

BAB I

GANGGUAN KESEHATAN

REPRODUKSI DAN PENYAKIT

DEGENERATIF

Sulastri, S.Kep., Ns., M.Kep

Permasalahan terkait kesehatan reproduksi perempuan di Indonesia semakin kompleks, seperti kanker serviks, kanker payudara, infeksi HIV/AIDS, kasus kekerasan dalam rumah tangga yang melibatkan perempuan, serta isu keluarga berencana yang selama bertahun-tahun selalu menjadi perhatian perempuan atau sasaran utama. Gangguan pada sistem reproduksi wanita menjadi beban dan dapat berdampak negatif terhadap kesehatan dan kualitas hidup wanita.

Penyakit pada sistem reproduksi wanita tidak boleh dianggap mudah. Gangguan pada organ reproduksi wanita bisa memiliki banyak penyebab. Jika tidak diobati, penyakit tertentu pada sistem reproduksi wanita bahkan dapat meningkatkan risiko masalah kesuburan pada wanita. Sistem reproduksi wanita meliputi labia, labia minora, kelenjar Bartholin, klitoris, vagina, uterus atau rahim, ovarium (indung telur), dan saluran tuba (Julina et al., 2021).

A. Pengertian Gangguan Kesehatan reproduksi

Gangguan pada sistem reproduksi merupakan penyimpangan yang terdapat pada organ organ reproduksi termasuk neoplasme dan ganas. Neoplasma reproduksi adalah pengembangan sel sel yang tidak biasa pada organ reproduksi. Di mana neoplasma itu sendiri dapat dibagi menjadi Benigna dan MaliMA (Hutahean, 2008). Gangguan reproduksi adalah kegagalan wanita dalam manajemen kesehatan reproduksi. Kita tahu bahwa peralatan pertahanan genital atau organ reproduksi Wanita cukup baik, yaitu asam. Meski begitu, mekanisme pertahanan ini cukup lemah, sehingga infeksi seringkali tak terbendung dan menyebar ke segala arah sehingga menimbulkan infeksi mendadak dan kronis dengan berbagai manifestasi. Salah satu keluhan klinis infeksi atau kelainan pada alat kelamin adalah keputihan (flour albus) (Manuaba, 2009).

B. Penyebab gangguan reproduksi

Penyakit pada sistem reproduksi biasanya disebabkan oleh jamur, bakteri, atau virus. Bakteri dapat menyebabkan sejumlah gangguan pada organ reproduksi, terutama organ reproduksi pada wanita. Keputihan yang berwarna hijau dan berbau merupakan salah satu gangguan yang disebabkan oleh bakteri. Bakteri juga dapat menyebabkan gangguan lain berupa kista bahkan kanker rahim (Hutahean, 2008).

Penyakit reproduksi adalah gangguan atau disfungsi sistem reproduksi, yang disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain kehamilan, aborsi, persalinan, atau perilaku seksual. Sistem reproduksi wanita meliputi ovarium, rahim, leher rahim, dan vagina. Sistem reproduksi wanita adalah sistem yang kompleks. Morfologi dan fungsi sistem reproduksi terus berubah seiring bertambahnya usia dan siklus menstruasi.

C. Tanda dan gejala gangguan reproduksi

Gejala yang paling umum ditemukan pada gangguan system reproduksi adalah: nyeri perut bagian bawah terus menerus, suhu tubuh meningkat, kembung, kram perut, pengeluaran vagina berlebihan, perdarahan ireguler, serviks serba kaku, nyeri pada saat berhubungan seksual dan nyeri saat defekasi.

D. Dampak gangguan reproduksi

Gangguan pada sistem reproduksi wanita menjadi beban dan dapat berdampak negatif pada kesehatan dan kualitas hidup wanita. Misalnya, endometriosis dan mioma uteri (fibroid) dan adenoma uteri dapat menyebabkan nyeri dan perdarahan menstruasi yang berlebihan. Penyakit sistem reproduksi, jika tidak diobati atau tidak diobati dengan benar, dapat menyebabkan gejala sisa jangka panjang yang serius. Gangguan pada sistem reproduksi wanita dapat diakibatkan oleh penyakit organ lain yang mempengaruhi organ reproduksi (misalnya otak, hipotalamus, kelenjar pituitari, tiroid, kelenjar adrenal, ginjal, hati). Di sisi lain, gangguan pada sistem reproduksi dapat menyebabkan gangguan pada jaringan lain. Pada usia reproduksi, tidak biasa terjadi dalam bentuk perubahan menstruasi, nyeri panggul atau infertilitas. Kanker terjadi pada jaringan reproduksi lebih umum pada reproduksi final atau menopause dengan mortalitas tinggi dan tingkat penguasaan tinggi ketika didiagnosis.

E. Macam gangguan reproduksi

Gangguan reproduksi menurut Baradero et all (2006) dibagi menjadi beberapa yaitu gangguan reproduksi karena proses infeksi, gangguan menstruasi, gangguan karena masalah struktur pada organ reproduksi, keganasan pada alat reproduksi Wanita, sterilisasi, dan infertilitas. Sedangkan menurut Noviana dan Wilujeng (2014) gangguan Kesehatan reproduksi meliputi infertilitas, seksual transmitted diseases (STD/IMS), gangguan haid, gangguan menstruasi, pelvic inflamatory diseases (PID), unwanted Pregnancy dan aborsi, dan juga keganasan dan penyakit sistemik. Gangguan reproduksi menurut Bain (2011) meliputi gangguan perkembangan seks, gangguan menstruasi, infeksi ginekologi, penyakit pada vulva, penyakit pada vagina, penyakit pada serviks, penyakit pada uterus, prolaps dan uroginekologi, penyakit ovarium dan tuba falopi, komplikasi pembedahan ginekologi, gangguan pada kehamilan awal, gangguan seksualitas dan reproduksi, infertilitas dan menopause.

F. Gangguan reproduksi dan penatalaksanaannya

Menurut Baradero *et all* (2006), Noviana dan Wilujeng (2014) dan Bain *et all* (2011) secara garis besar masalah reproduksi dapat dibagi menjadi:

1. Gangguan karena infeksi peradangan atau infeksi dapat terjadi di genetalia bagian luar dan genetalia bagian dalam. Infeksi ginekologis pada genetalia luar meliputi: bartolinitis, vaginitis, vulvo vaginitis, vagina duh. Sementara infeksi genetik internal meliputi: peradangan serviks, endometriosis, miometritis, parametritis, adneksitis dan penyakit radang panggul.
 - a. Vaginitis (vaginitis) adalah salah satu keluhan yang paling umum di kalangan wanita. Gejala yang muncul antara lain vulva gatal, iritasi, keputihan, peradangan, dan nyeri. Penyebab vaginitis ini adalah *Candida albican*, *Trichomonas vaginalis*, *Gardnerella vaginalis*. Manajemen perawatan bisa mandiri dan kooperatif. Perawat yang belajar pencegahan infeksi vagina dapat melakukan tindakan mandiri, antara lain mencuci area genital dengan sabun dan air, setelah buang air besar, mencuci area genital dari depan ke belakang, tidak memakai apapun yang dapat mengiritasi vagina, menghindari douching, memakai kapas yang longgar. pakaian dalam dan ganti celana setiap hari, evaluasi pasangan Anda untuk tanda-tanda infeksi seperti keluarnya cairan, lesi, dan kemerahan pada alat kelamin alat kelamin, dan ganti tampon sesering mungkin selama menstruasi.

b. Bartholinitis (kista kelenjar Bartholin) adalah kista yang terjadi karena adanya penyumbatan pada saluran Bartholin akibat infeksi. Bartholinitis juga dikenal sebagai peradangan kelenjar Bartholin. Mastitis disebabkan oleh bakteri *Neisseria gonorrhoeae*. Tanda dan gejala yang tampak adalah pembengkakan kelenjar getah bening, area pembengkakan dan peradangan parah yang menjadi nyeri dan parah saat berjalan. Kelola perawatan dengan pembedahan atau insisi dan drainase jika terjadi abses.

c. Servisititis, radang leher rahim (serviks). Serviks adalah bagian dari rahim yang menyempit dan membuka ke dalam vagina. Tanda dan gejalanya meliputi: keputihan berat yang mungkin berwarna putih atau kuning. Servisititis disebabkan oleh gonore, streptokokus, stafilokokus, virus herpes, dan klamidia. Kelola perawatan dengan memberikan antibiotik, menghindari penggunaan produk alergi atau metode pengendalian kelahiran untuk mencegah reaksi alergi, obat antivirus, dan menunda hubungan seks (jika pasangan Anda terinfeksi).

d. Penyakit Radang Panggul

Penyakit radang panggul (PID) adalah istilah umum yang digunakan untuk merujuk pada infeksi akut, subakut, berulang, atau kronis pada organ reproduksi, panggul, peritoneum, vena, atau jaringan ikat panggul. Organisme penyebab adalah gonokokus, klamidia, hemofilus, dan streptokokus. Gejala yang ada pada PID adalah: sakit perut yang parah, kram perut bagian bawah, perdarahan di antara periode, dispnea, demam dengan menggigil, malaise, mual dan muntah, keputihan yang bernanah dan mungkin ada bau busuk. Managed care meliputi: perawatan mandiri dan kolaboratif. Penatalaksanaan yang terkoordinasi meliputi pemberian antibiotik spektrum luas, ablasi tuba jika terjadi abses, dan pembedahan radikal jika saluran reproduksi berisiko terkena infeksi. Untuk manajemen diri, meliputi: tirah baring dengan posisi semi-floral, kompres hangat pada perut, perawatan perineum setiap 3 jam dan juga setelah buang air kecil dan besar jika terjadi keputihan.

2. Gangguan menstruasi atau gangguan haid

Gangguan menstruasi adalah salah satu gangguan yang paling umum. Gangguan menstruasi dapat berupa nyeri haid, telat haid, haid tidak teratur, dan pendarahan hebat saat haid. Gangguan menstruasi dapat disebabkan oleh disfungsi hormonal, trauma pada organ reproduksi, usia, kontrasepsi hormonal, dan infeksi. Menurut Wiknjastro (2011), gangguan menstruasi diklasifikasikan menjadi 4 yaitu: klasifikasi kelainan volume darah dan waktu

perdarahan, ketidakteraturan siklus menstruasi, perdarahan tidak teratur dan gangguan lain yang berhubungan dengan perdarahan menstruasi.

Gangguan karena perubahan volume darah dan waktu perdarahan antara lain:

- a. Hipermenorhea atau terlambat haid adalah fenomena keluarnya darah haid dengan sedikit darah, penggantian balutan 12 kali sehari dan berlangsung 12 hari. Penyebab: defisiensi estrogen dan progesteron, himenektomi, stenosis serviks
- b. Hipomenorhea atau menoragia, perdarahan berat/lebih lama dari biasanya (lebih dari 8 hari) dengan kehilangan darah lebih dari 8100ml. Penyebab: gangguan rahim (fibroid, polip rahim, adenoma, endometriosis, ovulasib).

Gangguan siklik, gangguan siklus ini meliputi;1) Polimenorea, siklus menstruasi lebih pendek dari biasanya (<21> 35 hari, jumlah jembatan berkurang)c Amenore (tidak adanya amenore), amenore dibagi menjadi 2 yaitu amenore primer dan amenore sekunder. Amenore primer terjadi ketika periode pertama berusia 16 tahun, karena kelainan genetik, kelainan perkembangan endokrin atau bawaan. Sedangkan amenore sekunder terjadi ketika seorang wanita telah berhenti menstruasi selama 36 bulan, karena stres berat, perubahan fungsi hipotalamus, hipofisis, ovarium, tiroid, dan kelenjar adrenal. Tahund. Pendarahan di luar periode menstruasi, menoragia juga dikenal sebagai perdarahan uterus abnormal atau siklus menstruasi yang tidak teratur. Dalam keadaan ini, menstruasi Anda tampak normal (jumlah perdarahan dan lamanya menstruasi Anda sama dengan periode normal), tetapi tidak teratur (terpisah lebih dari 35 hari atau kurang dari 21 hari), pada interval yang tidak terduga atau bahkan kombinasi keduanya.

Gangguan lain yang berhubungan dengan menstruasi: 1) Stres pramenstruasi, Ketegangan pramenstruasi terjadi beberapa hari sebelum menstruasi dan bahkan sampai terjadi, karena ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron sebelum menstruasi. Gejala yang muncul antara lain gangguan emosi, gelisah, susah tidur, kembung, mual, muntah, payudara lembek dan nyeri.2) Dismenore, dismenore adalah nyeri pada rahim saat menstruasi, yang menyebabkan wanita beristirahat, menurunkan prestasi kerja dan mengurangi aktivitas sehari-hari. Dismenore adalah nyeri di daerah panggul yang disebabkan oleh menstruasi dan produksi prostaglandin. Nyeri mereda setelah menstruasi. Ada dua jenis dismenore, dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer adalah dismenore tanpa kelainan reproduksi (tanpa kelainan ginekologi). Nyeri yang disebabkan oleh kontraksi rahim tanpa sebab medis. Dismenore sekunder adalah dismenore di luar menstruasi dan produksi prostaglandin alami. Ciri-ciri dismenore sekunder adalah dismenorea yang tidak mereda pada hari-hari menstruasi berikutnya.

3. Gangguan karena masalah struktur

Gangguan reproduksi yang berhubungan dengan masalah struktur organ sering terjadi prolaps uteri dan fistula. Prolaps uteri adalah suatu kondisi di mana rahim prolaps di luar saluran genital (saluran vagina). Gangguan ini banyak ditemukan pada wanita yang sudah menikah setelah mengalami trauma otot dan panggul saat melahirkan. Penyebab prolaps uteri adalah obesitas, asites, dan tumor di rahim atau ovarium. Prolaps dibagi menjadi 3 kelas (derajat). Prolaps derajat I adalah ketika serviks masih berada di dalam vagina, prolaps derajat II berarti serviks menonjol di lubang vagina, sedangkan prolaps derajat III adalah seluruh rahim di luar lubang vagina. Pada kasus prolaps, hernia kandung kemih (sistokel) dan rektum (retokel) juga dapat terjadi karena longgarnya dinding anterior dan posterior vagina. Penatalaksanaan perawatan dapat dilakukan secara kolaboratif, termasuk pembedahan, dan secara mandiri melalui keperawatan, termasuk melakukan senam kagel atau senam kagel, untuk membantu pasien obesitas menurunkan berat badan. Gangguan selain prolaps uteri adalah gangguan. Fistula adalah lubang abnormal yang membuat terowongan antara organ dalam yang berongga atau dapat terjadi antara organ dalam dan bagian luar tubuh. Fistula yang dapat terjadi antara vagina dan rektum disebut fistula vagina, fistula antara vagina dan kandung kemih disebut fistula vagino-vaginal, sedangkan fistula antara vagina dan uretra disebut fistula urethro-vaginal. Fistula dapat disebabkan oleh pembedahan, persalinan, trauma, atau radiasi. Penatalaksanaan perawatan dilakukan secara kolaboratif, yaitu perawatan konservatif dan, jika gagal, dilakukan pembedahan, sedangkan tindakan mandiri meliputi perawatan perineum untuk mencegah bau dan infeksi, pembilasan dengan larutan klorin.

4. Keganasan pada Alat Reproduksi Wanita

Neoplasma adalah tumbuhnya sel-sel abnormal pada organ reproduksi. Jenis tumor dibagi menjadi jinak dan ganas. Neoplasma ganas pada organ reproduksi dapat menyebabkan masalah fisiologis, yaitu: gangguan fungsi tubuh, organ alami dan invasif, perubahan citra diri, gangguan kemampuan mengatasi keganasan, dan perubahan kebutuhan dan kebiasaan seksual. Faktor risiko keganasan reproduksi meliputi:

- a. kegemukan, kegemukan merupakan faktor risiko terjadinya kanker payudara, kanker endometrium dan kanker kolorektal,
- b. pemanis buatan, risiko kanker kandung kemih dan pankreas,
- c. estrogen, kejadian kanker endometrium,
- d. anggur misalnya. paparan radiasi yang berkepanjangan,
- e. virus papiloma

f. Seks sebelum usia 20 dan ubah mitra,
g. Hormon, genetika dan kontrasepsi. Tumor ganas pada organ reproduksi mungkin memiliki kanker ovarium, kanker serviks, kanker endometrium atau kanker payudara. Manajemen tumor ganas dari garis reproduksi dapat dilakukan atas hal yang berikut: pengobatan tergantung pada jenis, jenis, asal, distribusi pasien, usia dan status kesehatan pasien. Pengobatan metode perawatan termasuk operasi, kemoterapi dan radioterapi, imunoterapi, terapi biologis, terapi hormon, Secara umum, lebih dari satu jenis perawatan yang umum digunakan

5. Infertilitas

Infertilitas adalah ketidakmampuan untuk hamil dalam waktu satu tahun (Baradero, 2006). Infertilitas adalah suatu kondisi di mana pasangan tidak dapat memiliki anak meskipun berhubungan seks 2-3 kali seminggu selama 1 tahun tanpa menggunakan alat kontrasepsi atau alat kontrasepsi (Maryani & Septikasari, 2009). Infertilitas primer terjadi ketika suami atau istri belum pernah hamil sedangkan infertilitas sekunder terjadi ketika wanita tersebut memiliki riwayat kehamilan. Penyebab utama infertilitas adalah disfungsi ovulasi. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi infertilitas adalah: masalah sperma, masalah vagina, masalah serviks, masalah rahim, masalah tuba falopi, masalah ovarium dan masalah peritoneum (Maryani dan Septikasari, 2009). Penyebab infertilitas menurut Bain (2011) adalah faktor gaya hidup seperti merokok, kelebihan berat badan, berat badan kurang dan stres.

6. Fluor Albus

Keputihan adalah gejala umum pada kebanyakan wanita karena masalah kesehatan reproduksi mereka. Fluor Albus (leukorea, leukorea eksudat) adalah istilah untuk keluarnya cairan dari alat kelamin wanita yang bukan darah. Fluor Albus terbagi menjadi dua unsur, yaitu:

- a. Fisiologis Fluor Albus : ditandai dengan lendir bening, tidak berbau menyengat dan sedikit lengket.
- b. Albus Fluor Patologis : memiliki ciri warna dan tidak bening, jumlah dan baunya juga tidak enak, akibatnya juga berbeda.

Fisiologis keputihan dapat disebabkan oleh: efek sisa estrogen dari plasenta pada rahim dan vagina janin menyebabkan keputihan sejak lahir sampai 10 hari, efek peningkatan estrogen saat menstruasi, stimulasi selama masa reproduksi harus sebelum hubungan seksual menghasilkan sekret. Akibat pelebaran pembuluh darah vagina atau vulva, maka sekresi kelenjar serviks meningkat sehingga menjadi keluarnya cairan dari dinding vagina. Ini

diperlukan untuk kelancaran hubungan. Terjadi peningkatan produksi kelenjar serviks selama evolusi, lendir serviks mengental selama kehamilan untuk menutup lumen serviks untuk mencegah kuman masuk ke rongga rahim.

Penyakit Fluor Albus terjadi karena disebabkan oleh: a. Dengan infeksi, tubuh merespons mikroorganisme yang menyerang ini dengan serangkaian respons inflamasi. Penyebab infeksi meliputi: *Candida albicans*, *Ganococcus*, *Chlamida trachomatis*, *Grandnerella*, *Treponema Pallidum*, parasit yang disebabkan oleh *Trichomonas vaginalis*, human papillomavirus (HPV) dan herpes simpleks. HPV sering ditandai dengan kondiloma akuminata, sekret yang tidak berbau dan tidak gatal. b. Kelainan genital, didapat atau bawaan, benda asing seperti sisa-sisa kondom, dan paku pada penderita hernia atau prolaps rahim dapat merangsang produksi vagina yang berlebihan, tumor jinak, kanker, dan menopause (Sibagaring, 2016).

Menurut Manuaba (2010), manifestasi klinis keputihan meliputi ekspresi debit vagina albus fluorine / vagina dapat dilihat dari warna cairan: limbah vagina dengan cairan kuning atau berawan. Peras berwarna ini bisa menjadi tanda infeksi gonore, itu harus didukung oleh tanda-tanda lain, seperti pendaritaan selain menstruasi dan rasa sakit pada periode urinoir, limbah vagina dengan cairan putih kuning dengan susu. Jika ada pembengkakan dan rasa sakit di bibir vagina, gatal dan nyeri ketika mereka berhubungan seks, mesin cuci memiliki susu seperti susu dapat disebabkan oleh adanya infeksi jamur pada organ wanita, vagina pemakaian dengan cairan coklat atau dengan sedikit darah untuk mencuci jenis kecerdasan ini. Karena ini sering terjadi karena periode menstruasi yang tidak teratur. Selain itu, sekresi vagina disertai dengan darah dan rasa sakit di cekungan. Bisa jadi kanker serviks atau endometrium, keputihan yang berwarna kuning atau hijau, berbusa, dan memiliki bau yang sangat menyengat. Biasanya, jenis keputihan ini disertai rasa sakit dan gatal saat buang air kecil. Jika iya, kemungkinan terkena infeksi *Trichomonas*, keputihan berwarna pink, keputihan biasanya muncul setelah melahirkan, keputihan berwarna abu-abu atau kuning dengan bau amis seperti bau amis. Jenis keputihan ini menandakan adanya infeksi bakteri pada vagina. Biasanya, keputihan disertai rasa terbakar, gatal, kemerahan, dan bengkak pada bibir, vagina, atau vulva.

G. Pengertian penyakit degeneratif

Penyakit degeneratif merupakan penyakit kronis yang akan sangat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Penyakit degeneratif adalah penyakit yang terjadi akibat penurunan fungsi sel-sel tubuh dari normal menjadi lebih parah. Penyakit degeneratif adalah penyakit tidak menular, menahun (kronis) yang terjadi akibat memburuknya kondisi dan fungsi organ tubuh serta proses penuaan. Penyebab penyakit degeneratif adalah karena pola hidup yang buruk

seperti : merokok, banyak minum alkohol, tidak aktif (sedentary lifestyle), kurang makan serat, banyak mengkonsumsi energi, obesitas sentral gemuk di daerah perut.

H. Faktor resiko penyakit degeneratif

Faktor risiko terbesar penyakit degeneratif antara lain: a. kebiasaan makan yang tidak sehat, kemajuan teknologi pengolahan makanan, menjamurnya supermarket dan convenience store, informasi komersial berbagai produk makanan, urbanisasi dan kemajuan ekonomi terutama bagi kelas menengah, serta dampak globalisasi yang mendorong perubahan kebiasaan makan yang tidak sehat. Makanan olahan saat ini cenderung tidak seimbang gizinya, yaitu tinggi kalori, tinggi garam, tinggi gula, rendah serat dan tentunya dengan bahan pengawet. b. Kurangnya aktivitas fisik, kemajuan teknologi saat ini juga berdampak langsung dan tidak langsung terhadap pengurangan aktivitas fisik. Bukan hanya soal ketersediaan alat yang mengurangi aktivitas fisik, seperti eskalator dan lift sebagai pengganti tangga, atau mesin cuci yang mengurangi gerakan seseorang saat mencuci pakaian atau lainnya. Namun bentuk pelayanan yang berbeda diberikan dengan memberikan kenyamanan kepada mereka yang membutuhkan. Merokok, paparan asap rokok terus menerus dapat menyebabkan jantung, paru-paru dan kanker. Asap rokok juga merupakan sumber polusi dalam ruangan yang secara langsung dapat mempengaruhi kondisi tubuh seperti iritasi mata dan hidung, sakit kepala, suara serak di tenggorokan, batuk, sakit kepala, dan gangguan pernapasan. peningkatan stres e. Paparan penyebab penyakit degeneratif, menjamurnya industri, merebaknya polusi, pencemaran lingkungan dan lain-lain, tanpa disadari menyebabkan terbentuknya radikal bebas di dalam tubuh kita secara terus menerus. Yang terjadi adalah sebagai respon terhadap pengaruh luar tubuh yaitu pencemaran lingkungan, sinar ultraviolet, asap rokok dan lain-lain. Ini adalah kondisi yang meningkatkan paparan radikal bebas yang berpotensi meningkatkan risiko penyakit degeneratif

I. Gambaran klinis penyakit degeneratif

Gambaran klinis penyakit degeneratif meliputi: 1. Penyakit ini berkembang perlahan, setelah fungsi neurologis normal dalam jangka waktu lama, diikuti oleh penurunan progresif lambat dari beberapa fungsi sistem saraf yang dapat berlanjut selama beberapa tahun atau dekade. Sulit bagi pasien untuk menentukan waktu timbulnya penyakit. Adanya riwayat kejadian yang dapat menyebabkan timbulnya penyakit degeneratif, seperti kecelakaan, infeksi, atau kejadian lainnya dikenang sebagai penyakit. 2. Prevalensi penyakit ini sama dalam keluarga (garis keturunan). 3. Pada umumnya penyakit degeneratif pada sistem saraf terjadi secara terus menerus, tidak dapat diperbaiki dengan tindakan medis atau pembedahan, terkadang penyakit ini ditandai dengan stabil untuk jangka waktu tertentu. Beberapa gejala dapat dikurangi dengan manajemen yang baik, tetapi penyakit itu sendiri bersifat progresif. Simetri bilateral. Meskipun kadang-kadang, seperti pada sklerosis lateral amyotrophic, pada awalnya hanya mempengaruhi satu anggota tubuh atau sisi tubuh, dalam proses itu menjadi simetris. 5. Hanya secara selektif mempengaruhi daerah anatomis atau fisiologis sistem saraf pusat. 6. Secara histologis, tidak hanya neuron yang hilang, tetapi juga dendrit, akson, dan selubung mielin tidak terlibat dalam respons jaringan dan seluler. 7. Pada cairan serebrospinal kadang terjadi sedikit peningkatan protein, tetapi biasanya tidak ada kelainan yang berarti. 8. Karena secara radiologis menginduksi kehilangan jaringan, terjadi depleksi volume yang disertai dengan perluasan ruang cairan serebrospinal. Permeabilitas sawar darah otak tetap tidak berubah. 9. Lab atau tes lain seringkali negatif. Tidak seperti penyakit progresif lain dari sistem saraf pusat seperti tumor, infeksi, proses inflamasi lainnya. sepuluh. Pemindaian

neuroimaging dapat menunjukkan beberapa kelainan, sehingga dapat membantu menyingkirkan kelompok penyakit lain

J. Proses terjadinya penyakit degeneratif

Beberapa teori mengemukakan perjalanan awal penyakit degeneratif dalam tubuh manusia, yaitu:1. Ada hubungan antara transisi demografi, epidemiologi dan kesehatan. Selama tahap awal kematian, penyakit menular dan parasit yang terkait dengan deprivasi kondisi lingkungan dan sosial mulai menurun. Pada tahap ini ada pilihan usia untuk bertahan hidup. Tahap selanjutnya adalah saat kesuburan mulai menurun. Di sini, struktur usia mulai berubah sesuai dengan usia lansia. Pada titik inilah penyakit degeneratif mulai bermunculan dan penyakit kronis mulai mewarnai catatan kesehatan masyarakat. Tahap ketiga adalah ketika kematian dan tingkat kelahiran rendah, di mana penyakit degeneratif menjadi dominan dalam situasi kesehatan penduduk.2. Perubahan metabolisme tubuh yang ditandai dengan penurunan produksi hormon testosteron pada pria dan estrogen pada wanita umumnya mulai tampak pada usia 65 tahun ke atas. Kedua hormon ini tidak hanya berperan dalam mengatur seks tetapi juga dalam metabolisme tubuh. Salah satu fungsi dari kedua hormon ini adalah untuk mendistribusikan lemak ke seluruh tubuh. Akibatnya, lemak menumpuk di perut, sehingga di usia tua, lingkaran pinggang selalu tampak besar. Lingkaran pinggang yang membesar dengan kolesterol tinggi dan/atau gula darah tinggi menyebabkan sindrom metabolik, yaitu gangguan metabolisme dalam tubuh yang disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Di sinilah penyakit degeneratif dimulai.3. Perkembangan pola penyakit dari penyakit menular menjadi penyakit tidak menular (degeneratif) akibat perubahan pola makan dan gaya hidup. Asupan makanan yang berlebihan menyebabkan tingginya angka kesakitan dan kematian. Prevalensi penyakit degeneratif yang tinggi di negara-negara Indonesia

K. Contoh penyakit degeneratif

Penyakit degeneratif antara lain Diabetes Mellitus (DM), osteoporosis, penyakit stroke, hipertensi, penyakit jantung, arterosklerosis, gout dan hiperurisemia, rheumatoid arthritis dan kanker

L. Upaya pencegahan penyakit degeneratif

Berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah penyakit degeneratif adalah: Membatasi asupan gula (baik snack, minuman ringan, coklat, dll), Mengurangi asupan purin (dari bahan makanan, misalnya jeroan, anggur, sarden, merpati, unggas, kaldu, keripik), diet rendah lemak. (kaya akan lemak kuning telur, keju, kepiting, udang, tiram, cumi-cumi, susu dan santan), mencegah obesitas (bagi orang asia ideal BMI = 18.5 - 22.9kgm²), menghindari makan terlalu banyak garam, berhenti merokok, aktif/ berolahraga setiap hari sekitar 300 kkal per hari atau berjalan kaki 3 km. 8. Tidur cukup 6 jam sehari, berhenti minum dan pergi ke dokter secara berkala, terutama orang yang berusia di atas 40 tahun sebaiknya melakukannya setiap 3, 6 dan 12 bulan sekali. Sedangkan menurut Suirakoka (2012), upaya pencegahan penyakit degeneratif antara lain: perubahan gaya hidup, mengatasi obesitas, mengelola stres, berpartisipasi dalam aktivitas fisik dan olahraga, berlatih Melakukan diet seimbang dan menilai risiko degeneratif.

Referensi

- Bain C. M, Burton K, Mcgavigan C Jay (2011), *Ilustrasi Ginekologi edisi keenam*, Elseiver, Singapura
- Baradero M, Dayrit W M, Siswadi Y, (2006), *klien gangguan system reproduksi & seksualitas*, Jakarta. EGC
- Hutahean, S. (2009), *Asuhan Keperawatan dalam Maternitas dan Ginekologi*, Trans Info Media, Jakarta
- Japardi, Iskandar. (2002). *Penyakit Degeneratif Pada Medula Spinalis*. (online) <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/1990/1/bedahiskandar%20japardi39.pdf>. Diakses tanggal 5 September 2014.
- Julinar,, S., dkk (2021). *Sosialisasi Penanganan Permasalahan Sistem Reproduksi Dan Infertilitas Pada Wanita Melalui Webinar*. *Window of Community Dedication Journal* Vol. 02 No. 01 (Juni, 2021): 83-92.<http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/wocd/article/view/wocd2103>
- Manuaba, 2010. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita Jakarta: Buku Kedokteran EGC*
- Maryanti, D., Septikasari M, (2009), *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Teori dan Praktikum*, Yogyakarta. Nuha Medika
- Noviana N, Wilujeng R D (2014), *Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan*, Trans Info Media, Jakarta
- Opitasari, Cicih. 2020. *Gambaran Penyakit Reproduksi Wanita pada Pasien Rawat Inap yang Menggunakan BPJS Kesehatan di Salah Satu Rumah Sakit Kelas A di Jakarta Pusat Penelitian dan Pengembangan Sumber Daya dan Pelayanan Kesehatan, Jalan Percetakan Negara No. 29 Jakarta*, Submitted: 29 April 2020, Revised: 23 Juli 2020, Accepted: 12 Agustus 2020
- Suiraoaka, 2012, *Penyakit degenerative mengenal, mencegah, dan mengurangi faktor risiko 9 penyakit degeneratif*
- Sibagariang, E (2016), *Kesehatan Reproduksi Wanita (Edisi Revisi)*. Jakarta: penerbit: Trans Info Media (TIM)
- Wiknjosastro H. 2011. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo;