

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Menopause merupakan suatu proses peralihan dari masa produktif menuju non-produktif yang terjadi secara perlahan, disebabkan oleh berkurangnya hormon estrogen dan progesteron (Fairus, dkk. 2012). Berhentinya haid pada masa menopause berlangsung secara alamiah yang biasanya terjadi antara usia 45-50 tahun (Lailiyana, dkk. 2010). Berhentinya haid terjadi dalam kurun waktu 12 bulan tanpa disertai intervensi tertentu (Wahyunita, dkk. 2010). Penurunan kadar estrogen menyebabkan periode menstruasi menjadi tidak teratur hingga berhenti dan ini dapat dijadikan petunjuk terjadinya menopause (Wahyunita, dkk. 2010). Estrogen juga diketahui berperan dalam mempertahankan mineral tulang dan melindungi wanita dari penyakit jantung dan stroke. Berkurangnya kadar estrogen pada menopause menyebabkan timbulnya resiko osteoporosis pada usia menopause (Fairus, dkk. 2012).

Produksi hormon estrogen yang terhenti berdampak pada meningkatnya kolesterol LDL (*Low Density Lipoprotein*), sementara kadar kolesterol HDL (*High Density Lipoprotein*) menurun (Fairus, dkk. 2012). HDL adalah kolesterol yang bermanfaat bagi tubuh karena berfungsi mengangkut LDL yang terdapat dalam jaringan perifer ke hepar sehingga akan membersihkan lemak-lemak yang menempel pada pembuluh darah untuk kemudian dikeluarkan melalui saluran empedu sebagai lemak empedu (Suiraoaka, IP. 2015). Kolesterol merupakan lemak

yang berwarna kekuningan menyerupai lilin, yang penting untuk tubuh. Tubuh menggunakan kolesterol untuk pembentukan hormon seks, hormon korteks adrenal, penyusun otak, vitamin D (Anies, 2015). LDL mempunyai peran utama sebagai pencetus terjadinya penyakit sumbatan pembuluh darah yang mengarah ke serangan jantung dan stroke (Indasari, 2010). Peningkatan LDL ini memberi potensi terjadinya peningkatan tekanan darah tinggi serta bila tidak ditanggapi dengan serius dapat pula mengakibatkan penyempitan pembuluh darah jantung (penyakit jantung koroner) (Wahyunita, dkk. 2010). Kadar kolesterol darah yang tinggi merupakan masalah yang serius karena merupakan salah satu faktor resiko utama terjadinya penyakit jantung koroner (Anies, 2015). Menurut Anies (2015) faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan kadar kolesterol antara lain pola makan, riwayat keluarga, usia.

Indeks massa tubuh (IMT) sering digunakan untuk menentukan apakah seseorang menderita *overweight* atau obesitas berdasarkan berat badan dan tinggi badan, yaitu menggunakan suatu indeks berdasarkan berat badan dalam kilogram dibagi tinggi badan dalam meter pangkat dua (Abdriani & Wijatmadi, 2012). Wanita menopause akan mengalami perubahan fisik, sehingga menjadi malas beraktifitas dan malas berolahraga, serta mengkonsumsi makanan dengan menu tidak seimbang, berlebihan dan tidak sesuai kebutuhan, hal ini didasari karena ketidaktahuan dan ketidakpedulian terhadap apa yang seharusnya dikonsumsi oleh lansia, yang mengakibatkan banyak wanita menopause menjadi obesitas (Wahyunita, dkk. 2010). Obesitas disebabkan oleh metabolisme wanita yang lebih rendah, terlebih pada masa pasca menopause (Abdriani & Wijatmadi,

2012). Seseorang disebut obesitas bila berat badannya melebihi 20% dari berat badan normal dan mengalami penimbunan lemak yang berlebihan (Pudiasuti, 2015). Obesitas didefinisikan sebagai suatu penyakit multifaktorial yang terjadi akibat akumulasi jaringan lemak berlebihan sehingga dapat mengganggu kesehatan. Kecenderungan obesitas dijumpai pada sebagian orang yang umumnya berkaitan erat dengan pola makan ketidakseimbangan aktifitas tubuh, status sosial, dan konsumsi makanan (Mumpuni, 2011). Obesitas berdampak pada peningkatan kadar kolesterol dan trigeliserida darah yang membuat terjadinya penyakit jantung dan sroke, selain itu obesitas juga dapat mengakibatkan hipertensi, gangguan fungsi sel hati, serta tercatat sekitar 20 macam kanker lebih mudah terjadi pada obesitas (Suiraoaka, IP. 2015). Obesitas juga berhubungan dengan peningkatan LDL kolesterol. Peningkatan VLDL dan trigeliserida, serta penurunan HDL kolestrol. Gangguan lipid darah ini cenderung terjadi pada individu dengan obesitas abdominal (Abdriani & Wijatmadi, 2012).

Di Indonesia, pada tahun 2013 prevalensi overweigh dan obesitas secara nasional adalah 13,5% dan 15,4% pada orang dewasa berusia 18 tahun keatas. Prevalensi obesitas pada dewasa >18 tahun pada tahun 2013 sebesar 14,8% dan pada tahun 2018 meningkat menjadi 21,8% (Riskesdas, 2018). Prevalensi Obesitas pada laki-laki maupun perempuan juga meningkat dari tahun ketahun (Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2017). Prevalensi hiperkolesterolemia berdasarkan tempat tinggal, di daerah perkotaan sebanyak 39,5% dan di pedesaan sebanyak 32,1% (Kementerian dan kesehatan RI, 2013). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013 proporsi penduduk Indonesia dengan kadar kolesterol total diatas normal

pada wanita 39,6%, angka ini lebih tinggi dibandingkan laki-laki yaitu 30,0% (Depkes, 2014).

Desa Landungsari merupakan salah satu daerah di kecamatan Dau, Kabupaten Malang. Terdapat 3 dusun yaitu Dusun Rambaan, Dusun Klandungan dan Dusun Bendungan dengan total penduduk 9.641 orang pada tahun 2013 (Kantor Kelurahan Desa Landungsari, 2013). Masyarakat Dusun Rambaan perempuan berusia 45-54 tahun, rata-rata tidak bekerja dan memilih menjadi ibu rumah tangga. Jumlah wanita menopause di posyandu lansia Dusun Rambaan 35 orang, wanita menopause dengan IMT *underweight* sejumlah 2 orang, dengan IMT normal sejumlah 16 orang, IMT *overweight* sejumlah 15 orang, dan obesitas sejumlah 2 orang. Hasil studi pendahuluan pada bulan November 2019 menunjukkan 10 dari 20 wanita menopause yang melakukan pemeriksaan kolesterol memiliki kadar kolesterol total diatas normal. Berdasarkan hasil wawancara pada 5 wanita menopause, didapatkan beberapa keluhan seperti sering pusing, nyeri punggung, badan pegal-pegal, linu pada persendian, serta merasa perasaan lebih sensitif. Banyaknya resiko kesehatan yang dialami wanita menopause serta tidak adanya pemantauan berkala terkait IMT pada wanita menopause, maka sudah sepatutnya perhatian besar diberikan pada masalah kesehatan wanita usia menopause, misalnya dengan memberikan layanan kesehatan wanita usia lanjut, mengatur gaya hidup yang lebih sehat dengan memperhatikan gizi seimbang, menghindari stres, mengawasi tekanan darah dan olahraga teratur (Fairus, dkk. 2012). Berdasarkan paparan diatas, maka penulis

tertarik untuk melakukan penelitian berjudul “Hubungan Indeks Masa Tubuh dengan Kadar Kolesterol Total pada Wanita Menopause”

## **1.2 Rumusan Masalah**

“Adakah hubungan indeks masa tubuh dengan kadar kolesesterol total pada wanita menopause?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan indeks masa tubuh dengan kadar kolesterol total pada wanita menopause.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengidentifikasi indeks masa tubuh pada wanita menopause.
2. Mengidentifikasi kadar kolesesterol total pada wanita menopause.
3. Menganalisa hubungan antara indeks masa tubuh dengan kadar kolesterol total pada wanita menopause.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Menambah pengetahuan dan pengalaman mengenai penelitian tentang hubungan indeks masa tubuh dengan kadar kolesesterol total pada wanita menopause.

#### **1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Sebagai dokumen pendidikan agar semua mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang khususnya Jurusan Kebidanan Malang dapat mengetahui tentang hubungan indeks masa tubuh dengan kadar kolesesterol total pada wanita menopause.

#### **1.4.3 Bagi Masyarakat**

Menambah wawasan serta pengetahuan masyarakat mengenai hubungan indeks masa tubuh dengan kadar kolesesterol total pada wanita menopause sehingga masyarakat dapat lebih waspada dan dapat melakukan pencegahan.

#### **1.4.4 Bagi Profesi Kesehatan**

Meningkatkan wawasan pengetahuan dan keterampilan tenaga kesehatan tentang hubungan indeks masa tubuh dengan kadar kolesesterol total pada wanita menopause.