

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause adalah tanda dari berhentinya periode menstruasi wanita secara permanen dan sekaligus tanda dari berakhirnya kemampuan reproduksi wanita (Suparni, I.E, 2016). Seorang wanita yang telah mencapai menopause ketika wanita tersebut sudah tidak menstruasi berturut-turut selama 12 bulan yang disebabkan bukan karena penyakit, namun itu adalah sesuatu yang wajar dialami dalam siklus hidup wanita. Menopause merupakan suatu tahapan kehidupan yang pasti akan dihadapi oleh semua wanita, menopause merupakan periode peralihan dari masa subur menuju masa tua. Pada tahun 2019, rata-rata wanita menopause di seluruh dunia seperti negara Paraguay, Colombia, Italia dan negara di asia seperti Korea, Jepang, Malaysia rata-rata usia menopause lebih awal yaitu 47 tahun. Di Indonesia rata-rata usia menopause yaitu pada usia 51 tahun (Kemenkes RI,2019).

Menopause sendiri merupakan tahapan normal dalam tahapan fisiologis yaitu menuanya ovarium yang mengakibatkan menurunnya produksi hormon eterogen (Sihotang, H.M, 2018). Hormon esterogen mempunyai peran penting dalam keluhan menopause, karena semakin bertambahnya usia seorang wanita maka hormone esterogen yang diproduksi akan semakin berkurang karena terjadinya penurunan produksi hormone esterogen. Menurunnya produksi akan mengakibatkan penurunan hormone esterogen yang rendah, mengakibatkan timbulnya keluhan yaitu *hot flashes* (semburan panas), sulit tidur, atrofi vagina, pengecilan payudara, penurunan elastisitas kulit (Hasnita et al., 2019). Menurut (Zulfiah Nilematum & Nadi, 2018), yang paling banyak bergejala adalah 40% wanita mengalami *hot flashes*, 38% sulit tidur, 37% merasa lelah saat bekerja atau beraktivitas, dan 35% sering merasakan lupa, 33% merasa mudah tersinggung, 31%-29,3% mengalami depresi, 26% merasa nyeri sendi, dan 21% merasakan sakit kepala yang berlebihan dari seluruh jumlah wanita menopause.

Dampak dari keluhan menopause tersebut dapat menyebabkan terjadinya osteoporosis, penyakit kardiovaskuler dan demencia alzaimer (Handayani et al, 2020). Hormon esterogen sangat penting bagi wanita menopause, tercukupinya hormone esterogen dapat mencegah penyakit berbahaya. Dalam upaya untuk mencegah dampak dari keluhan menopause dapat menggunakan terapi hormon atau sulih hormon adalah salah satu perawatan yang paling efektif untuk mengurangi gejala menopause. Walaupun efektif namun dalam penggunaan jangka panjang dapat menyebabkan peningkatan resiko kanker payudara dan efek negatif lainnya. Salah satu alternatif lain yang dapat mengurangi gejala menopause adalah fitoesterogen, beberapa hasil penelitian menunjukkan efektivitas dari pemberian fitoesterogen dalam penurunan keluhan menopause (Sugiritama & Adiputra, 2019). Fitoesterogen merupakan senyawa alami yang ada dalam beberapa tumbuh-tumbuhan yang secara fungsi dan struktur serta memiliki aktivitas yang mirip dengan estradiol, yaitu bentuk alami esterogen. Penggunaan fitoesterogen memiliki rfrk yang lebih aman dibandingkan dengan terapi hormon pengganti (Sugiritama & Adiputra, 2019).

Penelitian dari Hesti dan Ety tentang Pengaruh Fitoesterogen terhadap Gejala Menopause menunjukkan bahwa fitoesterogen dapat meningkatkan ketebalan endometrium, meningkatkan elastisitas dan menurunkan PH vagina, meningkatkan kepadatan tulang, menghambat aterosklerosis, mengatransi *hot flashes*, serta meningkatkan fungsi kognitif sehingga fitoesterogen dapat mengurangi gejala menopause. Penelitian dari Sulung dan Novradayanti tentang Pengaruh Pemberian Olahan Tempe Kukus Terhadap Gejala Hot Flashes Pada Ibu Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjaang Kota Bukittinggi Tahun 2019, menunjukkan bahwa mengonsumsi tempe dapat mengurangi keluhan hot flushes karena tempe adalah olahan kacang-kacangan yang alami mengandung fitoesterogen yang dapat mengurangi keluhan menopause seperti *hot flashes*.

Penelitian yang dilakukan berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Keluhan Menopause Pada Wanita Usia 50-60 tahun”.

Berdasarkan uraian tersebut, dalam penanganan gejala yang terjadi pada wanita menopause dapat dilakukan dengan pemberian susu kedelai. Oleh sebab itu, pada penulisan kali ini penulis tertarik mengambil judul penelitian : Pengaruh Pemberian Susu Kedelai dalam mengurangi keluhan menopause pada wanita usia 50-60 tahun. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Banjarsari Metro Utara berdasarkan survey pendahuluan bahwa ibu menopause di wilayah Bnajarsari belum mengetahui intervensi yang harus dilakukan saat muncul keluhan menopause tersebut.

B. Rumusan Masalah

Bahwa dari prasurvey yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa keluhan menopause masih cukup terbilang tinggi dan wanita menopause masih belum mengetahui intervensi yang dilakukan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan : Apakah konsumsi susu kedelai berpengaruh terhadap keluhan menopause wanita usia 50-60 tahun ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian susu kedelai terhadap keluhan menopause pada wanita usia 50-60 tahun.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran dan rata-rata keluhan somatic, psikologi dan urogenital pada menopause sebelum dan sesudah diberikan susu kedelai pada wanita menopause usia 50-60 tahun di Puskesmas Banjarsari Metro Utara.

- b. Mengetahui pengaruh pemberian susu kedelai terhadap keluhan menopause pada wanita usia 50-60 tahun di Puskesmas Banjarsari Metro Utara.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritik

Secara teori manfaat penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh susu kedelai terhadap keluhan menopause pada wanita usia 50-60 tahun, serta dapat menjadi pembandingan dalam penelitian lain dengan variable yang lebih luas dan lebih mendalam tentang metode penurunan keluhan menopause pada wanita usia 50-60 tahun.

2. Manfaat Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif bagi semua wanita yang mengalami keluhan menopause dalam mengurangi keluhan menopause.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian Pra Eksperimen. Subjek penelitian adalah wanita usia 50-60 tahun yang sudah mengalami menopause di wilayah kerja Puskesmas Banjarsari Metro Utara. Objek penelitian ini adalah konsumsi susu kedelai dan penurunan keluhan menopause. Populasi penelitian yang diteliti adalah seluruh wanita menopause di wilayah Puskesmas Banjarsari. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Banjarsari. Berdasarkan penelitian dari Hesti dan Ety tentang Pengaruh Fitoestrogen terhadap Gejala Menopause menyimpulkan fitoestrogen dapat meningkatkan ketebalan endometrium, meningkatkan elastisitas dan menurunkan PH vagina, meningkatkan densitas tulang, menghambat aterosklerosis, mengatasi hot flashes, dan meningkatkan fungsi kognisi sehingga fitoestrogen dapat mengurangi gejala menopause. (Ety dan Hesty, 2016)

Berdasarkan hasil penelitian Kunthy dan Sri pada tahun 2014 menyatakan bahwa terdapat pengaruh konsumsi susu kedelai terhadap keluhan menopause, hasil analisis $p\text{ value} < 0,05$, H_0 ditolak, sehingga uji statistic menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan mengonsumsi susu kedelai secara rutin untuk mengatasi keluhan menopause.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang menjadi kebaruan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dengan menggunakan desain penelitian *pretest-posttest one group* pemberian susu kedelai sebanyak 250 ml setiap hari, karena wanita menopause membutuhkan 30 gram kedelai untuk memenuhi kekurangan hormone esterogen. Setiap 1 gram kacang kedelai mengandung 3,5 mg isovlafon. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *quasi eksperimen* dengan menggunakan alat ukur berupa lembar kuisioner *Menopause Rating Scale (MRS)*.