

BAB I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Usia harapan hidup merupakan salah satu tolak ukur dari kemajuan suatu bangsa. Di Indonesia terjadi peningkatan usia harapan hidup akibat kemajuan ilmu utamanya dibidang kesehatan. Pada tahun 2010 umur harapan hidup adalah 70 tahun terjadi peningkatan jika dibandingkan di tahun 2002 umur harapan hidup adalah 68,3 tahun (Indonesia Human Development report.2010. Menurut WHO (2005) populasi orang lanjut usia di dunia mengalami laju perkembangan yang sangat dalam 20 tahun terakhir.

Bertambahnya usia lanjut akan berdampak pada masalah kesehatan. Salah satu permasalahan yang dihadapi oleh wanita di usia lanjutnya adalah mengalami menopause. Usia harapan hidup wanita lebih tinggi dibandingkan dengan pria yaitu wanita memiliki usia harapan hidup 78-80 tahun dan usia menopause stabil relative sekitar usia 50-51 tahun, sehingga wanita akan menghabiskan sepertiga dari hidupnya dalam masa menopause (Depkes, 2004). Sensus memperkirakan bahwa jumlah wanita pasca menopause didunia sekitar 467 juta jiwa pada tahun 1990, dan jumlah tersebut akan meningkat menjadi 1,2 milyar ditahun 2030 (WHO, 2003)

Menopause adalah perhentian siklus daur haid (menstruasi) seorang wanita pada usia sekitar 45-50 tahun untuk selamanya (Bazaid, 2003). Ketika seorang wanita mengalami menopause maka akan terjadi perubahan bukan hanya siklus menstruasi tetapi meliputi gejala lain yang dapat mengganggu kualitas hidup (Bazaid, 2003; Pangkahila, 2007).

Menurut Bazaid (2003) penyebab dari terjadinya menopause ini adalah karena penurunan hormone yang diproduksi oleh tubuh akibat usia yang semakin lanjut. Hormone yang berperan dalam usia menopause adalah hormone estrogen. Estrogen merupakan salah satu hormone pada wanita yang mengatur siklus menstruasi, kesuburan dan menopause. Dampak yang timbul akibat penurunan estrogen adalah menopause yang ditandai dengan gejala seperti munculnya gejala panas (hot flushes), keringat pada malam hari, berdebar-debar, cemas,

gelisah, kulit menjadi lebih tipis dan timbul kerutan, osteoporosis dan masih banyak lagi.

Penyebab dari osteoporosis pada wanita menopause adalah rendahnya hormon estrogen, rendahnya aktivitas fisik, kurangnya paparan sinar matahari, obat-obatan yang menurunkan massa tulang, usia lanjut, dan rendahnya asupan kalsium (Klinikmedis, 2008). Menurut data WHO bahwa saat ini lebih dari 200 juta wanita diseluruh dunia menderita osteoporosis. Dari pengujian menggunakan mesin dual X-ray absorptiometry (DXA) terhadap masyarakat di Indonesia, diperkirakan 28,8 persen laki-laki dan 32,3 persen wanita sudah osteoporosis. Dari laporan Perhimpunan Osteoporosis Indonesia, 41,8 persen laki-laki dan 90 persen perempuan memiliki gejala osteoporosis (Oktavia, 2008)

Pola konsumsi makanan yang mengandung fitoestrogen dapat membantu untuk mengurangi keluhan akibat penurunan hormone estrogen. Fitoestrogen merupakan senyawa yang mirip dengan estrogen tetapi memiliki aktivitas yang lebih rendah dari estrogen. Molekul fitoestrogen yang memiliki sifat ini adalah golongan molekul isoflavonid, terutama isoflavon deidzein, genistin dan glycyceistein.

Bengkuang merupakan kelompok tanaman fitoestrogen karena mengandung senyawa isoflavon dengan struktur kimia mirip hormon estrogen. Penelitian Abid (2005) dan Lukitaningsih (2009) bengkuang mengandung senyawa isoflavon, struktur kimia isoflavon menyerupai 17β -estradiol (Gruber *et al.*, 2002; Delmonte dan Rader, 2006; dan Barlow *et al.*, 2007), sehingga *Pachyrhizus erosus* sering disebut sebagai kelompok tanaman fitoestrogen (Urasopon *et al.*, 2008). Komponen terbesar isoflavon adalah senyawa daidzein dan genistein, dapat ditemukan pada famili Fabaceae termasuk *Pachyrhizus erosus* yang terdistribusi dalam tanaman serta produknya (Kang *et al.*, 2006; Cavaliere *et al.*, 2007). Isolasi dan identifikasi struktur kimia yang dilakukan oleh Lukitaningsih (2009) diketahui terdapat 4 senyawa tergolong fitoestrogen dalam umbi bengkuang yaitu daidzein, daidzein-7-O- β -glukopiranosida, 5-hydroxy-daidzein-7-O- β -glucopyranosida, dan (8,9)-furanil-pterocarpan-3-ol.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka perlu dilakukan penelitian berkaitan dengan konsumsi bengkoang untuk meningkatkan hormon esterogen sehingga dapat meningkatkan keluhan menopause dan resiko osteoporosis. Karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Konsumsi Bengkoang terhadap Penurunan Keluhan Menopause dan Resiko Osteoporosis di Posyandu Lansia Wialayah Kerja Puskesmas Gladak Pakem”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalahnya adalah sebagai berikut“Bagaimanan Pengaruh Konsumsi Bengkoang terhadap Penurunan Keluhan Menopause dan Resiko Osteoporosis di Posyandu Lansia Wialayah Kerja Puskesmas Gladak Pakem?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Konsumsi Bengkoang terhadap Penurunan Keluhan Menopause dan Resiko Osteoporosis pada Wanita Menopause di Posyandu Lansia Wialayah Kerja Puskesmas Gladak Pakem

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis perbedaan tingkat keluhan dan massa tulang wanita menopause yang mengkonsumsi bengkoang dengan yang tidak mengkonsumsi bengkoang di Posyandu Lansia Wilayah kerja Puskesmas Gladak Pakem.
- b. Menganalisis perbedaan tingkat keluhan dan massa tulang wanita menopause sebelum dan sesudah diberi perlakuan yaitu dengan mengkonsumsi bengkoang di Posyandu Lansia Wilayah kerja Puskesmas Gladak Pakem
- c. Menganalisis Pengaruh Konsumsi Bengkoang terhadap Penurunan Keluhan Menopause dan Resiko Osteoporosis di Posyandu Lansia Wialayah Kerja Puskesmas Gladak Pakem

1.4 Manfaat Penelitian

4.1.1 Bagi Dinas Kesehatan

Sebagai bahan informasi bagian gizi di Dinas Kesehatan Kabupaten Jember untuk mengambil langkah-langkah kebijakan dimasa mendatang dalam rangka meningkatkan kualitas hidup wanita Menopause

4.1.2 Bagi Puskesmas

Sebagai bahan masukan bagi Puskesmas Gladak Pakem Kabupaten Jember dalam pembinaan dan pengawasan terhadap wanita menopause

4.1.3 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat tentang pentingnya asupan nutrisi pada dalam usia menopause untuk meningkatkan kualitas hidup.

4.1.4 Bagi Peneliti

Menambah ilmu dan wawasan peneliti tentang nutrisi yang dibutuhkan bagi wanita di masa menopausenya.