

PENGARUH STATUS GIZI TERHADAP KEJADIAN PENYAKIT KOMORBID PADA WANITA USIA KLIMAKTERIUM DI DUKUH NGRINGIN, BANGSRI, KARANGPANDAN

Yeni Anggraini¹, Kurnia Agustin²

^{1,2}Program Studi D3 Kebidanan STIKes Mitra Husada Karanganyar

Email : yenibidan05@gmail.com, agustin.2208@gmail.com

ABSTRAK

Usia klimakterium akan membawa dampak pada konsekuensi kesehatan baik fisik maupun psikis. Salah satu masalah yang sering dialami adalah mulai bermunculannya penyakit-penyakit komorbid, seperti hipertensi, diabetes mellitus, dan penyakit jantung. Salah satu faktor yang ikut berperan dalam peningkatan kualitas hidup lansia adalah asupan zat gizi. Status nutrisi memiliki dampak utama timbulnya penyakit pada masa klimakterium. Kecenderungan pola diet tinggi lemak yang ikut menambah risiko penyakit komorbid. Indeks Massa Tubuh (IMT) atau Body Mass Index (BMI) merupakan alat atau cara yang sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa. Apabila kalori yang dimasukkan lebih banyak dari yang dikeluarkan, akan menyebabkan kelebihan berat badan sampai terjadi obesitas. Obesitas dan overweight dapat menyebabkan peningkatan munculnya resiko penyakit komorbid. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis pengaruh status gizi terhadap kejadian penyakit komorbid pada wanita masa klimakterium di Dukuh Ngringin, Bangsri, Karangpandan. Lokasi penelitian dilaksanakan di Dukuh Ngringin, Bangsri, Karangpandan direncanakan pada bulan Maret s/d Oktober 2021. Sampel dalam penelitian ini adalah semua ibu yang memasuki usia perimenopause Dukuh Ngringin, Bangsri, Karangpandan sebanyak 33 responden dengan teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Analisis data yang digunakan Fisher's Exact Test. Dari hasil penelitian didapatkan nilai *Asymp.Sig (1-sided)* pada Fisher's Exact Test adalah sebesar 0,015. Karena nilai *asympt.sig (1-sided)* $0,015 < 0,005$, maka berdasarkan dasar pengambilan keputusan di atas, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan taraf signifikansi 95% bahwa terdapat pengaruh status gizi terhadap kejadian penyakit komorbid pada wanita usia klimakterium di Dukuh Ngringin, Bangsri, Karangpandan.

Kata Kunci : Status gizi, penyakit komorbid, klimakterium

PENDAHULUAN

Klimakterium didefinisikan sebagai suatu fase di mana terjadi peralihan antara fase reproduktif ke fase non reproduktif. Fase ini akan membawa dampak pada konsekuensi kesehatan baik fisik maupun psikis. Salah satu masalah yang sering dialami adalah mulai bermunculannya penyakit-penyakit komorbid, seperti hipertensi, diabetes mellitus, dan penyakit jantung. (Se Hee Min, 2022). Salah satu faktor yang ikut berperan dalam peningkatan kualitas hidup lansia adalah asupan zat gizi. (Alrina, 2020)

Nutrisi merupakan penentu yang sangat penting terhadap kesehatan, fungsi fisik dan kognitif, vitalitas, kualitas hidup dan panjang usia. Status nutrisi memiliki dampak utama timbulnya penyakit pada masa klimakterium. Kecenderungan pola diet tinggi lemak yang ikut menambah risiko penyakit komorbid (Munawirah, 2017). Menurut Ashari (2022), pemberian gizi seimbang pada wanita usia klimakterium akan mencegah terjadinya penyakit bawaan (komorbid). Pada saat memasuki usia klimakterium, kondisi fisik dan kesehatan menjadi menurun, sehingga pola makan dan menu makan harus betul-betul diperhatikan, sehingga risiko komorbid dapat ditekan.

Hubungan pemasukan energi dan pengeluaran energi mempengaruhi massa lemak tubuh. Apabila kalori yang dimasukkan lebih banyak dari yang dikeluarkan, akan menyebabkan kelebihan berat badan sampai terjadi obesitas. Obesitas dan overweight dapat menyebabkan peningkatan munculnya risiko penyakit komorbid (Lacey, 2017). Indeks Massa Tubuh (IMT) atau Body Mass Index (BMI) merupakan alat atau cara yang sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Komponen dari

Indeks Massa Tubuh terdiri dari tinggi badan dan berat badan. Hasil dari penghitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dapat diklasifikasikan berdasarkan klasifikasi menurut klasifikasi Kriteria Asia Pasifik menjadi underweight, normal dan overweight. (Supariasa, 2013)

Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Li J (2020), didapatkan hasil adanya hubungan antara IMT dengan risiko *Peripheral Artery Disease* (PAP). Heffron (2020) juga menyatakan bahwa Pada wanita terutama wanita yang memasuki usia klimakterium, peningkatan IMT merupakan faktor risiko independen terjadinya PAP. Pemeliharaan berat badan yang normal dapat menurunkan kejadian PAP dan komorbid penyakit pada usia tua. (Susilo, 2021)

Yeboah (2016), dalam research nya yang berjudul *Body Composition and Ankle Brachial Index in Ghanaians in a tertiary hospital* menyatakan bahwa IMT ≥ 30 kg/m² dikaitkan dengan peningkatan 2x lipat kemungkinan munculnya risiko terjadinya penyakit komorbid. Overweight dan obesitas secara signifikan berhubungan dengan beberapa faktor risiko hipertensi dan kardiovaskular (Maksimovic, 2019)

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Pengaruh Status Gizi terhadap Kejadian Penyakit Komorbid pada wanita masa klimakterium di Dukuh Ngringin, Bangsri, Karangpandan.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Metode observasi analitik merupakan survey yang diarahkan untuk menjelaskan suatu keadaan. Pendekatan cross sectional merupakan rancangan penelitian yang pengukuran dan pengamatannya dilakukan secara simultan pada satu saat (sekali waktu). Rancangan penelitian ini juga biasa disebut rancangan potong silang atau lintas bagian (Notoatmojo, 2010).

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh status gizi terhadap kejadian penyakit komorbid pada wanita masa klimakterium di Dukuh

Ngringin, Bangsri, Karangpandan.

Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh wanita yang memasuki masa klimakterium di dusun Bangsri, Karangpandan, Karanganyar pada bulan Maret s/d Oktober 2021. Pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, jumlah sampel pada penelitian adalah 33 responden.

Untuk variabel bebas (status gizi) alat yang digunakan adalah timbangan digital (untuk mengukur berat badan) dan microtoise (untuk mengukur tinggi badan). Sedangkan data variabel terikat (penyakit komorbid) diambil dengan menggunakan memandu responden untuk mengisi kuesioner yang berisi pertanyaan tentang beberapa penyakit komorbid yang dialami responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. IMT pada Usia Klimakterium

		Frequency	Percent
Valid	<18,5	9	27,3
	18,5-25	24	72,7
	Total	33	100,0

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan status gizi dari responden berdasarkan IMT yang diteliti sebagian besar IMT 18,5 – 25 sebanyak 24 orang (72,7%) dan sebagian kecil yaitu IMT < 18,5 sebanyak 9 orang (27,3%).

Hasil penelitian dari Taufik (2011) menggunakan survey deskriptif menyatakan status gizi lansia berdasarkan pengukuran Antropometri status gizinya berada pada batas seimbang antara baik dan kurang, dilihat dari berat badan, tinggi badan, dan lingkaran atas. Populasi penelitian ini adalah semua lansia yang berada Di PSTW Gau Mabaji Kab Gowa berjumlah 100 orang. Teknik pengambilan sampel dengan Purposive sampling dengan jumlah sampel 38 orang sesuai kriteria inklusi,

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Timbangan Injak, Mikrotoise, dan Pita Lila yang dilakukan pengukuran langsung. Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa Berat badan lansia Baik sebanyak 19 orang (50%), dan Kurang sebanyak 19 orang (50%), Tinggi badan Normal sebanyak 19 orang (50%), dan pendek sebanyak 19 orang (50%). Lingkaran atas normal sebanyak 20 orang (52,6%), dan Tidak normal sebanyak 18 orang (47,3%). Indeks massa tubuh normal 19 orang (50%), dan kurang sebanyak 19 orang (50%).

Penelitian yang dilakukan oleh Gultom (2020) pada 71 sampel yang terdiri dari 42 orang perempuan dan 29 orang laki-laki dengan rerata usia $68,68 \pm 6,35$ tahun. Terdapat 32 responden (45,1%) mengalami malnutrisi dan beresiko malnutrisi.

Tabel 2. Penyakit Komorbid pada Usia Klimakterium

		Frequency	Percent
Valid	Tidak ada Komorbid	22	66,7
	Komorbid	11	33,3
	Total	33	100,0

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan laporan WHO dapat dilihat bahwa 8 dari 10 kematian terjadi pada individu dengan penyakit virus corona dengan setidaknya satu komorbiditas, khususnya mereka dengan penyakit kardiovaskular, hipertensi, diabetes mellitus, TBC, Asma dan diabetes, tetapi juga dengan berbagai kondisi kronis lainnya. Pada kondisi pandemi seperti ini, berbagai masalah psikis yang muncul pada lansia salah satunya adalah kecemasan yang akan berdampak pada penurunan aktivitas fisik dan status fungsional, dan bahkan beresiko kematian. Persepsi tentang kesehatan yang buruk, penurunan kepuasan dan kualitas hidup. (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, 2020).

Tabel 3. IMT * Komorbid Crosstabulation

Count		Komorbid		Total
		Tidak Ada Komorbid	Komorbid	
IMT	<18,5	9	0	9
	18,5-25	13	11	24
Total		22	11	33

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 3. Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	6,188 ^a	1	,013		
Continuity Correction ^b	4,297	1	,038		
Likelihood Ratio	8,906	1	,003		
Fisher's Exact Test				,015	,013
Linear-by-Linear Association	6,000	1	,014		
N of Valid Cases	33				

a. 1 cells (25,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3,00.

b. Computed only for a 2x2 table

Sumber: Data Primer, 2021

Pada output chi-square test diberitahukan bahwa terdapat 1 cell yang mempunyai nilai harapan yang kurang dari 5, sehingga peneliti menggunakan eksak fiser dalam pengujian ini. Karena tujuannya adalah untuk melihat apakah terdapat pengaruh, maka kita lihat exact sig. 2-sided yang nilai probabilitasnya = 0,015 Nilai pvalue = 0,015 < 0,05 sehingga H0 ditolak dan Ha diterima. Sehingga dapat disimpulkan dengan taraf signifikansi 95% bahwa terdapat pengaruh status gizi terhadap kejadian penyakit komorbid pada wanita usia klimakterium di Dukuh Ngringin, Bangsri, Karangpandan.

Pada saat memasuki masa klimakterium, maka akan terjadi beberapa perubahan kondisi tubuh, seperti berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam

maupun luar tubuh. Pada masa ini, sedikit demi sedikit seseorang akan mengalami kemunduran fisiologis, psikologis, dan sosial, dimana perubahan ini akan berpengaruh terhadap seluruh aspek kehidupan termasuk pada aspek kesehatan. Perubahan yang terjadi akibat proses penuaan dapat diamati pada perubahan anatomi dan fisiologis tubuh manusia. Penurunan fungsi tubuh dan status gizi dapat menimbulkan permasalahan kesehatan, yang dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit komorbid (Abbasian et al, 2016).

Wanita perimenopause harus tetap menjaga dan mempertahankan asupan makanan dengan gizi seimbang yang dapat membantu dalam menghambat berbagai dampak negatif menopause terhadap kinerja otak, mencegah kulit kering serta berbagai penyakit lainnya. Disamping itu pemenuhan gizi secara seimbang diharapkan dapat mencegah terjadinya kelebihan atau kekurangan berat badan, penyakit diabetes melitus dan anemia (Kasdu 2002).

Menopause merupakan masa dimana seorang wanita sudah tidak mengalami lagi menstruasi, yang disebabkan oleh penurunan kadar hormone estrogen. Menopause terjadi secara bertahap dan ditandai oleh beberapa gejala klinis. Menopause menyebabkan seorang wanita lebih rentan untuk menderita penyakit degeneratif (Wiryawan, 2018).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka diperoleh simpulan bahwa terdapat pengaruh status gizi terhadap kejadian penyakit komorbid pada wanita usia klimakterium di Dukuh Ngringin, Bangsri, Karangpandan.

DAFTAR PUSTAKA

Abbasin, M. Ghalichi, F., Ahmadi, B., Ghasemzadeh, P., Esmaeilpour, E., Hossein, M. 2016. Status of Daily Living Activities among Older People in Maku.

- Elderly Health Journal. 2016. 2(2) : 73-77. [online] available at : <https://ehj.ssu.ac.ir>.
- Alrina, L.D. 2020. Gizi Seimbang pada Lansia. [online] available at : <http://mardiwaluyo.blitarkota.go.id/id/berita-opd/gizi-seimbang-pada-lansia-dimasa-pandemi-covid-19>.
- Ashari, N. 2022. Pemberian Gizi Seimbang pada Lansia Akan Mencegah Risiko Komorbid. [online] available at : <https://makassar-antaranews.com/berita/357249/pakar-pemberian-gizi-seimbang-pada-lansia-akan-mencegah-risiko-komorbid>.
- Gultom, Ika Mariana. 2020. Hubungan Status Nutrisi dengan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia. FK Universitas Sumatera Utara Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan. 2020. Tesis
- Heffron SP, Dwivedi A, Rockman CB, et al. Body mass index and peripheral artery disease. *Atherosclerosis*. 2020;292:31-6.
- Kasdu, P., 2002, Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause, Puspaswara, Jakarta.
- Lacey B, Yeap BB, Golledge J, Lewington S, McCaul KA, Norman PE, et al. Body mass index and vascular disease in men aged 65 years and over: HIMS (Health In Men Study). *American Heart Association*. 2017;6:1-9.
- Li J, Zhan A, Yu A, et al. U shape association between BMI and the risk of PAD in Chinese hypertensive population. *Research Square*. 2020:1-12.
- Maksimovic M, Vlajinac H, Radak D, Marinkovic J, Maksimovic J, Jorga J. Association of overweight and obesity with cardiovascular risk factors in patients with atherosclerotic disease. *J Med Biochem*. 2019;38:1-8.
- Munawirah, Masruh, Dinda Martin. 2017. Hubungan Beberapa Faktor Resiko dengan Malnutrisi pada Usia Lanjut di Nagari Sijunjung Kecamatan Sijunjung. 6 (2) : 325 – 330. *Jurnal Kesehatan Andalas*. [online] available at : <http://jurnal.fk.unand.ac.id>.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- She Hee Min; Qing Yang; Se W Min; Sharron L Docherty; Eun-Ok Im; Sharron Rushton. 2022. Are there differences in symptoms experienced by midlife climacteric women with and without metabolic syndrome? A scoping review. *Womens Health (Lond)*. 2022; 18: 17455057221083817. doi: 10.1177/17455057221083817. [online] available at : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8918770/>.
- Supariasa, I. D. N. dkk. 2013. *Penilaian Status Gizi (Edisi Revisi)*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Susilo, A; Dwi L Adiputro; Dona Marisa. 2021. Literature Review: Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Ankle Brachial Index (ABI) pada Lansia Hipertensi. 4 (3) : 613 – 624. [online] available at : <https://ppjp.ulm.ac.id>.
- Taufik, Nur Amita. 2011. *Gambaran Status Gizi Lansia di Panti Sosial Trisna Wedha Gau Mabaji Kab Gowa Tahun 2011*. Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Alauddin. Skripsi.
- Wiryawan, I G N Sri. 2018. *Fisiologi dan Gejala Menopause*. Bagian Histologi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Makalah.
- Yeboah K, Pupilampu P, Yorke E. Body composition and ankle brachial index in Ghanaians with asymptomatic peripheral arterial disease in a tertiary hospital. *BMC Obesity*. 2016;3(27):1-7

