

Faktor Resiko Terjadinya Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK)

Vanda Risdiyansih^{1*}, Erna Yovi Kurniawati^{2*}, Desi Darmawati^{*}

1, 2, 3 Politeknik Kesehatan Ummi Khasanah, Bantul, Yogyakarta, Indonesia

*vanda.risdiyansih212@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received June 01, 2023

Accepted June 23, 2023

Published June 30, 2023

Kata Kunci:

Sindrom Ovarium Polikistik
Faktor Risiko
Remaja

Key words:

Breast Milk Production
Endorphin Massage
Husband Support

DOI:

<https://10.48092/jik.v9i2.209>

ABSTRAK

Latar Belakang: Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK) adalah kelainan endokrin yang dapat mempengaruhi 5-10 % wanita akibat produksi androgen yang berlebihan oleh ovarium. Mengingat perlunya mendalami faktor risiko terhadap kejadian SOPK sebagai upaya pencegahan terhadap komplikasi yang akan datang serta mengedukasi diri tentang perubahan gaya hidup. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor risiko SOPK remaja SMA N 1 Pundong. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan penelitian kuantitatif dengan metode *cross sectional* dan data responden dikumpulkan menggunakan kuesioner *g-form* terhadap remaja putri di SMA N 1 Pundong dengan memenuhi kriteria inklusi. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor risiko terjadinya (SOPK) pada remaja putri di SMA N 1 Pundong yaitu 15 remaja putri obesitas (14,3 %), dua remaja putri (1,9%) dengan gangguan menstruasi amenorea, 10 remaja putri (9,5%) dengan gangguan menstruasi oligomenorea, dan 4 remaja putri (3,8%) dengan gangguan menstruasi polimenorea, 85 remaja putri (81.0%) mengalami stress ringan, 2 remaja putri (1,9%) mengalami stress sedang, remaja putri yang ada Riwayat diabetes melitus (DM) Pada keluarga sebanyak 13 remaja putri (12,4%), remaja putri yang ada Riwayat infertilitas pada keluarga ada sebanyak 4 remaja putri (3,8 %), dan remaja putri yang tidak melakukan aktifitas fisik berolahraga sebanyak 36 remaja putri (34,4%). **Kesimpulan:** Faktor risiko terjadinya SOPK pada remaja putri di SMA N 1 Pundong paling banyak dialami adalah yang mengalami stress ringan yaitu sebanyak 85 remaja putri (81.0%).

ABSTRACT

Risk Factors For Polycystic Ovary Syndrome (PCOS)

Background: Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) is an endocrine disorder that can affect 5-10% of women due to excessive androgen production by the ovaries. Given the need to explore the risk factors for PCOS events as an effort to prevent complications that will come and educate yourself about lifestyle changes. The aim of this study was to determine the risk factors for PCOS in adolescents at SMA N 1 Pundong. **Methods:** This study used a descriptive design with quantitative research using the *Cros sectional* method and respondent data were collected using a *g-form* questionnaire on young women at SMA N 1 Pundong who met the inclusion criteria. **Results:** The results showed that the risk factors for the occurrence of (SOPK) in female adolescents at SMA N 1 Pundong were 15 obese female adolescents (14.3%), two female adolescents (1.9%) with menstrual disorders amenorrhoea, 10 female adolescents (9, 5%) with menstrual disorders oligomenorrhoea, and 4 young women (3.8%) with menstrual disorders polymenorea, 85 young women (81.0%) experienced mild stress, 2 young women (1.9%) experienced moderate stress, young women who There is a history of diabetes mellitus (DM). There are 13 young women (12.4%) in the family, 4 young women (3.8%) who have a history of infertility in the family, and 4 young women who do not exercise physically. 36 young women (34.4%). **Conclusion:** The most common risk factor for PCOS in young women at SMA N 1 Pundong was experiencing mild stress, namely 85 young women (81.0%).

[This open access article is under the CC-BY-SA license.](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)





PENDAHULUAN

Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK), juga dikenal sebagai Polycystic Ovary Syndrome (PCOS), adalah kelainan endokrin yang dapat mempengaruhi 5-10% wanita akibat produksi androgen yang berlebihan oleh ovarium (Octaviana Aziza, 2019). Di Indonesia, Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK) merupakan gangguan hormonal yang paling banyak terjadi pada wanita dan salah satu penyebab utamanya ketidakteraturan menstruasi dan infertilitas (Muharam, 2020). Faktor risiko SOPK terbesar pada wanita adalah riwayat keluarga SOPK sebesar 43% dan obesitas sebesar 34%, sedangkan faktor risiko lainnya ditemukan kurang dari 30% (Mahendra, 2021). 50% dari Penderita SOPK menderita ketidakteraturan menstruasi yang lebih lama dari rata-rata jangka waktu 21 sampai 35 hari, dan 20% dari Penderita SOPK tidak memiliki atau tidak memiliki periode menstruasi yang teratur sampai usia 15 tahun (Pinayungan, 2019).

Wanita dengan SOPK membakar lebih banyak kalori daripada wanita tanpa SOPK. Selain itu, konsumsi lemak yang tinggi dan peningkatan asupan protein berkontribusi terhadap obesitas perut dan penurunan sekresi insulin dari pankreas, yang dapat menyebabkan Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK) (Kurniawati EY, 2022). Gejala SOPK ditemukan pada 60-85% pasien yang memiliki keluhan gangguan menstruasi berupa oligomenore dan amenore (Hestiantoro, 2016). Pasien dengan SOPK secara signifikan lebih memiliki gejala neurotik (mengalami kesulitan mengatasi stres), cemas, dan depresi (Yuliadha A, 2022).

Riwayat keluarga dengan diabetes merupakan faktor risiko SOPK. Jika diabetes diturunkan dalam keluarga, risikonya meningkat tujuh kali lipat (Santoso B, 2016). Seseorang dengan riwayat infertilitas 11 kali lebih mungkin mengembangkan SOPK daripada orang yang tidak memiliki riwayat infertilitas (Wahyuni M, 2015). 67 orang (72,04%) dari 93 pasien SOPK menderita infertilitas dan didapatkan bahwa pasien SOPK mengalami infertilitas 8.572 kali lebih sering daripada orang tanpa SOPK (Saftarina, 2016). Banyak wanita dengan SOPK mengalami resistensi insulin, terutama mereka yang tidak aktif secara fisik. Kurang olahraga merupakan faktor risiko SOPK (Mareta R, 2018).

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Deskriptif dengan pendekatan Cross Sectional. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor risiko terjadinya Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK) di SMA N 1 Pundong.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas XI di SMA N 1 Pundong. Sampel pada penelitian ini

adalah remaja putri di SMA N 1 Pundong dengan kriteria inklusi sebagai berikut : siswi kelas XI, bersekolah di SMA N 1 Pundong, siswi yang bersedia mengisi inform consent

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dalam media G-Form dengan yang diisi langsung oleh subyek penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Status Gizi Remaja Putri

Status Gizi Remaja Putri diuraikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Gizi Remaja Putri

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi (%)
Kurus (IMT <18.5)	32	30.5
Normal (IMT 18.5-22.9)	52	49.5
Overweight (IMT 23.0-24.9)	6	5.7
Obesitas (IMT >25.0)	15	14.3
Total	105	100.0

Hasil penelitian status gizi remaja putri di SMA N 1 Pundong diketahui bahwa dari 105 remaja putri di SMA N 1 Pundong terdapat 52 remaja putri dengan status gizi normal (49.5%), 32 remaja putri dengan status gizi kurus (30.5%), 15 remaja putri dengan status gizi obesitas (14.3%), dan 6 remaja putri dengan status gizi overweight (5.7%). Dari penelitian ini status gizi remaja putri di SMA N 1 Pundong dihitung dari berat badan dan tinggi badan ada sebanyak 15 remaja putri dengan status gizi obesitas (14.3%). Obesitas yang dialami oleh remaja putri di SMA N 1 Pundong ini disebabkan oleh pola makan yang berlebih.

Wanita dengan SOPK memiliki asupan kalori yang lebih tinggi daripada wanita yang tidak menderita SOPK. Selain itu, konsumsi tinggi lemak dan peningkatan asupan protein, dilihat terlibat dalam obesitas abdominal dan gangguan fungsi pankreas dalam sekresi insulin, sehingga dapat mengakibatkan Sindroma Ovarium Polikistik (SOPK)(10). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (3) yaitu faktor risiko penyebab SOPK pada wanita salah satunya yaitu obesitas sebesar 34%.



2. Gangguan Menstruasi Remaja Putri
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Gangguan Menstruasi Remaja Putri

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi (%)
Normal	89	84.8
Amenorhea	2	1.9
Oligomenorhea	10	9.5
Polymenorhea	4	3.8
Total	105	100.0

Hasil penelitian mengenai siklus menstruasi remaja putri di SMA N 1 Pundong menunjukkan bahwa dari 105 remaja putri di SMA N 1 Pundong yang siklus menstruasinya normal ada sebanyak 89 remaja putri (84.8%). Rata-rata remaja putri memiliki gangguan menstruasi oligomenorhe sebanyak 10 remaja putri (9.5%). Rata-rata remaja putri dengan gangguan menstruasi polymenorhe sebanyak 4 remaja putri (3.8%). Rata-rata remaja putri dengan gangguan menstruasi amenorhe sebanyak 2 remaja putri (1.9%). Dari penelitian ini ditemukan remaja putri di SMA N 1 Pundong yang mengalami gangguan menstruasi, yaitu 10 remaja putri (9.5%) dengan gangguan menstruasi oligomenorhe, 4 remaja putri (3.8%) dengan gangguan menstruasi polymenorhe, dan 2 remaja putri (1.9%) dengan gangguan menstruasi amenorhe.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (11) yaitu gambaran SOPK ditemui pada 60 – 85% pasien dengan keluhan gangguan menstruasi berupa oligomenorea dan amenorea. Consensus on Women's Health Aspects of PCOS menyatakan 90% perempuan dengan oligoamenorrhea atau amenorrhea dapat didiagnosis dengan SOPK, dan hampir 95% perempuan dengan SOPK mengeluhkan oligoamenorrhea atau amenorrhea(11). Penelitian (16) yang dilakukan di RSUD Dr. Soetomo Surabaya terdapat sekitar 79 orang penderita SOPK dengan frekuensi diagnosis tertinggi pada gangguan menstruasi.

3. Tingkatan Stres Remaja Putri
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkatan Stres Remaja Putri

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi (%)
Tidak mengalami stres	18	17.1
Stres ringan	85	81.0
Stres sedang	2	1.9
Total	105	100.0

Hasil penelitian pada tingkatan stres remaja putri di SMA N 1 Pundong diketahui bahwa dari 105 remaja putri di SMA N 1 Pundong yang mengalami stres ringan sebanyak 85 remaja putri (81.0%). Rata-rata remaja putri yang tidak mengalami stres sebanyak 18 remaja putri (17.1%). Rata-rata remaja putri yang mengalami stres sedang yaitu sebanyak 2 remaja putri (1.9%).

Dari penelitian ini tingkat stres remaja putri di SMA N 1 Pundong sebanyak 85 remaja putri (81.0%) mengalami stres ringan dan 2 remaja putri (1.9%) mengalami stres sedang. Remaja putri di SMA N 1 Pundong mengalami stres ringan kebanyakan disebabkan karena remaja putri banyak kegiatan sehingga sering lupa, kecapekan, dan sering ketiduran. Stres ringan ialah stres yang tidak merusak aspek fisiologis. Stres ringan umumnya dirasakan oleh setiap orang misalnya lupa, ketiduran, sering terasa letih tanpa sebab (13).

Menurut penelitian (12) menyebutkan bahwa SOPK dapat disebabkan oleh peningkatan stres psikososial dan gangguan mood. Pasien dengan SOPK secara signifikan lebih memiliki gejala neurotik (mengalami kesulitan mengatasi stres), cemas, dan depresi.

4. Riwayat Diabetes Mellitus (DM) Keluarga
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Riwayat Sakit Diabetes Mellitus (DM) Keluarga

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi (%)
Ada riwayat keluarga	13	12.4
Tidak ada riwayat keluarga	92	87.6
Total	105	100.0

Hasil penelitian pada riwayat Diabetes Mellitus (DM) keluarga pada remaja putri di SMA N 1 Pundong diketahui bahwa dari 105 remaja putri di SMA N 1 Pundong yang tidak ada riwayat Diabetes Mellitus (DM) pada keluarga sebanyak 92 remaja putri (87.6%). Rata-rata remaja putri yang ada riwayat Diabetes Mellitus (DM) pada keluarga sebanyak 13 remaja putri (12.4%).

Dari penelitian ini remaja putri yang berisiko SOPK yaitu remaja putri yang ada riwayat Diabetes Mellitus (DM) pada keluarga sebanyak 13 remaja putri (12.4%). Riwayat diabetes pada keluarga, merupakan faktor risiko pada SOPK. Hal ini sejalan dengan penelitian (14) yang menyebutkan bahwa adanya riwayat diabetes pada



keluarga dapat meningkatkan risiko tujuh kali lebih besar(14).

5. Riwayat Infertilitas Keluarga

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Riwayat Infertilitas Keluarga

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi (%)
Ada riwayat keluarga	4	3.8
Tidak ada riwayat keluarga	101	96.2
Total	105	100.0

Hasil penelitian pada riwayat infertilitas keluarga remaja putri di SMA N 1 Pundong diketahui bahwa dari 105 remaja putri di SMA N 1 Pundong yang tidak ada riwayat infertilitas pada keluarga sebanyak 101 remaja putri (96.2%). Rata-rata remaja putri yang ada riwayat infertilitas pada keluarga sebanyak 4 remaja putri (3.8%).

Dari penelitian ini remaja putri di SMA N 1 Pundong yang berisiko SOPK yaitu remaja putri yang ada riwayat infertilitas pada keluarga ada sebanyak 4 remaja putri (3.8%). Adanya riwayat infertilitas risiko seseorang untuk memiliki SOPK 11 kali lebih besar dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki riwayat infertilitas(15). Berdasarkan dari penelitian (17) yang dilakukan disalah satu klinik di Padang didapatkan kasus SOPK sebanyak 105 orang dalam jangka waktu tiga tahun dan infertilitas menjadi gambaran klinis yang banyak ditemukan. Berdasarkan penelitian (18) melaporkan bahwa 67 (72.04%) dari 93 orang pasien SOPK mengalami infertilitas dan mendapatkan bahwa orang yang mengalami SOPK berisiko 8,572 kali lebih besar untuk mengalami infertilitas dari pada orang yang tidak mengalami SOPK.

6. Aktivitas Fisik Remaja Putri

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Remaja Putri

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi (%)
Berolahraga	69	65.7
Tidak berolahraga	36	34.3
Total	105	100.0

Hasil Penelitian aktivitas fisik pada remaja putri di SMA N 1 Pundong menunjukkan bahwa dari 105 remaja putri di SMA N 1 Pundong yang melakukan aktivitas fisik berolahraga sebanyak 69 remaja putri (65.7%) dan remaja putri yang tidak

melakukan aktivitas fisik berolahraga sebanyak 36 remaja putri (34.3%).

Dari penelitian ini remaja putri di SMA N 1 Pundong yang tidak melakukan aktivitas fisik berolahraga sebanyak 36 remaja putri (34.4%). Banyak wanita dengan SOPK yang memiliki resistensi insulin, terutama mereka yang aktivitas fisik yang kurang (15). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (16) yang menyebutkan bahwa kurangnya aktivitas fisik merupakan faktor risiko pada SOPK .

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Status gizi pada remaja putri di SMA N 1 Pundong berdasarkan hasil penelitian ini terdapat 15 remaja putri (14.3%) dengan status gizi obesitas. Hal tersebut berisiko untuk mengalami Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK).

Gangguan menstruasi pada remaja putri di SMA N 1 Pundong berdasarkan penelitian ini ada sebanyak 2 remaja putri (1.9%) yang mengalami gangguan menstruasi amenorhe, 10 remaja putri (9.5%) mengalami gangguan menstruasi oligomenorhe, dan 4 remaja putri (3.8%) mengalami gangguan menstruasi polymenorhe. Gangguan menstruasi tersebut merupakan faktor risiko terjadinya Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK).

Remaja putri di SMA N 1 Pundong berdasarkan penelitian ini yang mengalami stres ringan ada 85 remaja putri (81.0%) dan remaja putri yang mengalami stres sedang ada sebanyak 2 remaja putri (1.9%).

Remaja putri di SMA N 1 Pundong berdasarkan penelitian ini yang ada riwayat Diabetes Mellitus (DM) pada keluarga sebanyak 13 remaja putri (12.4%). Adanya riwayat sakit Diabetes Mellitus (DM) pada keluarga merupakan salah satu faktor terjadinya Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK).

Berdasarkan penelitian ini remaja putri yang keluarganya ada riwayat infertilitas sebanyak 4 remaja putri (3.8%). Hal ini berisiko untuk remaja putri tersebut mengalami Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK).

Dari penelitian ini remaja putri di SMA N 1 Pundong yang tidak melakukan aktivitas fisik berolahraga ada sebanyak 36 remaja putri (34.4%). Kurangnya aktivitas fisik berolahraga merupakan salah satu faktor terjadinya Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK).

Analisis data bivariat dalam penelitian ini tidak bisa dilakukan dikarenakan tidak ada varian data pada



variabel, sehingga bagi peneliti selanjutnya harap mempertimbangkan varian data agar tujuan penelitian bisa tercapai sesuai harapan.

REFERENSI

- Aziza D octaviana, Kurniati KI. Suplementasi Vitamin D pada Wanita dengan Polycystic Ovarian Syndrome (PCOS). *J Ilm Kesehat Sandi Husada*. 2019;8(2):169–77.
- Hestiantoro A, Wiweko B, Harzif A kemal, Shadrina A, Rahayu D, Silvia M. Konsensus Tata Laksana Sindrom Ovarium Polikistik. *Himpun Endokrinol Reproduksi dan Fertil Indones Perkumpulan Obstet dan Ginekol Indones*. 2016;79.
- Kurniawati EY, Hadisaputro S, Suwandono A. Status Gizi Wanita Dengan Sindrom Ovarium Polikistik (Sopk). *J Ilmu Kebidanan*. 2022;8(1):69–72.
- Mahendra OA, Kedokteran F, Kristen U, Wacana D. Faktor risiko kejadian kehamilan lewat waktu di rumah sakit bethesda yogyakarta. 2021
- Mareta R, Amran R, Larasati V. Hubungan Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) dengan Infertilitas di Praktik Swasta Dokter Obstetri Ginekologi Palembang. *Maj Kedokt Sriwij [Internet]*. 2018;50(2):85–91.
- Maros H, Juniar S. Tinjauan Pustaka Stress Kerja. 2017;1–23.
- Pinayungan 2019. BAB II Tinjauan Pustaka BAB II TINJAUAN PUSTAKA 2.1. 1–64. *Gastron ecuatoriana y Tur local*. 2019;1(69):5–24.
- Putra DD, Sari DR, Annas JY, Santoso B. Characteristics of Polycystic Ovary Syndrome Polycystic (PCOS) at Soetomo General Hospital, Surabaya. *Health Notions*. 2019;3(11):453-8.
- Putri YY. Perancangan informasi terkait Polycytic Ovary Syndrome terhadap perempuan dewasa awal melalui media buku ilustrasi. 2022
- Saftarina F, Putri INW. Pengaruh sindrom ovarium polikistik terhadap peningkatan faktor risiko infertilitas. *Jurnal Majority*. 2016;5(2):43-8.
- Santoso B. Sindroma ovarium polikistik: probelm reproduksi dan tantangannya terkait dengan gaya hidup perempuan di Indonesia. *ADLN (Perpustakaan Univ Airlangga)*. 2016;(September):3.
- Wahyuni M, Decroli E, Lasmini PS. Hubungan Resistensi Insulin dengan Gambaran Klinis Sindrom Ovarium Polikistik. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2015;4(3).
- Yuliadha A, Setyaningrum RH. Psikoneuroimunologi Depresi pada Polycystic Ovary Syndrome (PCOS). *Smart Med J*. 2022;5(1):38.