

HUBUNGAN OBESITAS DAN PEMAKAIAN KONTRASEPSI HORMONAL TERHADAP KEJADIAN MENOPAUSE LAMBAT PADA WANITA USIA 55-65 TAHUN

*The Relationship Of Obesity And The Use Of Hormonal Contraceptions
To The Event Of Late Menopause In Women Aged 55-65 Years*

SELLI MARLINA PASARIBU¹, FARADITA WAHYUNI²

STIKes SENIOR MEDAN
JL. Jamin Km 8,5 No.13 Mangga Kec. MedanTuntungan
Kota Medan, Sumatera Utara e-
mail: pasribselly07@gmail.com

DOI: 10.35451/jkk.v4i1.797

Abstract

World Health Organization WHO estimates that 25 million women worldwide enter menopause, data by 2018 around 500 million menopausal women worldwide, then by 2030 an estimated 1.2 billion women experience menopausal syndrome almost worldwide. Late menopause increases the risk of breast cancer, cervical cancer, and ovarian cancer in women. This study aims to analyze Determinants Affecting Menopause Slow Events in Women Age 55-65 Years. This research is an observational analytic research with case control design that case group experiencing menopause slowly amount to 49 responden and control group not experiencing menopause slow amounted 49 respondents. Data collection by interview using questionnaire. Method of data analysis by univariate analysis, bivariate analysis with simple logistic regression test and multivariate analysis with multiple logistic regression test. The results showed that there was an effect of obesity ($p = 0,015$ and hormonal contraceptive use ($p = 0,027$), with menopausal incidence in women aged 55-65 years at Bromo Puskesmas Medan. The results of multiple logistic regression test showed that dominant variables that influence the incidence of menopause slowly in women aged 55-65 years is obesity ($OR = 2,504$). Based on the results of research is expected for health workers to be able to improve services optimally, especially in providing various knowledge about menopause slow and set healthy lifestyle such as balanced diet, and maintain ideal body weight. Recommended that women who have experienced menopause should carry out regular checks to avoid risk factors for health problems at the age of menopause and maintain a healthy lifestyle to face the age of menopause.

Keywords: *Late menopause, Hormonal Contraception, Obesity*

1. PENDAHULUAN

Menopause merupakan berhentinya haid atau mensturasi dalam 12 bulan setelah menstruasi terakhir, dan merupakan proses biologis dari siklus

mensturasi, yang dikarenakan terjadinya penurunan produksi hormon estrogen dan progesterone yang dihasilkan oleh ovarium. Menopause dibagi atas 3 yaitu

menopause dini (40-44 tahun), menopause normal (45-54 tahun) dan menopause terlambat (>54 tahun). Menopause terlambat adalah menopause yang terjadi pada usia ≥ 55 tahun atau umur 55 tahun seorang wanita yang masih memiliki siklus menstruasi. Masa menopause dari seluruh wanita di dunia berbeda, wanita Eropa dan Amerika mempunyai estrogen lebih tinggi dari pada wanita Asia. Tetapi pada saat menopause wanita Eropa dan wanita Amerika estrogennya menurun drastis dibanding wanita Asia yang kadar estrogennya moderat, hal ini karena beberapa faktor salah satunya adalah pola makan. Penurunan kadar estrogen tersebut menimbulkan gejala berbagai penyakit seperti penyakit pembuluh darah jantung (Proverawaty, 2013). Menopause terlambat meningkatkan risiko kanker payudara, kanker rahim, dan kanker ovarium pada wanita. Seorang wanita yang mengalami menopause setelah usia 55 tahun memiliki risiko 30% terkena kanker dibanding wanita menopause normal (Surakasula *et al*, 2014).

Beberapa hal yang dapat memengaruhi menopause lambat, diantaranya faktor obesitas dan pemakaian kontrasepsi (Kasdu, 2002), Obesitas adalah penumpukan lemak yang berlebihan ataupun abnormal yang dapat mengganggu kesehatan. Wanita yang mengalami obesitas berdasarkan data pada kelompok umur 35-44 tahun sebanyak 24,4 %, 45-54 tahun sebanyak 26,1 % dan umur 55-64 tahun sebanyak 23,1% (Kemenkes RI, 2013). Dilihat dari prevalensi obesitas menjelang lansia (kelompok umur 55-64 tahun, 65-74 tahun dan ≥ 75 tahun), kelompok umur 55-64 tahun yang obesitasnya paling tinggi (Infodatin Lansia, 2013). Wanita yang menggunakan kontrasepsi akan lebih lama/tua memasuki usia menopause

karena kontrasepsi menekan fungsi indung telur (Kaczmarek, 2007). Hal ini sesuai dengan penelitian Masruroh (2018), di dusun Rejoso Kabupaten Jombang bahwa dari 55 responden yang menggunakan kontrasepsi terdapat 19 orang (34,5%) yang mengalami menopause terlambat. Hal ini membuktikan bahwa wanita yang menggunakan kontrasepsi hormonal lebih cenderung mengalami keterlambatan menopause. Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Bromo, wanita yang berumur 55-65 tahun terdapat 223 orang. Dari hasil wawancara terhadap 55 wanita umur 55-65 tahun, terdapat 15 orang (27%) masih mengalami haid. Dari beberapa wanita menopause lambat, mengalami keluhan-keluhan sindrom menopause seperti *hot flushes*, jantung berdebar, dan perasaan takut terkena kanker yang dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. Dari 15 orang wanita yang mengalami menopause terlambat, (93%) mengalami berat badan lebih (obesitas), umur haid pertama kali (*menarche*) <12 tahun sebanyak 8 orang (53%), jumlah anak (paritas) >3 anak sebanyak 10 orang (67%), menggunakan kontrasepsi hormonal sebanyak 10 orang (67%). Wanita usia menopause lambat lebih banyak mengalami risiko kesehatan karena berkurangnya estrogen, maka perlu diperhatikan secara intensif untuk meningkatkan taraf hidup. Hal-hal yang perlu diperhatikan diantaranya adalah mengatur gaya hidup yang lebih sehat dengan memperhatikan gizi seimbang, menghindari stress, mengawasi tekanan darah dan olahraga teratur (Fairus dan Prasetyowati, 2011).

Berdasarkan latar belakang diatas penelitian ini bertujuan untuk menganalisa hubungan obesitas dan penggunaan kontrasepsi dengan kejadian menopause lambat pada

wanita usia 55-65 tahun. Pentingnya penelitian ini dipublikasikan supaya dapat dijadikan referensi bagi akademis dan bahan mengevaluasi masalah kesehatan masyarakat tentang determinan yang memengaruhi kejadian menopause lambat pada wanita usia 55-65 serta untuk melakukan pecegahan lebih awal terhadap kasus yang pernah terjadi sebelumnya secara khusus ditempat penelitian dan secara umum bagi masyarakat Indonesia.

2. METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah studi analitik observasional dengan desain *case control* yaitu memilih wanita usia 55-65 tahun yang masih mengalami menstruasi sebagai kasus dan wanita usia 55-65 tahun yang telah menopause sebagai kontrol. Desain penelitian ini menelaah hubungan antara efek (penyakit atau kondisi kesehatan) dengan faktor risiko tertentu dengan pendekatan *retrospektif* (penelusuran kebelakang) apakah kasus dan kontrol terpapar atau tidak. Penelitian akan dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Bromo Medan. Waktu penelitian berlangsung pada bulan Januari sampai dengan November 2019. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 223 orang dibagi atas dua bagian yaitu populasi (seluruh wanita usia 55-65 yang masih mengalami haid) dan populasi kontrol adalah wanita yang sudah tidak haid (menopause) usia 55-65 tahun yang aktif mengikuti posyandu lansia Puskesmas Bromo Medan. Besarsampel sebanyak 98 orang dimana sampel kasus sebanyak 49 orang dan sampel *control* sebanyak 49 orang dengan perbandingan 1 : 1 (*matching*). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan tehnik *non probability* yaitu merupakan teknik pengambilan sampel tidak dipilih secara acak.

Metode pengumpulan data yaitu data primer, data sekunder. Variabel dalam penelitian initer diri dari variabel terikat (kejadian menopause lambat di wilayah kerja Puskesmas Bromo) dan variabel bebas adalah obesitas pemakaian kontrasepsi hormonal. Dimana tahap analisis data yaitu analisis univariat, analisis bivariat, analisis multivariat.

3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi yang Memengaruhi Menopause Lambat pada Wanita Usia 55-65 tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Bromo Medan

Variabel Independen	Kejadian Menopause Lambat			
	Kasus		Kontrol	
	n=	(%)	n=	(%)
	49		49	
Obesitas				
Tidak (IMT ≤25)	15	30,6%	27	55,1%
Ya (IMT >25)	34	69,4%	22	44,9%
Total	49	100,0%	49	100,0%
Kontrasepsi Hormonal				
Tidak Pernah	18	36,7%	29	59,2%
Pernah	31	63,3%	20	40,8%
Total	49	100,0%	49	100,0%

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa pada kelompok kasus dengan obesitas (IMT >25) sebanyak 34 orang (69,4%), pernah menggunakan kontrasepsi hormonal yaitu sebanyak 31 orang (59,2%). Pada kelompok kontrol dengan obesitas (IMT > 25 kg) sebanyak 27 orang (55,1%), tidak pernah menggunakan kontrasepsi hormonal yaitu sebanyak 29 orang (59,2%).

Tabel 2. Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Menopause Lambat Pada

Wanita Usia 55-65 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Bromo Medan Tahun 2019 Menggunakan Uji *Simple Logistic Regression*

Variabel	Kejadian Menopause Lambat Kasus				Kontrol	Crude OR (95% CI)	p value
	n	%	N	%			
Obesitas							
Tidak (IMT ≤25)	15	30,6 %	2	55,7 %		2,782	0,015
Ya (IMT >25)	34	69,4 %	2	44,9 %		(1,215 - 6,368)	
Total	49	100,0 %	4	10,0 %			
Kontrasepsi Hormonal							
Tidak Pernah	18	36,7 %	2	59,9 %		2,497	0,027
Pernah	31	63,3 %	2	40,8 %		(1,107 - 5,634)	
Total	49	100,0 %	4	10,0 %			

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa ada pengaruh antara obesitas terhadap kejadian menopause lambat dengan nilai $p=0,015$ ($p < 0,05$), dan OR 2,782 (95% CI : 1,215-6,368), hal ini berarti bahwa wanita usia 55-65 tahun yang mengalami menopause lambat 2,782 kali kemungkinannya mengalami obesitas dibandingkan wanita usia 55-65 tahun yang tidak mengalami menopause lambat. Variabel penggunaan kontrasepsi hormonal juga menunjukkan bahwa ada pengaruh terhadap kejadian menopause lambat dimana nilai $p=0,027$ ($p < 0,05$), dengan nilai OR sebesar 2,497 (95% CI: 1,107-5,634), hal ini menunjukkan bahwa wanita yang mengalami menopause lambat 2,497 kali kemungkinan pernah menggunakan kontrasepsi hormonal dibandingkan

dengan wanita yang tidak mengalami menopause lambat.

Tabel 3. Determinan yang Memengaruhi Kejadian Menopause Lambat pada Wanita Usia 55-65 tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Bromo Medan Tahun 2019 Menggunakan Uji *Multiple Logistic Regression*

Variabel	Kejadian Menopause Lambat		Adjusted OR (95% CI)	P
	Kasus	Kontrol		
Obesitas				
Tidak (IMT ≤25,0)	15 (30,6%)	27 (55,1%)	2,504 (1,056-5,937)	0,037
Ya (IMT >25,0)	34 (69,4%)	22 (44,9%)		

Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa variabel yang dominan berpengaruh terhadap menopause adalah obesitas dimana nilai $p = 0,037$ dengan OR = 2,504 95% CI 1,056-5,937 yang artinya obesitas memiliki peluang berisiko 2,504 kali lebih besar untuk mengalami menopause lambat dibandingkan dengan yang tidak obesitas.

4. PEMBAHASAN

Menopause lambat adalah yang terjadi pada usia 55 tahun ke atas, salah satu faktor yang memungkinkan seorang wanita akan mengalami keterlambatan menopause adalah apabila memiliki kelebihan berat badan. Sebagian besar estrogen dibuat didalam endometrium, akan tetapi sejumlah kecil estrogen juga dibuat di bagian tubuh yang lain, termasuk sel-sel lemak. Apabila seorang wanita mengalami obesitas maka wanita tersebut akan memiliki kadar strogen yang lebih tinggi dalam seluruh masa hidupnya (Fox-Spencer dan Brown, 2007). Wanita yang mengalami obesitas biasanya memasuki masa menopause lebih lambat dari pada wanita yang tidak obesitas, ini terjadi karena wanita yang

obesitas lebih banyak memiliki sel-sel lemak, karena sel-sel ini ini memproduksi estrogen, semakin banyak sel-sel lemak yang dimiliki, semakin lambat wanita memasuki masa menopause (Fox-Spencer dan Brown, 2007). Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Saftarina, 2011), yang menyatakan bahwa wanita dengan obesitas lebih lambat menapausenya, kondisi ini di hubungkan dengan jumlah lemak pada seorang wanita, yaitu jika persentasi lemaknya rendah akan menurunkan kadar hormon reproduksi. Berdasarkan hal tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa ada kesesuaian antara teori dan hasil penelitian bahwa obesitas mempunyai pengaruh terhadap kejadian menopause lambat di Puskesmas Bromo Medan.

Kontrasepsi jenis hormonal bekerja dengan cara menekan fungsi indung telur sehingga tidak memproduksi sel telur. Pada wanita yang menggunakan kontrasepsi ini akan lebih lama atau tua memasuki menopause. Menurut Kasdu 2018 dalam Forikes 2018 wanita yang menggunakan kontrasepsi akan lebih lama atau tua memasuki masa menopause. Hal ini bisa terjadi karena hormon estrogen dan progesteron yang terkandung dalam kontrasepsi hormonal memiliki cara kerja menekan dan menghambat ovulasi, sehingga dapat mengganggu fungsi proses hipotalamus-hipofise-ovarium dalam mensekresi *Gonadotropin Releasing Hormon* (GnRH), *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) dan *Leutinizing Hormone* (LH). Pertumbuhan folikel dalam ovarium menjadi terhambat artinya tidak terjadi perubahan dari folikel primordial menjadi folikel de Graaf, sehingga ovulasi tidak terjadi dan tabung dari oosit tidak berkurang. Oleh karena itu, wanita yang memakai kontrasepsi cenderung mengalami menopause terlambat. Penelitian Wahyuni

menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara jenis pemakaian alat kontrasepsi dengan kecepatan menopause ($p=0,003$) dimana menopause lebih lambat terjadi pada wanita yang memakai jenis kontrasepsi hormonal. Begitu juga penelitian Celentano dkk (2003) menggambarkan bahwa penggunaan kontrasepsi oral akan mempengaruhi usia menopause. Berdasarkan hal tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa ada kesesuaian antara teori dan hasil penelitian bahwa ada pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap kejadian menopause lambat di Puskesmas Bromo Medan.

5. KESIMPULAN

Dari hasil analisis dan pembahasan hasil penelitian, dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh obesitas dan kontrasepsi hormonal terhadap kejadian menopause lambat pada wanita usia 55-65 tahun di wilayah kerja puskesmas bromo medan tahun 2019. Berdasarkan kesimpulan tersebut maka disarankan bagi wanita yang telah mengalami menopause hendaknya melakukan pemeriksaan teratur untuk menghindari adanya faktor resiko terjadinya gangguan kesehatan di usia menopause serta mempertahankan pola hidup yang sehat untuk menghadapi usia menopause. Bagi institusi kesehatan hendaknya melakukan penyuluhan serta pendidikan kesehatan pada wanita yang akan dan telah mengalami menopause serta memberikan KIE bagi akseptor KB hormonal baik dari segi kelebihan maupun kekurangannya sehingga wanita bisa menentukan pilihannya secara tepat dan manfaat bagi kesehatan reproduksinya

DAFTAR PUSTAKA

Fairus, M., Prasetyowati., 2011. Gizi dan Kesehatan Reproduksi. Jakarta:

EGC.

Fox-Spencer, R, dan Brown, P, 2007.
Osteoporosis. Erlangga.

Jakarta: EGC

Infodatin Lansia, 2013,
Situasi Lanjut Usia di Indonesia.
Pusat Data dan
Informasi Kementerian
Kesehatan RI ISSN 2442-7659

Kasdu, Dini., 2002. Kiat Sehat dan
Bahagia di Usia Menopause.

Kaczmarek, Maria. 2007. *The timing of
natural menopause in Poland
and associated factors.*
Maturitas 57 (2007) 139–153

Kemendes RI, 2013. Angka Kecukupan
gizi yang Dianjurkan bagi
Bangsa Indonesia, Permenkes
No. 75 Tahun 2013.

Masruroh. 2012. Hubungan Antara
Penggunaan Kontrasepsi
Hormonal dengan
Usia Menopause. Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Darul
Ulum Jombang.

Proverawati, A., 2013. Menopause dan
Sindrom Premenopause, Yogya
karta: Nuha Medika

Surakasula, A., Nagarjunapu, G. C.,
Raghavaiah, K. V., 2014. *A
Comparative Study of Pre- and
Post-Menopausal Breast
Cancer: Risk Factors,
Presentation, Characteristics
and Management. Journal of
Research in Pharmacy
Practice. Volume: 3.*