 70(3), 229-240.
- Ramadhan Ghuranda, Alif Mardijana, Hairrudin. (2017). The Difference of Depression Tendency Level on User of Several Hormonal Contraception Types in Summersari Primary Health Care Jember. *E-Journal Pustaka Kesehatan*, 5(1), 25-29.
- Roberts Timothy A., Hansen Shana. (2017). Association of Hormonal Contraception with Depression in the Postpartum Period. *Contraception Journal*, 96(6), 446-452.
- Sani, Nuriayu Primita, Alif, dan Kristianingrum. (2014). Pengaruh Lamanya Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal terhadap Tingkat Kecenderungan Depresi. Retrieved from: <http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/68179/Nuriayu%20Primita%20Sani.pdf?sequence=1>.
- Skovlund CW, Kessing LV, Mørch LS, et al. (2017). Increase in depression diagnoses and prescribed antidepressants among young girls, A national cohort study 2000–2013. *Nordic Journal of Psychiatry*, 71(5), 378-385.
- Skovlund CW, Mørch LS, Kessing LV, et al. (2016). Association of Hormonal Contraception With Depression. *JAMA Psychiatry*, 73(11), 1154-1162.
- Sri Handayani. (2017). Mengapa Kasus Gangguan Jiwa di Yogyakarta Tinggi. *Artikel Ilmiah*. Retrieved from: <http://www.republika.co.id/berita/nasional/umum/17/07/20/otcmoo327-mengapa-kasus-gangguan-jiwa-di-yogyakarta-tinggi>.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Thomson RL, Buckley JD, Lim SS, Noakes M, Clifton PM, Norman RJ, Brinkworth GD. (2010). Lifestyle Management improves quality of life and depression in overweight and obese women with polycystic ovary syndrome. *Fertility and Sterility*, 94(5), 1812-1816.
- Toffol E, Heikinheimo O, Koponen P, Luoto R, Partonen T al. (2012). Hormonal contraception and mental health: results of a population-based study. *Human Reproduction Oxford, England*, 26(11), 3085-3093.
- Yonkers KA, Brown C, Pearlstein TB, Foegh M, Sampson-Landers C, Rapkin A. (2005). Efficacy of A New Low-Dose Oral contraceptive with Drospirenone In Premenstrual Dysphoric Disorder. *Obstetrics and Gynecology Journal*, 106(3), 492-501.
- Yonkers, Kimberly A. (2017). The Influence of Cyclic Hormonal Contraception on Expression of

Premenstrual Syndrome. Journal of Women's Health, 26(4), 321-328