

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Menopause merupakan masa dimana berhentinya menstruasi atau haid untuk selamanya (Andira, 2010). Pietter, 2010 mengatakan masa klimakterium terjadi pada usia mulai 45-65 tahun yang meliputi premenopause (45-55 tahun), menopause (56-60 tahun), dan postmenopause (60 tahun). Soewondo, 2007 mengatakan menopause yaitu kondisi dimana seorang wanita tidak mengalami menstruasi selama satu tahun, diawali dengan tidak teraturnya periode menstruasi dan diikuti dengan berhentinya periode menstruasi. Seorang wanita berusia sekitar 45 tahun akan mengalami penuaan indung telur, sehingga tidak mampu memenuhi hormon estrogen. Kerja hormonal pada seluruh tubuh akan mengalami kemunduran dalam mengeluarkan hormonnya. Perubahan pengeluaran pada hormon menyebabkan perubahan pada fisik dan psikis (Manuaba, 2009). Kadar estrogen yang rendah pada wanita mengakibatkan timbulnya gejala vasomotor seperti rasa panas (hot flushes), banyak keringat, jantung berdebar-debar, nyeri otot dan punggung, dan gejala psikologi seperti mudah tersinggung, merasa tertekan, sulit tidur (insomnia), dan atrofi umum jaringan seperti kulit menipis. Dampak lebih lanjut yaitu penurunan masa tulang dan osteoporosis (DKRI, 2001). Pengurangan keluhan menopause bisa secara sederhana seperti latihan jasmani (olahraga dan senam), pola istirahat yang cukup, pemenuhan gizi dan diet serta terapi hormonal untuk mengembalikan estrogen dalam tubuh (Fitriasih, 2010).

World Health Organization tahun 2007 mengatakan terdapat 25 juta wanita di seluruh dunia diperkirakan mengalami menopause setiap tahunnya dimana Asia menjadi wilayah dengan jumlah wanita bergejala awal menopause tertinggi di dunia. Pada tahun 2000 populasi perempuan

menopause cenderung meningkat yaitu 14% atau sekitar 30 juta orang. Peningkatan populasi wanita menopause akan disertai berbagai jenis permasalahan kompleks yang berdampak pada peningkatan masalah kesehatan wanita menopause tersebut (Senolinggi, 2015). Pada tahun 2013 jumlah penduduk wanita yang telah menopause sebanyak 916.466 jiwa. Pada tahun 2015 penduduk wanita menopause sebanyak 1.041.614 jiwa atau sekitar 12% (Stastitik, 2015).

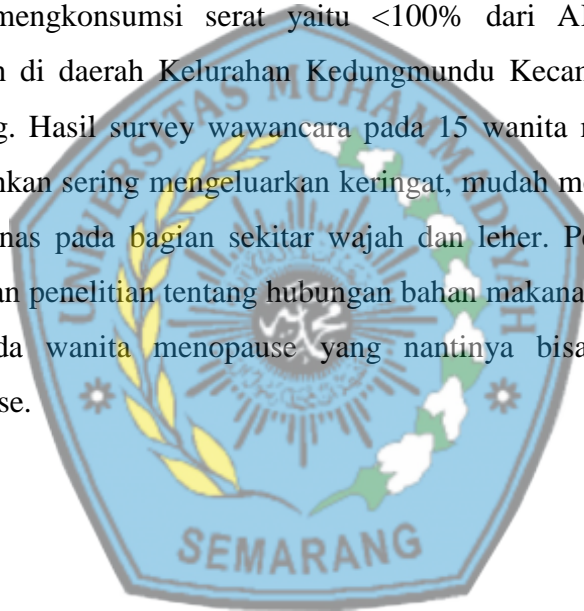
Estrogen mempunyai peran penting pada keluhan menopause, dimana semakin bertambahnya usia seseorang maka estrogen yang diproduksi semakin berkurang karena terjadi penurunan estrogen dan kenaikan hormon gonadotropin pada fase klimakterium yang akan menimbulkan gejala-gejala fisik maupun psikologis (Karim, 2003). Hormon estrogen berperan dalam regulasi tekanan darah secara langsung maupun tidak langsung. Produksi estrogen yang terhenti pada masa menopause dapat menurunkan elastisitas pembuluh darah akibat proses menopause (Armilawati, 2007).

Beberapa penelitian telah melaporkan hubungan terbalik antara asupan serat pada wanita yang lebih tua, karena penurunan aktivitas β -glucuronidase pada feses yang dihasilkan dari konsumsi serat yang tinggi dan menyebabkan penurunan reabsorpsi estrogen di usus besar, karenanya dibutuhkan untuk studi yang lebih besar (BioCycle Study Group, 2009). Riset tahun (2013) menunjukkan 93,6% masyarakat Indonesia kurang mengonsumsi serat. Mengonsumsi serat sangat menguntungkan karena dapat mengurangi pemasukan energi dan tidak mengalami status gizi obesitas (Baliwati, 2004).

Fitoestrogen termasuk kelompok kimia yang ditemukan dalam tanaman yang berfungsi sebagai hormon estrogen. Fitoestrogen berperan dalam menstabilkan fungsi hormonal yaitu dengan cara menghambat estrogen yang berlebihan dan dapat mensubstitusi estrogen ketika kadarnya dalam tubuh rendah (Taglieferrri, 2006). Fitoestrogen terbukti dapat mengurangi keluhan menopause dan lama haid bertambah 1-2 hari dibandingkan dengan

sebelumnya (Achadiat, 2003).Kelompok fitoestrogen diantaranya isoflavon, kumestan, dan lignan.Fitoestrogen yang banyak digunakan yaitu isoflavon karna mengandung estrogen yang tinggi (Kim dan Park, 2012).Penduduk Amerika Serikat 46 persen perempuan mengkonsumsi isoflavon dalam bentuk komplemen sebagai obat alternatif mengatasi gejala menopause, penggunaannya juga semakin meningkat (Piotrowska, 2006).

Khoiriyah (2017) menyatakan dalam penelitiannya wanita berusia 45-55 tahun di Kelurahan Kedungmundu Kecamatan Tembalang Semarang kurang mengkonsumsi serat yaitu <100% dari AKG. Penelitian akan dilakukan di daerah Kelurahan Kedungmundu Kecamatan Tembalang Kota Semarang. Hasil survey wawancara pada 15 wanita menopause diantaranya mengeluhkan sering mengeluarkan keringat, mudah merasa lelah, susah tidur, terasa panas pada bagian sekitar wajah dan leher. Peneliti terdorong untuk melakukan penelitian tentang hubungan bahan makanan sumber isoflavon dan serat pada wanita menopause yang nantinya bisa mengurangi keluhan menopause.



1.2. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan konsumsi bahan makanan sumber isoflavon dan serat dengan keluhan menopause pada wanita menopause di Kelurahan Kedungmundu Kecamatan Tembalang Kota Semarang?

1.3. Tujuan

1.3.1 Umum

Mengetahui hubungan konsumsi bahan makanan sumber isoflavon dan serat dengan keluhan menopause pada wanita menopause di Kelurahan Kedungmundu Kecamatan Tembalang Kota Semarang.

1.3.2 Khusus

- a. Mendiskripsikan konsumsi bahan makanan sumber isoflavon pada wanita menopause.
- b. Mendiskripsikan konsumsi bahan makanan sumber serat pada wanita menopause.
- c. Mendiskripsikan keluhan menopause pada wanita menopause.
- d. Menganalisis hubungan konsumsi bahan makanan sumber isoflavon dengan keluhan menopause pada wanita menopause.
- e. Menganalisis hubungan konsumsi bahan makanan sumber serat dengan keluhan menopause pada wanita menopause.

1.4. Manfaat

1.4.1 Bagi Peneliti

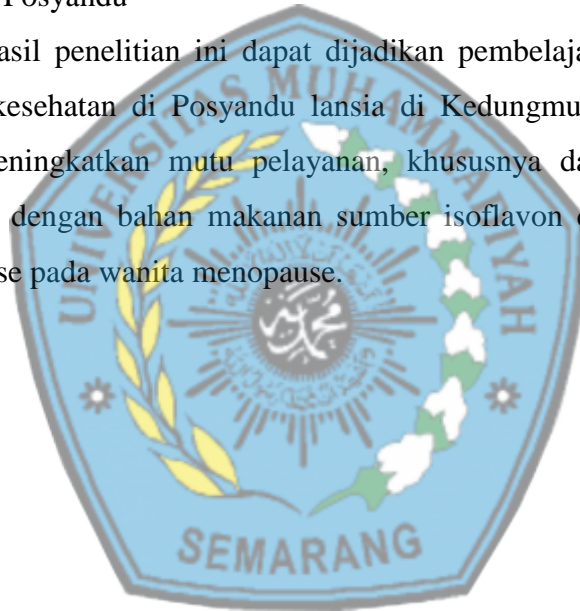
Sebagai pembelajaran dalam mengembangkan penelitian tentang hubungan konsumsi bahan makanan sumber isoflavon dan serat dengan keluhan menopause pada wanita menopause.

1.4.2 Bagi Wanita Menopause

Memperoleh pengetahuan dan meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai hubungan konsumsibahan makanan sumber isoflavon dan serat dengan keluhan menopause pada wanita menopause.

1.4.3 Bagi Posyandu

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pembelajaran dan masukan bagi petugas kesehatan di Posyandu lansia di Kedungmundu RW 04 Semarang untuk meningkatkan mutu pelayanan, khususnya dalam penyuluhan yang berkaitan dengan bahan makanan sumber isoflavon dan serat serta keluhan menopause pada wanita menopause.



1.5.Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

no	Nama	Judul Penelitian	Tahun	Metode	Hasil penelitian
1	Muljati S, Suwarti S, Harahap H, Harjatmo T, Komari K, Sandjaja S	Hubungan Konsumsi Kacang – Kacangan (Sumber Fitoestrogen) Dengan Usia Menopause	2003	Cross sectional	Wanita yang kurang mengkonsumsi fitoestrogen memiliki resiko tinggi untuk menopause dini
2	Cheng, Brigitte, Margaret, Jan, dan Brith	Isoflavone treatment for acute menopausal symptoms	2007	Desain penelitian yang digunakan <i>prospective study</i>	Hasil penelitian menunjukkan penurunan <i>hot flashes</i> (57%) dan penurunan berkeringat (43%) setelah mengkonsumsi <i>isoflavone</i>
3	Ellen B, Katherine Leung, Sybil L, Mei-Hua Huang, L. Elaine Waetjen, and Gail A. Greendale,	<i>Phytoestrogen and Fiber Intakes in Relation to Incident Vasomotor Symptoms: Results From the Study of Women's Health Across the Nation</i>	2013	menggunakan metode observasional dengan study kohort	Tidak ada hubungan monotonik yang konsisten diamati untuk setiap diet phytoestrogens atau serat untuk VMS insiden, meskipun rasio odds yang disesuaikan untuk beberapa kuartil individual secara statistik signifikan.
4	Ratnaningrum, Denny putri Septia Yunita	Hubungan Asupan Serat Dan Status Gizi Dengan Tekanan Darah Pada Wanita Menopause	2015	Menggunakan metode observasional dengan desain cross sectional	Tidak ada hubungan asupan serat dan status gizi dengan tekanan darah sistolik dan diastolik pada wanita menopause
5	Cicilia Novi Primiani	<i>The Phytoestrogenic Potential of Yam Bean (Pachyrhizus erosus) on Ovarian and Uterine Tissue Structure of Premenopausal Mice</i>	2015	Penelitian eksperimental dengan rancangan acak lengkap	Bengkuang dapat digunakan sebagai sumber hormon estrogen alami yang dapat meningkatkan proliferasi dan pematangan folikel ovarium dan proliferasi kelenjar endometrium uterus pada masa pramenopause.
6	Suci, Eka Putri	Potensi Fitoestrogen (Bengkuang) Pada Ovarium Dan Jaringan Struktur Uterus Dari Tikus premenopause			
		Hubungan Konsumsi Serat, Vitamin C dan Vitamin E Dengan Penyakit Jantung Koroner Pada Wanita Menopause	2016	penelitian kualitatif dengan desain case control	Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi serat dan vitamin E dengan penyakit jantung koroner pada wanita menopause

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya pada tabel 1.1 adalah:

a. Sasaran

Sasaran penelitian pertama, kedua, ketiga dan keempat adalah wanita menopause. Sasaran penelitian kelima adalah tikus. Sasaran Penelitian keenam adalah wanita menopause PJK dan wanita menopause tanpa PJK. Sasaran pada penelitian sekarang adalah wanita menopause.

b. Variabel yang diteliti

Variabel penelitian pertama adalah kacang kacangan dengan usia menopause. Variabel penelitian kedua adalah isoflavin dengan keluhan menopause. Variabel penelitian ketiga adalah fitoestrogen dan serat dengan kejadian gejala vasomotor wanita menopause. Variabel penelitian keempat adalah asupan serat dan status gizi dengan tekanan darah pada wanita menopause. Variabel penelitian kelima adalah bengkang dengan ovarium dan jaringan struktur uterus. Variabel pada penelitian keenam adalah konsumsi serat, vitamin c dan vitamin e dengan penyakit jantung koroner pada wanita menopause. Variabel pada penelitian sekarang adalah asupan bahan makanan sumber isoflavin dan serat dengan keluhan menopause.

c. Tempat

Penelitian pertama bertempat di Sumatra Barat dan Jogjakarta. Penelitian kedua bertempat di Amerika utara. Penelitian ketiga bertempat di Amerika. Penelitian keempat bertempat di Desa Kuwiran Kabupaten Boyolali. Penelitian kelima bertempat di Madiun. Penelitian keenam bertempat di RSUP Dr. Mdjamil Padang. Pada penelitian sekarang bertempat di Kelurahan Kedungmudu Kecamatan Tembalang RW 04 Semarang.