

Hubungan konsumsi phytoestrogen dan protein hewani dengan usia menopause di Kelurahan Cibabat, Kecamatan Cimahi Utara, Kabupaten Bandung tahun 2000 = The correlation between phytoestrogen and animal protein consumption, and age of menopause at Kelurahan Cibabat, in Kecamatan Cimahi Utara, Kabupaten Bandung, Year 2000

Nelly Olifa Ilyas, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=71586&lokasi=lokal>

Abstrak

Kemajuan yang dicapai di bidang kesehatan berdampak terhadap peningkatan usia harapan hidup wanita Indonesia. Pada tahun 1980 usia harapan hidup wanita Indonesia 50,9 tahun dan pada 1995 meningkat menjadi 62,7 tahun. Diperkirakan tahun 2010 menjadi 70 tahun.

Peningkatan usia harapan hidup sangat sering tidak selalu diikuti oleh keseimbangan zat gizi yang dikonsumsi. Akibatnya terjadi penyakit degeneratif dan kelebihan berat badan pada usia menjelang menopause.

Keadaan ini mempercepat menopause dan membebani wanita dengan syndrom pasca menopause. Hal ini menarik untuk diteliti, apakah menopause dini (early menopause) dan syndrom pasca menopause dapat dihindari/ dikurangi dengan mengkonsumsi makanan sumber phytoestrogen dan protein hewani dalam jumlah yang cukup.

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi hubungan konsumsi Phytoestrogen dan protein hewani terhadap usia menopause di kelurahan Cibabat, setelah dikontrol oleh faktor-faktor yang diduga berpengaruh yaitu BBLR, olah raga, frekuensi kehamilan, jenis kontrasepsi, tingkat pendidikan dan daerah asal. Penelitian ini menggunakan rancangan kasus-kontrol dengan jumlah sampel 365 orang. Data frekuensi konsumsi makanan sumber protein hewani dan phytoestrogen, serta faktor modifikasi seperti BBLR, olahraga, frekuensi kehamilan, kontrasepsi hormonal, serta faktor konfonding seperti pendidikan, daerah asal diolah dengan menggunakan SPSS for Windows Versi 7.5. Analisis data meliputi analisis univariat, bivariat dan multivariat. Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan frekuensi dan jumlah konsumsi sumber phytostrogen, protein hewani dengan usia menopause. Perbedaan hasil uji bermakna bila nilai $p < 0,05$. Analisis multivariat dilakukan dengan memakai regresi logistik.

Diperoleh hasil, ibu menopause dari kelompok menopause cepat (kasus) tidak cukup mengkonsumsi kacang-kacangan dan protein hewani dibandingkan dengan ibu menopause lambat. Hasil analisis bivariat, menunjukkan hampir semua bahan makanan yang diteliti, kecuali ikan kering mempunyai hubungan yang bermakna dengan usia menopause. Ibu yang kurang mengkonsumsi ikan kering kemungkinan lebih cepat menopause 1,23 kali dibandingkan dengan ibu yang mengkonsumsi ikan kering cukup. Kripik tempe merupakan sumber phytoestrogen yang paling besar Odds Ratio yaitu 2,7. Ibu yang mengkonsumsi kripik tempe cukup menopause lebih lambat 2,7 kali dibandingkan dengan ibu yang frekuensi konsumsi kripik tempe kurang. BBLR, frekuensi kehamilan, daerah asal, dan pendidikan tidak mempengaruhi usia

menopause. Olah raga dan kelompok umur ibu, serta konsumsi kripik tempe berkaitan erat dengan usia menopause setelah dikontrol oleh variabel lain. Ibu berolahraga secara rutin dan jenis olahraga yang dipilih cocok dengan umur ibu dapat memperlambat usia menopause sebesar 5 kali dibandingkan dengan ibu yang berolahraga kurang.

Penyuluhan gizi kepada ibu menopause sebaiknya diarahkan kepada makanan seimbang sesuai dengan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS). Dengan cara mengkonsumsi jenis bahan makanan yang beranekaragam.

Direkomendasikan perlunya dipromosikan kembali makanan yang berasal dari kacang-kacangan seperti kedele (terutama tempe), kacang merah, dan kacang hijau. Semua kacang-kacangan merupakan sumber phytoestrogen dan harganya dapat terjangkau oleh masyarakat.

Daftar Pustaka : 61 (1976-1999).

<hr>

The Correlation between phytoestrogen and Animal Protein Consumption, and Age of Menopause at Kelurahan Cibabat, in Kecamatan Cimahi Utara, Kabupaten Bandung, Year 2000.

Life expectancy among women in Indonesia increases steadily, it was 50.0 years in 1980 and was 62.3 years in 1995. It was assumed that better living condition was the main factor.

In addition, it has been predicted that in the year 2010 Indonesian women life expectancy will be 70.0 years. It should be taken seriously that higher life expectancy without a balanced diet will have a negative at old women health status. Studies have shown that generative diseases and over weight among this age group are inclining.

These conditions can cause the women having early menopause and the post menopause syndrome and consumption of phytoestrogen and animal protein food sources.

The goals of this study is to get the information about correlation between phytoestrogen and animal protein consumption and age of menopause at Kelurahan Cibabat after controlling for confounding variables such as, low birth weight, exercise, frequency of pregnancy, contraceptive of hormone used, level of education, ethnic group and age group.

The design of this study is case control with 365 subjects. The data of food frequency consumption phytoestrogen and animal protein food sources including other confounding variables were analyzed using SPSS for Windows version 7.5. Bivariate analysis with 95% confidence interval ($p < 0,05$) was employed for testing correlation between frequency consumption phytoestrogen and animal protein food sources, and at menopause. Furthermore, logistic regression was employed to estimate the associate between early menopause and consumption phytoestrogen and animal protein food sources.

The main finding of this study is early menopause related to the level of tempe chips consumption. Women

who were experiencing early menopause tended to consume lower amount of tempe chip.

Tempe Chips which is source of phytoestrogen has high dose response for age menopause, women who consume enough tempe chips are significantly have age of menopause later 2.7 times higher compare to women with low tempe chips consumption.

This study found that early menopause was not related to low birth weight, frequency of pregnancy, ethnic group and education. After adjusting some confounding variables, exercise, age and tempeh chips has a good relationship to incidence of menopause age. Women who regularly do appropriate exercise according to their age is likely experiencing late menopause 5 times higher compared to women who didn't exercise in appropriate manner.

Based on the results on this study it is recommended during premenopause even earlier, women should consume phytoestrogen and animal protein food sources.

The dietary guidelines should be translated in appropriate manner to educated premenopause women to consume phytoestrogen food sources. One of phytoestrogen sources is tempe made of soybeans. It is recommended that promotion of soybean is increased since this kind of phytoestrogen source is relatively in expensive and is well known in the community.

Reference : 61 (1976-1999).