

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada wanita normal, ovarium merupakan organ reproduksi wanita dengan dua fungsi, yaitu memproduksi dan melepaskan oosit, serta memproduksi dan mengeluarkan hormon-hormon seperti progesterone dan estrogen yang berfungsi memberi kontribusi pada siklus menstruasi termasuk pada saat kehamilan serta pertumbuhan dan perkembangan payudara (Yanti dan Sulistianingsih, 2016).

Namun tidak semua wanita memiliki ovarium yang berfungsi normal sebagaimana semestinya, banyak faktor yang dapat membuat ovarium seorang wanita terganggu fisiologisnya. Penyakit yang dapat mengganggu fungsi dari ovarium dan menimbulkan gejala klinis adalah Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK). Polikistik ovarium adalah keadaan dimana ovarium 2-5 kali lebih besar dari ukuran normal, permukaannya tampak putih, dan korteks menebal dengan multiple kista (Santoso, 2014). Pada wanita usia reproduktif, Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK) merupakan salah satu masalah ginekologi tersering. Menurut *European Society of Human Reproduction and Embryology / American Society of Reproductive Medicine*, prevalensi SOPK ditemukan 15-20% (HIFORI dan POGI, 2016). Diagnosis sindrom ini didasarkan pada dua dari tiga kriteria Rotterdam tahun 2004, yaitu anovulasi atau anovulasi kronis,

hiperandrogenemia, dan tanda klinis dan / atau biokimia karakteristik ovarium polikistik (Nandi *et al.*, 2014).

Gejala-gejala umum yang timbul pada SOPK seperti amenore atau oligomenore lazim terjadi dan mungkin berhubungan dengan keadaan hirsutisme (tumbuh rambut yang berlebihan pada titik-titik tertentu), infertilitas, obesitas, dan jerawat (Santoso, 2014). Untuk penyebab SOPK masih belum diketahui secara jelas, tetapi diduga merupakan akibat dari meningkatnya resistensi insulin dan rangsangan gonadotrophin ovarium yang tidak tepat serta peningkatan hormon androgen dengan berbagai mekanisme.

Di antara semua wanita usia produktif di seluruh dunia, 4-18% wanita pernah mengalami SOPK. PCOS membuat 5-10% wanita usia produktif menjadi steril. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Wiweko dan Mulya pada tahun 2008, 61% responden SOPK mengalami infertilitas. Dalam penelitian Wahyuni tahun 2015, 67 (72,04%) dari 93 pasien SOPK mengalami infertilitas.

Menurut Ivo Broses Duke dalam American Journal of Obstetrics and Gynecology terbitan Saftarina dan Putri (2016), disebutkan sekitar 4-18% wanita usia produktif di seluruh dunia menderita penyakit polikistik ovarium. Prevalensi SOPK beragam tergantung kriteria apa yang digunakan untuk menegakkan diagnosisnya (Hart *et al.*, 2004). Di Amerika Serikat Sindrom Ovarium Polikistik merupakan salah satu kelainan endokrin umum yang terjadi pada wanita usia produktif dengan prevalensi 4-12% (Sirmans

et al., 2014). Dan untuk di Indonesia itu sendiri belum ada angka kejadian pasti SOPK di Indonesia, tetapi SOPK biasanya terjadi pada perempuan usia reproduktif yang berkisar antara 15-40 tahun dengan angka kejadiannya 5-10% (Baziad, 2012).

Pada zaman yang terus berkembang akan berdampak secara langsung terhadap gaya hidup manusia. Saat ini kebanyakan orang lebih memilih mengonsumsi makanan atau minuman siap saji ditambah dengan mengonsumsi makanan pokok tinggi karbohidrat lebih dari kebutuhan tubuh. Didukung dengan tidak seimbangnya antara kuantitas makanan yang di konsumsi dengan aktivitas fisik yang dijalani dan cenderung malas untuk bergerak. Gaya hidup yang kurang baik seperti inilah yang menyebabkan seseorang dapat mengalami obesitas.

Ayat berikut ini menjelaskan bahwa :

﴿يَبْنَىٰٓ ءَادَمَ خُذُوْا زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ﴾
 ﴿٣١﴾

"Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan." (QS. Al-A'raaf: 31)

Allah SWT telah mengatur soal makanan dan minuman manusia agar tidak berlebihan. Makanan dan minuman manusia harus disempurnakan dan disesuaikan untuk menjaga kesehatannya. Kesehatan

dapat dijaga melalui pola makan sehingga akan membuat ibadah lebih diperkuat dan berbagai penyakit dapat dihindari.

Penelitian sebelumnya pada tahun 2014 mengungkapkan bahwa wanita yang memiliki aktivitas fisik rendah berisiko mengalami sindrom ovarium polikistik lebih tinggi namun dari penelitian tersebut belum diketahui secara pasti mengenai jenis aktivitas seperti apa dan seberapa besar berpengaruh terhadap faktor risiko sindrom ovarium polikistik. Kejadian polikistik ovarium dapat dipengaruhi oleh pola makan seperti mengonsumsi *junkfood* yang berlebihan, mengonsumsi makronutrien yang lebih banyak dari jumlah kebutuhan tubuh. Kandungan karbohidrat pada *junkfood* yang berlebihan meningkatkan risiko resistensi insulin yang dapat memicu terjadinya SOPK (Somptan, 2017). Berdasarkan pernyataan tersebut maka perlu dikaji lebih lanjut apakah ada hubungan antara pola makan berupa konsumsi karbohidrat berlebih terhadap kejadian Sindrom Ovarium Polikistik.

Penelitian lain pada tahun 2015 mengemukakan bahwa obesitas memicu terjadinya sindrom Ovarium Polikistik, namun belum memunculkan penjelasan lebih lanjut terkait hubungan antara keduanya. Oleh karena itu perlu diketahui mengenai faktor risiko SOPK pada penelitian selanjutnya tentang adanya hubungan obesitas dengan sindrom ovarium polikistik secara jelas. Selain itu peneliti juga akan melakukan analisa lebih lanjut terhadap faktor resiko berupa gaya hidup yang

berhubungan dengan kejadian SOPK, yaitu dari segi pola makan dan aktivitas fisik.

Penulis berharap agar penelitian ini dapat bermanfaat untuk perkembangan ilmu pengetahuan terutama mengenai kejadian polikistik ovarium, sehingga dapat menurunkan angka kejadian sindrom ovarium polikistik pada wanita dengan mengetahui tindakan preventif.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan antara Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Obesitas dengan Kejadian Syndrom Ovarium Polikistik (SOPK)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat di rumuskan masalah sebagai berikut *“Apakah terdapat hubungan antara Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Obesitas dengan Kejadian Syndrom Ovarium Polikistik (SOPK)?”*

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui dan menganalisa hubungan antara pola makan, aktivitas fisik, dan obesitas dengan SOPK di Klinik Utama Asri Medical Center (AMC)

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui ada tidaknya hubungan antara pola makan dengan Sindrom Ovarium Polikistik

- b. Mengetahui ada tidaknya hubungan antara aktivitas fisik dengan Sindrom Ovarium Polikistik
- c. Mengetahui ada tidaknya hubungan antara obesitas dengan Sindrom Ovarium Polikistik

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai bahan masukan dalam rangka mengembangkan ilmu dan melakukan pencegahan terhadap Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK)

2. Manfaat Teoritis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dan bahan perbandingan serta dijadikan dasar pemikiran didalam melaksanakan penelitian.

b. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil penelitian dapat memberikan penguatan tentang faktor-faktor yang dapat memicu SOPK seperti pola makan, aktivitas fisik, dan obesitas khususnya di institusi pelayanan kesehatan sebagai upaya pencegahan.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan bagi para tenaga kesehatan agar lebih menyadari pentingnya memahami tentang faktor resiko dari SOPK agar dapat melakukan penyuluhan dan

melakukan pencegahan dini sebelum terkena sindrom Ovarium Polikistik.

E. Keaslian Penelitian

No	Judul, Penulis, Tahun	Variabel	Jenis Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	<i>Hubungan Resistensi Insulin dengan Gambaran Klinis Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK)</i> , Meliza Wahyuni, 2015	Resistensi Insulin, Sindrom Ovarium Polikistik	cross sectional	Korelasi terhadap pada Sindrom Ovarium Polikistik	Lokasi, penelitian, variabel bebas
2.	<i>HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH, ACNE VULGARIS, HIIRSUTISME, DAN SIKLUS MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN SINDROM OVARIUM POLIKISTIK</i> , Zarah TC, 2017	Indeks Massa Tubuh, Acne Vulgaris, Hirsutisme, Siklus Menstruasi, Sindrom Ovarium Polikistik	Observasional analitik dengan pendekatan case control	Korelasi Indeks Massa Tubuh pada Sindrom Ovarium Polikistik	Lokasi penelitian, variabel bebas

<i>Polycystic Ovarian Syndrome: Correlation between clinical hyperandrogenism, anthropometric, metabolic and endocrine parameters</i>	Hiperandrogenism e klinis, Parameter antropometrik, metabolik, endokrin, Polycystic Ovarian Syndrome	Observasional	Korelasi terhadap variabel metabolik berupa karbohidrat pada sindrom ovarium polikistik	Lokasi penelitian, variabel bebas lainnya
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------
