

## PENYULUHAN DAN PEMERIKSAAN SINDROM OVARIUM POLIKISTIK PADA REMAJA DI PESANTREN AN NIZAM MINAS

Nicko Pisceski Kusika Saputra<sup>1,2</sup>, Noviardi<sup>1,3</sup>, Munawar Adhar Lubis<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departemen Obstetri dan Ginekologi Fakultas Kedokteran Universitas Riau, Pekanbaru, Indonesia

<sup>2</sup>Departemen Obstetri dan Ginekologi, Divisi Endokrinologi Reproduksi dan Fertilitas, Fakultas Kedokteran Universitas Riau, Pekanbaru, Indonesia

<sup>3</sup>Departemen Obstetri dan Ginekologi, Divisi Obstetri dan Ginekologi Sosial, Fakultas Kedokteran Universitas Riau, Pekanbaru, Indonesia

Korespondensi email: [nicko.pisceski@lecturer.unri.ac.id](mailto:nicko.pisceski@lecturer.unri.ac.id)

### Abstrak

Sindrom ovarium polikistik (SOPK) adalah kondisi yang kompleks ditandai dengan peningkatan kadar androgen, ketidakteraturan menstruasi, dan/atau adanya kista kecil di satu atau kedua ovarium. Kejadian SOPK meningkat setiap tahunnya, termasuk di Provinsi Riau. Oleh karena itu, pengabdian ini dilakukan pada remaja, yaitu santriwati Pesantren An Nizam Minas Kabupaten Siak, untuk melihat gambaran SOPK pada remaja agar dapat merubah perilaku dan sikap tentang pola makan dan pola hidup yang lebih baik sehingga tidak mengganggu kesuburan pada remaja jika terdiagnosis SOPK. Kami bermaksud mengadakan penyuluhan mengenai SOPK pada remaja serta melakukan pemeriksaan ultrasonografi pada siswa yang diduga mengalami SOPK. Indikator keberhasilan kegiatan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan siswa terkait SOPK melalui analisis hasil pretest dan posttest. Melalui kegiatan ini, diharapkan akan dihasilkan luaran berupa publikasi pada jurnal nasional, publikasi di media massa, serta hak atas kekayaan intelektual. Kami menunjukkan bahwa terdapat peningkatan tingkat pengetahuan responden tentang SOPK sebelum dan sesudah kegiatan.

**Kata Kunci:** Penyuluhan, Remaja, Sindrom ovarium polikistik, Ultrasonografi.

### Abstract

*Polycystic ovary syndrome (PCOS) is a complex condition characterised by increased androgen levels, menstrual irregularities, and/or the presence of small cysts in one or both ovaries. The incidence of PCOS increases every year, including in Riau Province. Therefore, this service is carried out on teenagers, namely female students at the An Nizam Minas Islamic Boarding School, Siak Regency, to see the picture of PCOS in teenagers so that they can change their behaviour and attitudes regarding eating patterns and better lifestyles so that it does not interfere with fertility in teenagers if they are diagnosed with PCOS. We intend to provide education regarding PCOS to teenagers and carry out ultrasound examinations on students who are suspected of having PCOS. The indicator of the success of this activity is that there is an increase in students' knowledge regarding PCOS through analysis of pretest and posttest results. Through this activity, publications will be produced in national journals, mass media publications, and intellectual property rights. We show that there is an increase in the level of respondents' knowledge about PCOS between before and after the activity.*

**Keywords:** *Adolescents, Counseling, Polycystic ovary syndrome, Ultrasonography*

## PENDAHULUAN

Sindrom ovarium polikistik (SOPK) adalah kondisi kompleks yang ditandai dengan peningkatan kadar androgen, ketidakteraturan menstruasi, dan/atau adanya kista kecil di satu atau kedua ovarium (Witchel, Oberfield dan Peña, 2019). Gangguan tersebut bisa bersifat morfologis (ovarium polikistik) atau terutama biokimia (hiperandrogenemia). Hiperandrogenisme, ciri klinis SOPK, dapat menyebabkan terhambatnya perkembangan folikel, mikrokista di ovarium, anovulasi, dan perubahan menstruasi (Klein, Paradise dan Reeder, 2019). Sindrom ini dilaporkan diderita hingga 20% wanita usia subur di seluruh dunia, sehingga menimbulkan beban kesehatan ekonomi yang tinggi. Data prevalensi SOPK bervariasi di setiap negara (Tanbo *et al.*, 2018). Lebih dari 105 juta wanita berusia 15-49 tahun telah didiagnosis dengan SOPK di seluruh dunia (Zhou *et al.*, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Shinde dkk pada 100 wanita di India menunjukkan prevalensi SOPK pada usia produktif (15-49 tahun) sebesar 21%. Dari 21 orang penderita SOPK, 16 di antaranya berusia <24 tahun dan 5 orang berusia >25 tahun. Prevalensi SOPK di Australia sebesar 17,8%, di Turki sebesar 19,9%, dan di Iran sebesar 15,2%. Penelitian lainnya menemukan prevalensi pada beberapa

negara di Asia yaitu berkisar antara 2% hingga 7,5% di Cina dan 6,3% di Sri Lanka (Dewi, 2020). SOPK semakin meningkat dari tahun ke tahun. Berdasarkan penelitian, didapatkan angka kejadian SOPK sebesar 30% di Provinsi Riau. Sindrom ovarium polikistik memiliki patofisiologi yang multifaktorial yang melibatkan faktor endokrin, metabolik, genetik, dan lingkungan (Bulsara *et al.*, 2021).

Salah satu faktor risiko SOPK adalah sindrom metabolik. Pola makan dan pola hidup yang tidak baik pada usia reproduktif mengakibatkan berat badan berlebih, suatu kondisi di mana indeks massa tubuh (IMT) berada pada rentang 23 - 27 kg/m<sup>2</sup>. Berat badan normal berada dalam rentang IMT 18,5 - 24,9 kg/m<sup>2</sup> (Del Prete *et al.*, 2012). Berat badan berlebih berpengaruh terhadap subfertilitas pada seorang wanita dan dapat memengaruhi organ reproduksi yang menyebabkan menstruasi tidak teratur, subfertilitas, SOPK, kanker rahim, endometrium, payudara, dan serviks. Peningkatan IMT berhubungan dengan gangguan metabolik antara lain resistensi insulin dan dislipidemia. Dibandingkan dengan wanita dengan IMT normal, wanita SOPK dengan IMT yang tinggi menunjukkan peningkatan HOMA IR 2,74 kali lipat. Wanita SOPK dengan IMT yang tinggi meningkatkan risiko terjadinya

oligomenore sebanyak 6,44 kali lipat dibandingkan wanita normal (Pelanis *et al.*, 2017; Tanbo *et al.*, 2018). Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Menurut World Health Organization (WHO), remaja adalah mereka yang berada pada masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun (BKKBN, 2012). Menurut Kemenkes RI, remaja adalah mereka yang berusia antara 10 sampai 19 tahun dan belum menikah. Pada usia remaja, perubahan hormonal dan pengaruh growth factor berisiko menyebabkan SOPK (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Namun, pengetahuan remaja tentang SOPK ini masih sangat rendah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Medan, hanya 40% remaja yang memiliki pengetahuan tentang SOPK. Berdasarkan hal tersebut, perlu dilakukan edukasi kepada remaja tentang SOPK serta pemeriksaan ultrasonografi pada dugaan SOPK pada remaja (Lubis dan Nurmaliza, 2019). Berdasarkan hal tersebut, perlu dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk melakukan edukasi dan pemeriksaan SOPK. Kegiatan ini akan dilakukan di Pesantren An Nizam, Kecamatan Minas Timur, Kabupaten Siak.

Kabupaten Siak sebagai salah satu kabupaten di Riau memiliki karakteristik sosiodemografi yang berkaitan dengan wilayah pesisir.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Pondok Pesantren An Nizam, Desa Minas, Kecamatan Minas Timur, Kabupaten Siak. Lokasi ini berjarak 33 km dari kampus FK UNRI. Sasaran kegiatan pengabdian ini adalah remaja di Minas. Kegiatan ini dilakukan di Pesantren An Nizam berupa seminar edukasi dan dilanjutkan dengan pemeriksaan ultrasonografi secara langsung. Kegiatan ini diikuti oleh siswi Pesantren An Nizam dengan total peserta sebanyak 65 orang. Adapun rangkaian program pengabdian masyarakat yang akan dilakukan terdiri dari: persiapan, penyampaian informasi dan pemberitahuan kepada peserta tentang rencana kegiatan dan waktu pelaksanaan pemeriksaan serta penyuluhan, anamnesis dan pemeriksaan SOPK pada remaja secara gratis, disertai dengan konsultasi medis apabila gejala dismenore ditemukan, dan terakhir, pelaksanaan penyuluhan mengenai SOPK, penyebab SOPK, tatalaksana awal, dan modifikasi gaya hidup untuk memperbaiki kualitas hidup.



**Gambar 1.** Flyer kegiatan

Indikator keberhasilan kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan remaja tentang SOPK. Peningkatan pengetahuan ini dievaluasi berdasarkan hasil pretest dan posttest. Indikator keberhasilan jangka panjang adalah kemampuan remaja dalam mengidentifikasi faktor risiko SOPK serta melakukan penatalaksanaan awal dan memeriksakan diri jika menunjukkan tanda-tanda yang perlu diwaspadai.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

SOPK adalah kondisi kompleks yang ditandai dengan peningkatan kadar androgen, ketidakteraturan menstruasi, dan/atau adanya kista kecil di satu atau kedua ovarium. Sindrom ini telah dikenal hampir satu abad yang lalu oleh Irving Stein dan Michael Leventhal pada tahun 1935. Sindrom ini dilaporkan diderita hingga 20% wanita usia subur di seluruh dunia, sehingga menimbulkan beban kesehatan dan ekonomi yang tinggi. (Hoeger, Dokras dan Piltonen, 2021).



**Gambar 2.** Kegiatan penyuluhan

Kegiatan penyuluhan ini melibatkan dokter spesialis obstetri dan ginekologi beserta mahasiswa yang dalam kegiatan sehari-hari sering menemui dan menangani pasien dengan SOPK. Tenaga medis ini, selain memberikan edukasi, juga diharapkan dapat menunjukkan praktik yang baik dalam skrining SOPK serta pemeriksaan ultrasonografi pada remaja yang memiliki keluhan atau gejala SOPK. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berupa seminar edukasi dan pemeriksaan ultrasonografi dilakukan di Pesantren An Nizan dengan mematuhi protokol kesehatan yang ketat. Sasaran seminar ini adalah remaja yang merupakan siswi Pesantren An Nizan, serta dilakukan pemeriksaan ultrasonografi bagi peserta yang merasa memiliki keluhan terkait SOPK.



**Gambar 3.** Pemeriksaan USG

Kegiatan seminar dengan tema “Penyuluhan dan Pemeriksaan Sindrom Ovarium Polikistik (SOPK) pada Remaja di Pesantren An Nizam Minas” berupa seminar dan pemeriksaan ultrasonografi dengan mengikuti protokol kesehatan telah berjalan dengan lancar. Kegiatan ini bertujuan sebagai wujud kontribusi kita terhadap SDGs untuk meningkatkan kesehatan remaja. (United Nations, 2015). Pelatihan ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai SOPK kepada remaja, sehingga pengetahuan mereka meningkat. Peningkatan pengetahuan remaja diharapkan dapat membuat mereka sadar bahwa pola hidup sehat sangat penting untuk dijaga. Hal ini diharapkan dapat berdampak positif pada perbaikan perilaku masyarakat, terutama wanita usia reproduktif. (Susilowati D, 2016). Pada kegiatan ini dilakukan analisis tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah

kegiatan. Pertanyaan diberikan melalui hardcopy yang diisi oleh peserta pada saat setelah registrasi dan pada akhir sesi. Berdasarkan analisis tingkat pengetahuan, dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan setelah edukasi dibandingkan sebelum edukasi.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Kegiatan yang dilaksanakan berupa penyuluhan dan pemeriksaan ultrasonografi pada remaja pesantren. Terdapat peningkatan tingkat pengetahuan responden tentang SOPK antara sebelum dan setelah kegiatan.

### **Saran**

Dilakukan edukasi tentang SOPK secara berkala pada remaja di Riau. Perlu juga dilakukan pemeriksaan ultrasonografi gratis khususnya bagi remaja atau wanita usia reproduktif.

## **DAFTAR REFERENSI**

- BKKBN (2012) “Pedoman Pengelolaan Pusat Informasi Dan Konseling Remaja Dan Mahasiswa,” BKKBN, hal. 11.
- Bulsara, J. *et al.* (2021) “A review: Brief insight into Polycystic Ovarian syndrome,” *Endocrine and Metabolic Science*, 3, hal. 100085. doi: <https://doi.org/10.1016/j.endmts.2021.100085>.
- Dewi, N. L. P. R. (2020) “Pendekatan Terapi Polycystic Ovary Syndrome (PCOS),” *Cermin Dunia Kedokteran*, 47(11), hal. 703–705.
- Hoeger, K. M., Dokras, A. dan Piltonen, T. (2021) “Update on PCOS: consequences, challenges, and guiding treatment,” *The Journal of Clinical Endocrinology &*

- Metabolism*, 106(3), hal. e1071–e1083.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2017) *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta. Tersedia pada:  
<http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin%2520reproduksi%2520remaja-ed.pdf>.
- Klein, D. A., Paradise, S. L. dan Reeder, R. M. (2019) "Amenorrhea: A Systematic Approach to Diagnosis and Management," *American family physician*, 100(1), hal. 39–48.
- Lubis, R. C. dan Nurmaliza, L. (2019) "Pengetahuan Siswi Sma Tentang Polycystic Ovary Syndrome (Pcos) Di SMA IT Indah Medan Tahun 2019," *Jurnal Kebidanan Flora*, 12(1), hal. 51–57.
- Pelanis, R. *et al.* (2017) "The prevalence of Type 2 diabetes is not increased in normal-weight women with PCOS," *Human Reproduction*, 32(11), hal. 2279–2286. doi: 10.1093/humrep/dex294.
- Del Prete, M. *et al.* (2012) "Insulin resistance and acne: a new risk factor for men?," *Endocrine*, 42(3), hal. 555–560. doi: 10.1007/s12020-012-9647-6.
- Susilowati D (2016) *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Tanbo, T. *et al.* (2018) "Ovulation induction in polycystic ovary syndrome.," *Acta obstetrica et gynecologica Scandinavica*, 97(10), hal. 1162–1167. doi: 10.1111/aogs.13395.
- United Nations (2015) *Family planning and 2030 Agenda SDGs*. New York.
- Witchel, S. F., Oberfield, S. E. dan Peña, A. S. (2019) "Polycystic Ovary Syndrome: Pathophysiology, Presentation, and Treatment With Emphasis on Adolescent Girls," *Journal of the Endocrine Society*, 3(8), hal. 1545–1573. doi: 10.1210/js.2019-00078.
- Zhou, H. *et al.* (2020) "Association between Body Mass Index and Reproductive Outcome in Women with Polycystic Ovary Syndrome Receiving IVF/ICSI-ET," *BioMed Research International*. Diedit oleh L. Spicer, 2020, hal. 6434080. doi: 10.1155/2020/6434080.