

'Metabolic Syndrome Criteria' Berdasarkan Panel III AHA sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Metabolik pada Wanita Menopause

Efriyan Imantika¹, Dian Istia A¹, Rodiani¹, Merry Indah Sari¹

Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

Abstrak

Menopause merupakan masa dimana terhentinya siklus menstruasi pada wanita secara permanen yang terjadi secara alami. Di Indonesia, diperkirakan terdapat 30.3 juta wanita menopause pada tahun 2020. Penelitian terkini menyatakan bahwa terhentinya aktivitas folikular ovarium menyebabkan penurunan produksi estrogen secara signifikan pada wanita menopause dan berhubungan dengan peningkatan risiko terjadinya penyakit metabolik. Estrogen memiliki reseptor hampir diseluruh organ tubuh wanita yang artinya Estrogen berperan dalam seluruh proses metabolisme sel didalam tubuh meskipun mekanismenya belum jelas. Transisi ke masa menopause selalu diikuti dengan obesitas sentral berupa peningkatan lemak intra abdominal. Sel lemak inilah yang memproduksi substansi yang dikenal sebagai adipokines yang menimbulkan respon inflamasi, resistensi insulin, peningkatan *oxidative stress*, koagulasi dan memicu terbentuknya atherosclerosis. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan pengetahuan dan edukasi mengenai risiko penyakit metabolik serta upaya penapisan (*screening*) melalui pemeriksaan kesehatan adanya risiko penyakit metabolik menggunakan kriteria yang dikeluarkan oleh Panel III AHA (*American Heart Association*) pada wanita menopause. Diharapkan risiko tersebut dapat diturunkan atau segera mendapatkan penanganan jika sudah terdiagnosis salah satu penyakit metabolik. Metode yang akan dilakukan adalah dengan memberikan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan sesuai dengan Kriteria Penyakit Metabolik Panel III AHA. Wanita menopause yang mengikuti kegiatan pengabdian di Desa Bandarkagungan Raya dan Desa Tanjung Iman Kabupaten Lampung Utara yang sebanyak 54 orang. Peserta yang berisiko tinggi menderita sindrom metabolik sebanyak 25 orang (46.3 %). Setelah mendapatkan penyuluhan mengenai perubahan sistem reproduksi dan risiko terjadinya sindrom metabolik pada wanita menopause, pemahaman masyarakat Desa Bandarkagungan Raya dan Desa Tanjung Iman Kabupaten Lampung Utara mengalami peningkatan.

Kata Kunci : Penyakit Metabolik, Metabolik Sindrom, Wanita menopause

Korespondensi : dr. Efriyan Imantika, M.Sc.Sp. OG. FK Unila .Jl Prof Soemantri Brojonegoro no 1 Bandar Lampung. rayan.rianto@gmail.com

PENDAHULUAN

Badan *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan menopause sebagai terhentinya siklus menstruasi secara permanen akibat hilangnya aktivitas folikular di ovarium. Akhir periode menstruasi ditandai dengan amenorea lebih dari 12 bulan dengan tidak adanya penyebab patologis lain.

Menopause terjadi ketika tidak ada lagi folikel primordial yang tersisa pada rerata usia 51 tahun (40-60 tahun). Ovarium wanita menopause memiliki kapasitas mengekspresikan enzim steroidogenik yang penting untuk inisiasi proses steroidogenesis. Karakteristik proses penuaan sistem reproduksi pada wanita ditandai dengan penurunan pada

jumlah dan kualitas oosit yang ada pada kutub folikel primordial pada korteks ovarium sehingga tidak terjadi perubahan pada sistem reproduksi akibat pengaruh hormon steroid.^{1,2}

Di Indonesia, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta perempuan menopause. Pada tahun 2016 saat ini di Indonesia baru mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4 % dari total populasi yang ada. Sementara perkiraan umur rata-rata usia menopause di Indonesia adalah 48 tahun. Peningkatan usia harapan hidup 3 menyebabkan jumlah perempuan yang mengalami menopause semakin banyak.³

Risiko penyakit metabolik ini meningkat pada wanita menopause akibat produksi

estrogen yang menurun. Upaya pencegahan dan penapisan terhadap penyakit metabolik penting dilakukan untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian wanita menopause. Hal ini berhubungan dengan peningkatan kualitas hidup dan pembiayaan kesehatan. Kegiatan dan program peningkatan kesehatan wanita menopause masih jarang dilakukan terutama oleh tenaga kesehatan dan fasilitas kesehatan tingkat pertama seperti Puskesmas. Hal ini dikarenakan masih kurangnya kesadaran masyarakat terutama wanita menopause untuk memeriksakan status kesehatannya. Wanita menopause akan memeriksakan diri setelah penyakit metabolik ini menimbulkan gangguan aktivitas sehari-hari. Kegiatan ini dilakukan dengan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan gratis sesuai kriteria penyakit metabolik Panel III AHA sehingga langsung dapat diketahui risiko masing-masing individu untuk menderita syndrome metabolik. Wanita menopause yang mulai mengalami gejala penyakit metabolik adalah yang telah memasuki masa menopause lebih dari 1 tahun. Desa Bandarkagungan Raya Kotabumi Lampung Utara memiliki jumlah wanita menopause yang cukup banyak dengan perbandingan 1:1 dengan wanita usia reproduktif dan sebagian besar menderita hipertensi dan Diabetes Mellitus sehingga penduduk yang sudah memasuki masa menopause di desa ini menjadi kelompok sasaran utama penyuluhan, *screening* dan pemeriksaan kesehatan.

METODE PENGABDIAN

Kegiatan penyuluhan, edukasi dan pemeriksaan kesehatan sesuai kriteria Metabolik Syndrome Panel III AHA dilakukan dengan cara: a) Promosi kesehatan berupa penyuluhan mengenai perubahan fisiologi wanita menopause; b) Penyuluhan tentang sindrom metabolik yang meningkatkan risiko terjadinya penyakit metabolik pada wanita menopause; c) Pemeriksaan kesehatan sesuai kriteria sindrom metabolik Panel III AHA.

Kegiatan ini melibatkan aparat desa dan penduduk Desa Bandarkagungan Raya Kecamatan Abung Selatan Kotabumi Lampung Utara khususnya wanita menopause. Evaluasi akan dilakukan dalam tiap kegiatan yang pada pengabdian ini. Kegiatan yang akan dilakukan antara lain penyuluhan, edukasi dan pemeriksaan kesehatan sesuai kriteria Metabolik Syndrome Panel III AHA.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 29 September 2019 pada pukul 08.30 WIB sampai pukul 12.00 WIB. Penyuluhan dilaksanakan dengan menyampaikan materi tentang penyakit kesehatan reproduksi dan perubahan fisiologi yang terjadi pada wanita menopause. Pemberian materi dilakukan dengan metode ceramah interaktif pada penduduk wanita yang sudah mengalami menopause di Desa Bandarkagungan Raya dan Desa Tanjung Iman dengan menggunakan media penyampaian materi berupa *power point*.

Pemeriksaan gangguan metabolisme pada wanita menopause dilakukan dengan pemeriksaan Tekanan Darah, nadi, kadar kolesterol dan gula darah. Acara dimulai pukul 09.00 sd pukul 12.00. Sebelum dilakukan pemeriksaan kesehatan berdasarkan panel III AHA, peserta pengabdian menjalani anamnesis (wawancara) dan pemeriksaan fisik terlebih dahulu untuk menentukan *screening* ada tidaknya gangguan metabolik yang diderita pasien. Setelah diketahui diagnosis penyakit yang diderita oleh peserta, maka dilakukan penatalaksanaan berupa pemberian obat-obatan (farmakoterapi) yang berupa obat oral antihipertensi dan pengobatan gula darah (Diabetes Mellitus). Selain itu diberikan juga penatalaksanaan berupa edukasi mengenai cara, jumlah dan frekuensi pemakaian atau minum obat, serta bagaimana menjaga pola makan/ diet yang sesuai dengan penyakit yang diderita terutama penyakit metabolik.

Efriyan Imantika, Dian Isti A, Rodiani, Merry Indah Sari | '*Metabolic Syndrome Criteria*' Berdasarkan Panel III AHA sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Metabolik pada Wanita Menopause



Gambar 1. Penyampaian Materi Pengabdian



Gambar 2. Pemeriksaan Peserta Pengabdian

Sebelum dilakukan penyuluhan tentang penyakit metabolik, penduduk masyarakat Desa Bandarkagungan Raya dan Desa Tanjung Iman kabupaten Lampung Utara diberikan pertanyaan *pretest* dengan menggunakan kuisioner mengenai kesehatan reproduksi, menopause dan Penyakit Metabolik lalu dilakukan *posttest* mengenai materi yang telah disampaikan. Hasil dari pertanyaan *pretest* sebanyak kurang lebih 60% masyarakat belum

memahami bagaimana menjaga kesehatan reproduksi wanita menopause, mengenali perubahan fisiologis yang terjadi pada masa menopause dan risiko terjadinya penyakit Metabolik yang lebih banyak berisiko terjadi pada wanita menopause. Pada pertanyaan *posttest* secara umum disimpulkan bahwa masyarakat sudah memiliki pemahaman yang lebih baik, terlihat dari jawaban pertanyaan yang benar oleh kurang lebih 90% masyarakat

Desa Bandarkagungan Raya dan Desa Tanjung Iman kabupaten Lampung Utara.

Kegiatan anamnesis, pemeriksaan fisik dan pemeriksaan kadar gula darah dan kolesterol merupakan rangkaian kegiatan untuk *screening* penyakit Metabolik pada peserta pengabdian, dilakukan di ruang pertemuan Desa Tanjung Iman kabupaten Lampung Utara. Pemeriksaan ini dilakukan pada 54 orang peserta pengabdian. Dari 54 orang peserta tersebut didapatkan sebanyak 25 orang peserta (46,3 %) berisiko tinggi menderita sindroma metabolik dan sisanya sebanyak 29 orang (53.7 %) hanya memenuhi 2 dari 5 kriteria sindroma metabolik berdasarkan panel III AHA. Angka kejadian sindroma metabolik pada peserta pengabdian ini cukup tinggi, sesuai dengan angka kejadian sindroma metabolik lebih banyak terjadi pada wanita yaitu 23 %.⁴

Tindakan lanjutan meliputi rekomendasi atau rujukan untuk dilakukan *follow up* terhadap pasien bekerja sama dengan Puskesmas terkait agar pasien mendapatkan penanganan selanjutnya. Edukasi gaya hidup sehat dan pola makan yang benar untuk mencegah timbulnya sindrom metabolik sangat ditekankan kepada peserta terutama yang berisiko tinggi. Pada peserta yang berisiko rendah atau tidak berisiko diberikan pendidikan bagaimana upaya pencegahan yang dapat dilakukan untuk menurunkan risiko menderita

sindrom metabolik tersebut. Usia menopause merupakan tahapan usia yang mengalami berbagai penurunan fungsi reproduksi dan hormonal yang berdampak terhadap kualitas hidup pasien itu sendiri. Adanya sindroma metabolik yang diderita pasien makin menurunkan kualitas hidup pada wanita menopause tersebut, sehingga sangat perlu dilakukan usaha pencegahan baik pada tingkat primer, sekunder maupun tersier.

SIMPULAN

Setelah mendapatkan penyuluhan mengenai perubahan sistem reproduksi dan risiko terjadinya sindrom metabolik pada wanita menopause, pemahaman masyarakat Desa Bandarkagungan Raya dan Desa Tanjung Iman Kabupaten Lampung Utara mengalami peningkatan. Desa Bandarkagungan Raya dan Desa Tanjung Iman Kabupaten Lampung Utara yang mengikuti pengabdian sebanyak 54 orang. Peserta yang berisiko tinggi menderita sindrom metabolik sebanyak 25 orang (46,3 %). Dilakukan tatalaksana yang sesuai baik farmakoterapi maupun edukasi dalam upaya penyembuhan dan pencegahan komplikasi serta tindak lanjut bagi pasien yang terdiagnosis.

DAFTAR PUSTAKA

1. Broekmans FJ, Soules MR, Fauser BC. Ovarian Aging: Mechanisms and Clinical. 2017;30(August 2009):465–93.
2. Laughlin GA, Barrett-connor E, Kritz-silverstein D, Mu DVON. Hormone Levels in Older Women : The Rancho Bernardo Study . 2017;85(2)
3. Dinas Kesehatan Kabupaten Pesawaran (Dinkes Pesawaran). 2017. *Profil Kesehatan Provinsi Lampung 2017*. Dinkes Lampung Utara.
4. Corbould A. Effects of androgens on insulin action in women: is androgen excess a component of female metabolic syndrome?*Diabetes Metab Res Rev* 2008; 24: 520–532.