

BAB II

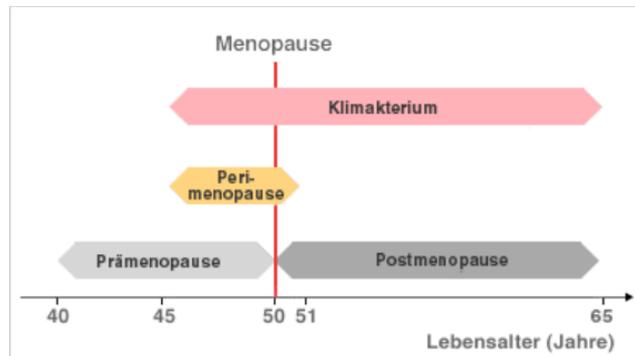
TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Menopause

a. Pengertian

Menopause adalah kondisi wanita benar-benar sudah tidak mengalami menstruasi dalam 12 bulan berturut-turut secara fisiologis. Menopause terjadi pada usia 45-50 tahun dengan gambaran klinis normal menstruasi berhenti. Sebagian wanita juga sudah mulai merasakan gejalanya pada usia 40-an dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun.⁴



Gambar 1. Fase Klimakterium²⁰

Usia normal wanita mengalami menopause pada rentang usia 45-50 tahun. Jika wanita sudah mengalami menopause pada usia kurang dari 45 tahun maka disebut menopause dini. Menopause dini dapat mempengaruhi kesehatan wanita seperti osteoporosis dan penyakit jantung. Sedangkan wanita yang mengalami menopause pada usia lebih dari 50 tahun disebut dengan menopause terlambat.

Keterlambatan menopause dapat dicurigai adanya tumor ovarium pada wanita karena ovarium sebagai organ penghasil hormon estrogen. Menopause terlambat berarti tubuh menghasilkan hormon estrogen lebih lama yang dapat meningkatkan resiko kanker rahim dan payudara.⁴

Menopause adalah berhentinya menstruasi secara fisiologis bukan karena adanya suatu penyakit. Menopause terjadi akibat dari berkurangnya hormon estrogen yang dihasilkan ovarium. Wanita dikatakan menopause jika sudah tidak mengalami menstruasi dalam 12 bulan berturut-turut.²¹

Ketika menopause sudah mendekat, siklus menstruasi dapat terjadi dalam waktu-waktu yang tidak menentu dan bukan hal yang aneh jika menstruasi tidak datang dalam beberapa bulan. Pada wanita yang menginjak usia 40 tahun akan mengalami beberapa perubahan hormon yang dikaitkan dengan pra menopause. Pada wanita usai 40 tahun banyak yang mengalami perubahan dalam pematangan tulang dan darah menstruasi lebih sedikit atau waktu menstruasi lebih pendek dari biasanya.

Wanita yang sudah memasuki fase menopause akan mengalami gejala-gejala yang dapat mengganggu aktifitas kehidupan wanita, bahkan mengancam kebahagiaan rumah tangga. Gejala yang dialami sering disebut syndrome menopause yaitu diantaranya, kekeringan pada vagina, gangguan tidur, hot flashes (tubuh terasa

panas di sekitar wajah dan dada), gangguan daya ingat, perubahan mood, dan penurunan keninginan berhubungan seksual.¹¹

b. Tahap Klimakterium

Seorang wanita yang mengalami menopause secara alamiah akan mengalami tiga tahapan yaitu:¹¹

1) Perimenopause

Tahap ini dimulai beberapa tahun sebelum menopause, ketika ovarium memproduksi estrogen secara bertahap mulai berkurang. Pada tahap ini terjadi satu sampai dua tahun sebelum wanita benar-benar mengalami menopause yaitu titik ketika ovarium berhenti melepaskan telur.

2) Menopause

Tahap ini terjadi ketika seorang wanita benar-benar tidak mengalami menstruasi dalam 12 bulan berturut-turut. Pada tahap ini, ovarium telah berhenti menghasilkan sebagian besar estrogen. dijumpai kadar FSH atau *Folikel Stimulating Hormone* darah lebih dari 40 mIU/mL dan kadar estrogen kurang dari 30 pg / ml. Menopause biasanya terjadi pada rentang usia 45-50 tahun. Namun ada juga wanita yang mengalami menopause pada usia di rentang usia 45-50 tahun.

3) Postmenopause

Tahap ini terjadi setelah wanita mengalami menopause. Selama tahap ini, terdapat risiko kesehatan yang berkaitan

dengan hilangnya estrogen seiring dengan meningkatnya usia perempuan.

c. Usia Saat Menopause

Menopause terjadi pada usia 45-50 tahun dengan gambaran klinis normal menstruasi berhenti. Sebagian wanita juga sudah mulai merasakan gejalanya pada usia 40-an dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun.⁴

Waktu akhir kesuburan wanita tidak dapat dihitung dengan pasti karena setiap wanita adalah individu yang berbeda. Akhir kesuburan secara teoritis hanya dapat ditetapkan melalui retrospektif. Pada usia 30 akhir sampai awal 40 tahun, kesuburan wanita sudah mulai berkurang atau sering disebut fase perimenopause. Banyak wanita yang menggap dirinya sudah tidak bisa hamil lagi karena munculnya haid yang sudah tidak teratur. Tetapi kenyataannya, pada fase ini wanita masih bisa mengalami kehamilan karena ovarium belum sepenuhnya berhenti memproduksi hormon estrogen.¹⁴

Usia menopause yang dialami wanita diluar rentang usia normal sesuai teori, dapat diklasifikasikan ke dalam menopause dini dan menopause terlambat.¹⁴

1) Menopause Dini

Menopause dini adalah keadaan saat fungsi ovarium dan menstruasi berhenti sebelum usia 40 tahun. Pada menopause dini, kadar hormon estrogen rendah tetapi kadar hormon

hipofisa yang merangsang ovarium (terutama hormon FSH) tinggi. Menopause dini dapat disebabkan oleh beberapa hal diantaranya, kelainan bawaan (biasanya kelainan kromosom), penyakit autoimun, telah ada tindakan pengangkatan rahim, dan wanita dengan perokok aktif.¹¹

Wanita yang mengalami menopause dini mempunyai resiko lebih tinggi untuk terkena masalah jantung, osteoporosis, dan stroke yang disebabkan oleh berkurangnya produksi estrogen karena wanita tidak memiliki perlindungan alami.¹⁴

2) Menopause Terlambat

Wanita yang mengalami menopause melebihi usia normal dapat dikatakan sebagai menopause terlambat, menurut teori yaitu usia lebih dari 50 tahun. Banyak wanita yang menganggap dirinya sudah mengalami menopause karena sudah tidak mendapatkan menstruasi rutin, namun pernyataan tersebut salah karena menopause berarti tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan berturut-turut.¹⁴

Bagi kebanyakan wanita memiliki usia menopause yang lama merupakan sebuah keuntungan karena dianggap tidak mengganggu aktifitas kehidupan manusia dan tidak mengancam keharmonisan rumah tangga. Namun, usia menopause yang terlambat dapat dicurigai adanya tumor ovarium serta meningkatkan resiko kanker serviks, rahim, dan payudara.⁴

Usia menopause pada wanita dapat berbeda-beda karena setiap wanita merupakan individu yang berbeda. Perbedaan usia menopause pada wanita dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain usia *menarche*, faktor psikis, jumlah anak, usia melahirkan, pemakaian kontrasepsi, merokok, dan sosial ekonomi.¹¹

d. Patofisiologi Menopause

Pada fase sebelum menopause yaitu sekitar 2-8 tahun sebelum wanita mengalami menopause, kebanyakan wanita memiliki siklus ovulasi yang tidak teratur. Selama tahun ini, folikel indung telur akan mengalami kerusakan yang semakin cepat hingga pasokan folikel habis. Semakin habisnya pasokan folikel mengakibatkan hormon estrogen yang dihasilkan juga berkurang. Penelitian menunjukkan bahwa percepatan kerusakan folikel terjadi pada wanita usia kurang lebih 37 tahun. Hormon yang dihasilkan dalam indung telur juga akan semakin berkurang yang mengakibatkan kadar FSH meningkat. Kadar testosteron tidak turun secara nyata selama premenopause tetapi kadar progesteron menurun. Hal ini menyebabkan siklus menstruasi yang panjang. Lama masa menstruasi menjadi pendek karena fase folikuler memendek yang disebabkan oleh faktor hormon yang dihasilkan. Hal ini akan terjadi sampai wanita benar-benar tidak mengalami ovulasi lagi yang ditandai

dengan tidak mengalami menstruasi secara berturut-turut selama 12 bulan atau disebut menopause.¹⁴

e. Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Menopause

Beberapa faktor yang mempengaruhi seorang wanita mengalami menopause yaitu:¹¹

1) Usia Menarche

Semakin muda seorang wanita mengalami menarche maka semakin lama usia menopause nya. Sebaliknya jika seorang wanita mendapat menarche diusia yang lebih tua maka ia akan mengalami menopause lebih cepat. Usia normal menarche seorang wanita adalah rentang 11-13 tahun.

2) Faktor Psikis

Perkembangan psikis seorang wanita dapat mempengaruhi usia menopausenya. Menurut beberapa penelitian, wanita yang tidak menikah dan bekerja akan mengalami menopause lebih cepat dibandingkan dengan wanita yang menikah dan bekerja.

3) Jumlah Paritas

Kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerjaorgan reproduksi wanita dan akan memperlambat penuaan tubuh. Sehingga beberapa penelitian menyebutkan bahwa seorang wanita yang memiliki lebih banyak anak akan memasuki usia menopause yang lebih lama.

4) Usia Melahirkan

Wanita dengan usia melahirkan lebih tua dibandingkan dengan wanita lain, akan mengalami menopause lebih tua juga. Hal ini disebabkan karena persalinan dan kehamilan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi.

5) Pemakaian Kontrasepsi

Jenis kontrasepsi dibedakan menjadi dua yaitu hormonal dan non hormonal. Jenis alat kontrasepsi hormonal seperti suntik, pil, dan implan. Kontrasepsi non hormonal contohnya seperti IUD dan kondom. Pemakaian kontrasepsi hormonal akan menekan kerja ovarium sehingga tidak mengeluarkan sel telur. Hal ini menyebabkan seorang wanita yang menggunakan kontrasepsi hormonal akan mengalami menopause lebih tua.

6) Merokok

Wanita dengan perokok aktif akan lebih cepat memasuki usia menopause bahkan akan mengalami menopause dini. Merokok mempengaruhi cara tubuh untuk menghasilkan dan mengeluarkan estrogen.

7) Sosial Ekonomi

Menopause dipengaruhi juga dengan status sosial ekonomi. Ini ada kaitannya dengan keadaan psikis seorang wanita.

2. Kontrasepsi Hormonal

a. Pengertian

Kontrasepsi hormonal adalah alat atau obat yang salah satunya upaya untuk mencegah kehamilan atau tidak ingin menambah keturunan. Cara kerja kontrasepsi yaitu mencegah ovulasi, mengentalkan lendir serviks dan membuat rongga indung rahim yang tidak siap menerima pembuahan dan menghalangi bertemunya sel telur dengan sel sperma.²²

Kontrasepsi hormonal yang berada di Indonesia terdapat tiga macam yaitu suntik, pil, dan implan. Kontrasepsi hormonal ada yang mengandung kombinasi hormon estrogen dan progesteron serta ada juga yang hanya mengandung progesteron saja.²³

Kontrasepsi hormonal progestin merupakan alat kontrasepsi yang hanya mengandung satu jenis hormon yaitu progestin atau bentuk sintesis dari progesteron. Progesteron bekerja menekan isyarat-isyarat dari hipotalamus, mencegah pelepasan ovum yang belum matang, dan merangsang perkembangan endometrium. Wanita dengan penggunaan kontrasepsi hormon progesteron yang lama akan mengalami lendir serviks yang menjadi sedikit, kental dan relatif tidak dapat ditembus oleh spermatozoa. Jenis kontrasepsi hormon yang sering digunakan di Indonesia adalah pil progestin, suntik progestin, dan implan.²³

Kontrasepsi hormon kombinasi bekerja meniru proses normal dari hormon yang dihasilkan ovarium dan menggantikannya. Sehingga kontrasepsi hormon kombinasi akan menekan hormon pada ovarium

selama haid dan juga menekan hormon *releasing factors* di otak yang akhirnya akan mencegah terjadinya ovulasi. Metode kontrasepsi dengan hormon kombinasi yang sering digunakan adalah pil kombinasi dan suntik kombinasi.¹⁹

b. Jenis-jenis Kontrasepsi Hormonal

1) Suntik Kombinasi

Kontrasepsi suntik kombinasi mengandung dua hormon yaitu estrogen dan progestin yang menyerupain hormon estrogen dan progesteron alami pada tubuh wanita. Kontrasepsi suntik kombinasi berisi dua hormon yaitu *Medroxyprogesterone Acetate* (MPA) dan *Estradiol Cypionate* yang disediakan pemerintah.²⁴

Hormon pada kontrasepsi suntik kombinasi bekerja mencegah pelepasan sel telur dari ovarium, mengentalkan lendir serviks sehingga penetrasi sperma terganggu, mengakibatkan perubahan pada endometrium yaitu atrofi pada endometrium sehingga implantasi terganggu, dan menghambat transportasi oleh tuba.²⁴

2) Suntik Progestin

Hormon yang terkandung dalam kontrasepsi suntik progestin adalah hormon progestin yang menyerupai hormon progesteron alami yang dihasilkan tubuh manusia. Kontrasepsi ini dapat digunakan dalam tiga bulan sekali. Jenis kontrasepsi suntik progestin yang biasa digunakan oleh wanita Indonesia yaitu yang

mengandung hormon Depo Medroxyprogesterone Acetate (DMPA), 150 mg/vial (1 ml) yang disediakan oleh pemerintah.²⁴

Hormon yang terkandung pada kontrasepsi suntik progestin bekerja menekan ovulasi, mengentalkan lendir serviks sehingga mengganggu penetrasi sperma, dan menjadikan selaput lendir tipis dan mengalami atrofi.²⁴

3) Pil Kombinasi

Pil kombinasi mengandung dua hormon yaitu hormon estrogen dan progestin yang menyerupai hormon estrogen dan progesterone yang dihasilkan tubuh wanita yang harus diminum setiap hari. Pil kombinasi yang sering digunakan oleh wanita Indonesia yaitu jenis pil kombinasi monofasik yang disediakan pemerintah berisi 21 pil yang mengandung 30 µg Ethynil Estradiol (EE)/150 µg Levonorgestrel (LNG) dan 7 pil tanpa hormon.²⁴

Kontrasepsi pil kombinasi bekerja dengan cara menekan ovulasi, mengentalkan lendir serviks, dan mengganggu pergerakan gamet oleh tuba.²⁴

4) Pil Progestin

Pil progestin mengandung hormon progestin dengan dosis yang rendah yang menyerupai hormon progesteron yang dihasilkan tubuh wanita. Jenis kontrasepsi ini sangat dianjurkan untuk ibu yang sedang menyusui.²⁴

Kontrasepsi pil progestin bekerja menghambat pengeluaran ovum, mengentalkan lendir serviks, dan membuat endometrium menjadi tipis dan atrofi.²⁴

5) Implan

Implan merupakan jenis kontrasepsi yang melepaskan hormon progestin yang menyerupai hormon progesteron alami pada tubuh wanita. Implan yang basa digunakan yaitu dalam bentuk batang plastik yang berukuran kecil. Jenis Implan yang biasa digunakan adalah:²⁴

- a) Implan satu batang (Implanon): Implanon mengandung hormon etonogestrel 68 mg yang efektif hingga tiga tahun penggunaan.²⁴
- b) Implan dua batang : Jenis implan ini mengandung hormon levonogestrel 75 mg per batang yang efektif hingga empat tahun.²⁴

Hormon pada kontrasepsi implan bekerja menekan ovulasi dan mengentalkan lendir serviks. Sehingga dapat mencegah kehamilan.²⁴

f. Pengaruh Kontrasepsi Hormonal Terhadap Usia Menopause

Penggunaan kontrasepsi hormonal menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi usia menopause terlambat. Penggunaan kontrasepsi hormonal yang mengandung progesteron dan esterogen menghambat perkembangan folikel dan proses ovulasi yang disebabkan oleh umpan

balik yang diterima hipotalamus dari kelenjar hipofisis. Hal ini bisa terjadi juga karena cara kerja kontrasepsi yang menekan fungsi indung telur sehingga tidak memproduksi sel telur, jika sel telur tidak diproduksi maka tidak akan terjadi pengurangan sel telur sehingga siklus menstruasi masih bisa terus berjalan sampai sel telur tersebut habis (menopause) sehingga pada wanita yang menggunakan kontrasepsi ini akan lebih lama atau tua memasuki menopause.¹⁶

Pada ibu yang memiliki riwayat pemakaian kontrasepsi hormonal, kandungan hormon estrogen dan progesteron yang ada pada kontrasepsi hormonal berdampak pada perubahan hormonal pada ovarium, karena tubuh terus menerus diberikan maka merangsang hipofisis tidak memproduksi kedua hormon tersebut sehingga hormon estrogen dan progesteron tidak diproduksi. Perubahan hormon tersebut menyebabkan perubahan haid, ada yang tidak teratur bahkan ada yang mundur, seperti diketahui menstruasi diketahui menstruasi terjadi karena adanya hormon estrogen dan progesterone yang secara stimulan merangsang pembentukan endometrium. Pembentukan hormon - hormon tersebut dilakukan oleh kedua indung telur. Perangsangan dari terbentuknya hormon tersebut karena adanya FSH (*folikel stimulating hormone*) dan LH (*luteinizing hormone*).²⁵

Lama penggunaan kontrasepsi hormonal juga dapat berpengaruh terhadap usia menopause. Wanita yang menggunakan KB suntik lebih dari 5 tahun mempunyai peluang untuk mengalami menopause normal

dan lambat serta mengurangi terjadinya menopause dini.¹⁶ Ibu yang menggunakan kontrasepsi suntik lima tahun atau lebih, akan mengalami menopause terlambat. Penggunaan kontrasepsi pil selama lima tahun atau lebih cenderung lambat memasuki menopause karena cara kerja kontrasepsi pil pada umumnya sama dengan kontrasepsi hormonal lainnya yaitu menekan ovulasi, mencegah implantasi, lendir serviks mengental sehingga sulit dilalui oleh sperma, pergerakan terganggu sehingga transportasi dengan sendirinya akan terganggu.¹⁸

3. Kontrasepsi Non Hormonal

a. Pengertian

Kontrasepsi Non hormonal adalah kontrasepsi yang tidak mengandung hormon melainkan untuk mencegah sperma bertemu sel telur yang akan mencegah terjadinya fertilisasi. Jenis kontrasepsi non hormonal yaitu Metode Operasi Pria (MOP), Metode Operasi Wanita (MOW), dan *intrauterine device* (IUD). Kelebihan dari kontrasepsi non hormonal ini adalah sangat efektif, lebih aman, praktis, dan efisien. Sedangkan kekurangan dari kontrasepsi adalah tidak dapat mencegah penyakit seksual, kadang-kadang merasa sakit atau kram pada daerah perut atau vagina, dan biaya yang mahal. (Marmi, 2016)

b. Jenis Kontrasepsi Non Hormonal

1) IUD Copper

IUD Copper adalah suatu rangka plastik yang lentur dan kecil dengan lengan atau kawat Copper (tembaga) di sekitarnya.

Terdapat dua bentuk yaitu copper Cu T 380A yang disediakan oleh pemerintah dan nova T 380 yang tidak disediakan pemerintah. IUD copper bekerja dengan menghambat sperma masuk ke dalam sel telur karena tembaga pada IUD dapat menyebabkan inflamasi steril yang toksik untuk sperma. IUD ini masuk kedalam jenis kontrasepsi jangka panjang dapat digunakan hingga 10 tahun sesuai jenisnya.²⁴

2) Kondom

Kondom adalah selubung atau sarung karet yang berbentuk silinder dengan muaranya berpinggir tebal, yang bila digulung berbentuk rata atau mempunyai bentuk seperti puting susu yang dipasang pada penis saat hubungan seksual. Kondom bekerja menghalangi terjadinya pertemuan sperma dan sel telur dengan cara menamung sperma di ujung selubung karet yang dipasang pada penis sehingga sperma tidak masuk ke dalam saluran reproduksi perempuan. Kondom yang berbahan vinil dapat mencegah penyakit menular seksual.

3) Metode Operasi Wanita (MOW)

MOW adalah prosedur bedah sukarela untuk menghentikan kesuburan secara permanen pada perempuan yang tidak ingin anak lagi. Terdapat dua metode yaitu minilaparotomi dengan tuba fallopi diikat dan laparaskopi dengan tuba fallopi dipotong. MOW

ini bekerja mencegah sperma bertemu sel telur karena saluran bertemunya sperma dan sel telur telah diikat atau dipotong.

4) Metode Operasi Pria (MOP)

MOP adalah tindakan memotong dan mengikat vas (ductus) deferens tanpa menggunakan pisau bedah, dengan tujuan memutuskan aliran sperma dari testis sehingga terjadi *azoospermia*. Cara kerja metode ini adalah Mengikat dan memotong setiap saluran vas deferens sehingga sperma tidak bercampur dengan semen. Semen dikeluarkan, tetapi tidak dapat menyebabkan kehamilan.

4. Indeks Massa Tubuh (IMT)

a. Pengertian

Indeks massa tubuh (IMT) adalah metrik yang saat ini digunakan untuk menentukan karakteristik tinggi badan dan berat badan pada orang dewasa serta untuk mengklasifikasikannya kedalam beberapa kelompok. Penafsiran umum adalah bahwa Indeks Massa Tubuh mewakili kegemukan seseorang. IMT banyak digunakan dalam menentukan kesehatan masyarakat dan digunakan juga sebagai faktor risiko atau prevalensi beberapa masalah kesehatan.²⁶

Berdasarkan metode pengukuran IMT menurut WHO, untuk menentukan IMT seseorang maka dilakukan dengan cara responden diukur berat badan dan tinggi badannya kemudian dimasukkan ke dalam rumus di bawah ini:

$$\text{Indeks Massa Tubuh} = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (m}^2\text{)}}$$

Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah berat badan seseorang dalam kilogram dibagi dengan tinggi dalam meter kuadrat dan secara *universal* dinyatakan dalam kg/m². IMT yang tinggi menjadi indikator lemak tubuh yang tinggi. IMT dapat digunakan untuk mengklasifikasikan berat badan yang dapat menyebabkan masalah kesehatan, tetapi IMT bukan merupakan diagnostic lemak tubuh atau kesehatan individu.²⁷

b. Klasifikasi

Klasifikasi Indeks Massa Tubuh menurut Kemenkes adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Klasifikasi IMT

Klasifikasi	IMT
Kurus	<18,5
Normal	18,5-25,0
Gemuk	>25,0

c. Faktor yang mempengaruhi Indeks Massa Tubuh (IMT)

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi Indeks Massa Tubuh yaitu sebagai berikut.

1) Faktor usia

Usia merupakan faktor yang secara langsung berhubungan dengan Indeks Massa Tubuh seseorang. Semakin bertambah usia seseorang, akan cenderung kehilangan massa otot dan mudah

terjadi akumulasi lemak tubuh. IMT akan meningkat seiring bertambahnya usia dan menurun 16,1% setelah usia 60 tahun.²⁸

2) Faktor genetik

Peningkatan dan kekurangan berat badan cenderung disebabkan oleh faktor genetik. Beberapa studi membuktikan bahwa faktor genetik dapat memengaruhi berat badan seseorang. Studi lain yang berfokus pada pola keturunan dan gen spesifik menemukan bahwa 70-80% dan keturunan dari dua orang tua yang obesitas, 40-50% anaknya menjadi obesitas.²⁹

3) Pola makan

Jumlah asupan energi yang berlebihan akan menyebabkan kelebihan berat badan dan obesitas. Jenis makanan dengan kepadatan energi yang tinggi seperti tinggi lemak, gula serta kurang serat menyebabkan ketidakseimbangan energi.²⁹

4) Aktivitas fisik

Pola aktivitas fisik yang kurang gerak atau disebut *sedentary*, menyebabkan energi yang dikeluarkan tidak maksimal sehingga meningkatkan risiko obesitas. Pengelolaan obesitas dilakukan melalui peningkatan aktivitas fisik yang gerakannya kontinu dengan gerakan intensitas rendah sampai sedang, sehingga terjadi peningkatan pengeluaran energi dan peningkatan massa otot. Pola hidup yang aktif merupakan penyeimbang dari

asupan energi, dengan demikian energi yang diasup tidak akan pernah berlebihan didalam tubuh.²⁹

5) Obat-obatan

Obat-obatan jenis steroid yang sering digunakan dalam jangka waktu yang lama untuk terapi asma, osteoarthritis, dan alergi dapat menyebabkan nafsu makan yang meningkat sehingga meningkatkan risiko obesitas.²⁹

d. Pengaruh IMT Terhadap Usia Menopause

Wanita dengan obesitas akan mengalami usia menopause yang lambat, dan sebaliknya pada wanita status IMT underweighth lebih cenderung mengalami usia menopause yang cepat. Pada wanita dengan satatus gizi kurang mempercepat terjadinya menopause sebelum waktu normal (premature). Menopause prematur adalah menopause yang terjadi pada umur 35-45 tahun sudah berhenti haid, ditandai rasa sakit di kepala, haid tidak teratur, dan kemudian berhenti sama sekali. Kejadian menopause prematur disebabkan karena makanan yang dikonsumsi kurang atau tidak mengandung zat gizi yang dapat membentuk hormon estrogen yang sangat penting dalam kehidupan wanita terutama untuk menjaga kesehatan reproduksi. Ibu yang mengalami kekurangan hormon estrogen akan lebih cepat mengalami menopause sebelum waktunya atau sering disebut dengan menopause dini.³⁰

Adanya korelasi antara IMT dengan usia menopause dapat terjadi karena pada wanita dengan berat badan berlebih, kadar jaringan adiposa cenderung lebih besar dibandingkan dengan wanita yang tidak obesitas. Jaringan adiposa yang merupakan organ endokrin dan parakrin khusus berfungsi menghasilkan berbagai adipokin. Salah satu adipokin adalah leptin yang berfungsi sebagai sinyal putatif yang menghubungkan status metabolisme dengan sumbu reproduksi.³¹

Ibu dengan status gizi baik akan mengalami menopause pada usia normal, sebaliknya ibu dengan status gizi kurus akan mengalami menopause yang cepat, sebaliknya dengan status gizi gemuk akan menopausenya akan terlambat. Status gizi dalam hal ini melalui pengukuran antropometri bertujuan untuk mengetahui ketidakseimbangan energi dan protein. Menurut teori energi dan yang dalam penyimpanannya dalam bentuk lemak merupakan bahan yang sangat dibutuhkan dalam proses hormonal. Lemak merupakan bahan baku untuk mensintesis *steroid hormone*, sehingga kekurangan kalori, protein yang penyimpanannya dalam bentuk lemak sangat mempengaruhi waktu atau lamanya proses reproduksi berlangsung.³²

5. Risiko Keterlambatan Menopause

a. Kanker Payudara

Wanita yang mengalami menopause lebih lama atau terlambat berarti didalam tubuhnya masih terdapat hormon reproduksi dan kemampuan untuk ovulasi. Wanita dengan riwayat penggunaan

kontrasepsi hormonal akan memiliki hormon estrogen dan progesteron yang lebih tinggi sehingga mengakibatkan penekanan ovulasi. Tingginya hormon estrogen dan progesteron ini mempengaruhi tumbuh kembang organ reproduksi termasuk payudara.⁴

Menurut beberapa penelitian epidemiologi disebutkan bahwa terdapat peningkatan risiko kanker payudara pada wanita dengan riwayat kontrasepsi hormonal. Paparan estrogen dalam jangka waktu yang lama dapat meningkatkan risiko kanker payudara, hal ini bisa terjadi pada wanita *menarche* dini atau terlambat menopause. Estrogen berperan dalam perkembangan sel-sel payudara yang dapat memicu terjadinya kanker dengan kadar hormon yang tinggi.¹

Dosis estrogen rendah (<20 µg) tidak meningkatkan risiko kejadian kanker payudara, sedangkan dosis estrogen sedang (30-35 µg) dan tinggi (50 µg) meningkatkan risiko kejadian kanker payudara 1,6-2,7 kali lipat lebih tinggi.¹ Riwayat penggunaan kontrasepsi lebih dari lima tahun dapat meningkatkan risiko terjadinya kanker payudara 6,3 kali dibandingkan wanita dengan riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal kurang dari lima tahun atau tidak menggunakan kontrasepsi hormonal.³³

b. Kanker Serviks

Wanita yang mengalami menopause terlambat karena riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal memiliki risiko terkena kanker serviks lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak menggunakan kontrasepsi hormonal. Kontrasepsi hormonal seperti pil mengandung

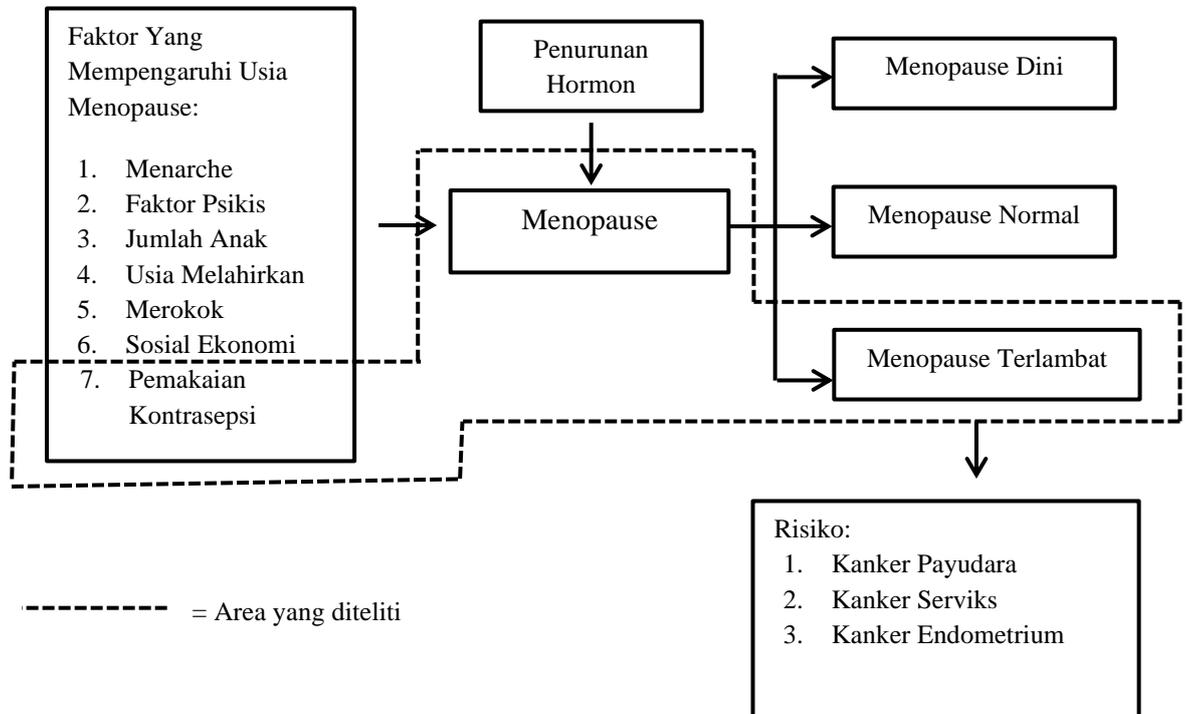
kombinasi hormon estrogen dan progestin yang bekerja menekan ovulasi dan mengentalkan lendir serviks. Risiko akan meningkat ketika penggunaan kontrasepsi lebih dari lima tahun.²

Wanita dengan riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal lebih dari lima tahun memiliki risiko dua kali dibandingkan orang normal. Hal ini terjadi karena regulasi transkrip DNA virus dapat mengenali hormon dalam kontrasepsi hormonal seperti pil, sehingga meningkatkan karsinogenesis virus.²

c. Kanker Endometrium

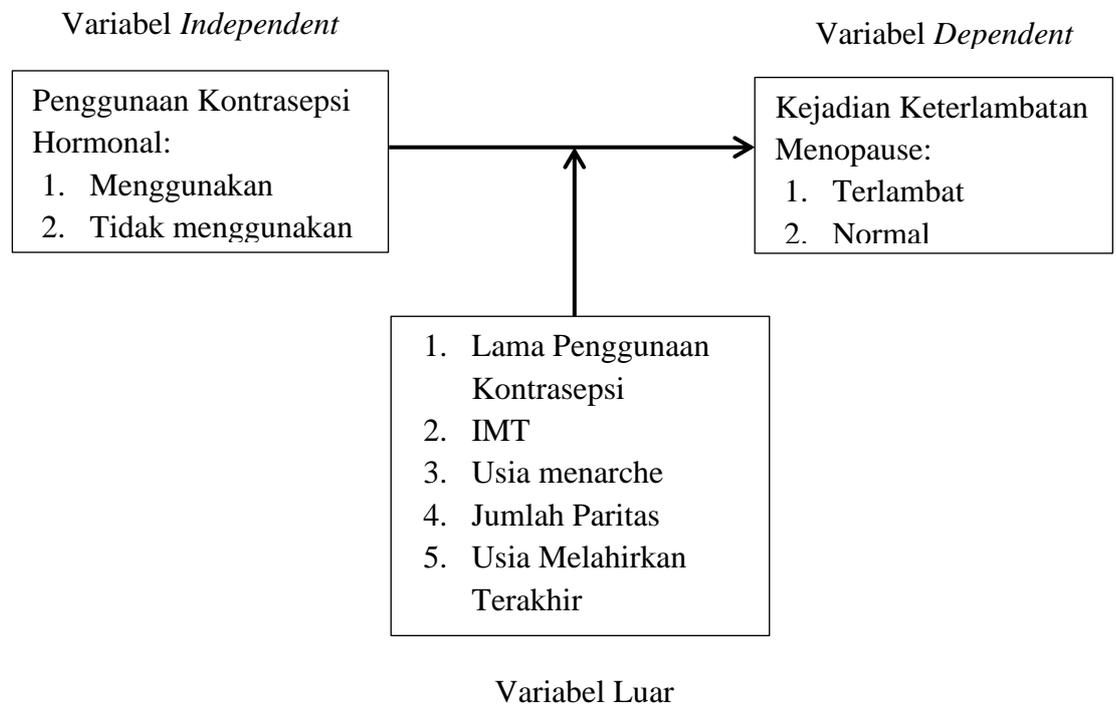
Kanker endometrium dibagi menjadi dua yaitu tipe I dan tipe II. Kanker endometrium tipe I disebabkan karena paparan estrogen dan muncul akibat hiperplasia endometrium serta memiliki reseptor progesteron yang tinggi. Kanker endometrium tipe I ini banyak ditemukan pada wanita perimenopause. Tipe II tidak tergantung pada estrogen. Biasanya terjadi pada wanita pascamenopause.³⁴ Wanita dengan terlambat menopause akan meningkatkan risiko kejadian kanker endometrium, serviks, dan payudara.²¹

B. Kerangka Teori



Gambar 2. Kerangka Teori³⁵

C. Kerangka Konsep



Gambar 3. Kerangka Konsep

D. Hipotesis Penelitian

Ha : Adanya pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap kejadian keterlambatan menopause di wilayah kerja Puskesmas Depok III.

Ho : Tidak ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap kejadian keterlambatan menopause di wilayah kerja Puskesmas Depok III.