

Scoping Review: Peran Terapi Sulih Hormon terhadap Gejala dan Tanda Perimenopause

Sinta Dwi Kartika, Dean Wahjudy Satyaputra, Cice Tresnasari

Prodi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung, Bandung, Indonesia

Email: sintadwik10@gmail.com, dwsatyaputra@gmail.com, ctresnasari.fk@gmail.com

ABSTRACT: Perimenopause or the climacteric period is a time in which there is a shift from the reproductive stage to the non-reproductive stage. The alternations generally last from 2 years to 5 years, and usually this often happens to a woman whose age ranges from 45 years to 55 years. Perimenopausal women begin with a decrease in estrogen and progesterone levels which can trigger complaints and symptoms of perimenopause such as physiological and psychological complaints. Hormone replacement therapy can prevent the occurrence of various diseases and complaints that arise due to perimenopause, namely dryness of the female genitalia (vagina), as well as disorders that occur in the bladder tract. The use of these therapies can also prevent the development of a disease caused by a decrease in the hormone estrogen such as coronary heart disease and osteoporosis and can lead to increased quality of life.

ABSTRAK: Perimenopause atau masa klimakterium yaitu suatu waktu yang mana terjadinya perpindahan dari tahap reproduktif ke tahapan yang non-reproduktif. Pergantian-pergantian itu umumnya berlangsung dari 2 tahun sampai dengan ke 5 tahun, serta biasanya hal tersebut kerap kali terjadi kepada seorang perempuan yang rentang umurnya berkisar dari usia 45 tahun sampai dengan 55 tahun. Wanita perimenopause diawali dengan terjadinya penurunan kadar estrogen serta progesteron yang dapat memicu keluhan dan gejala perimenopause seperti keluhan fisiologis dan psikologis. Terapi sulih hormon bisa mencegah terjadinya bermacam-macam penyakit serta keluhan yang timbul dikarenakan perimenopause yaitu keringnya bagian kemaluan perempuan (vagina), serta juga gangguan yang terjadi di saluran kandung kemih. Penggunaannya terapi tersebut juga bisa mencegahnya terjadinya perkembangan sebuah penyakit yang dikarenakan adanya penurunannya hormon estrogen layaknya jantung koroner serta osteoporosis dan dapat menyebabkan kualitas hidup meningkat.

1 PENDAHULUAN

Perimenopause atau masa klimakterium yaitu suatu waktu yang mana terjadinya perpindahan dari tahap reproduktif ke tahapan yang non-reproduktif dan terjadi pada perempuan antara umur 45 sampai 55 tahun¹.

Wanita perimenopause diawali dengan terjadinya penurunan kadar progesteron serta estrogen yang dapat memicu keluhan dan gejala-gejala perimenopause seperti keluhan fisiologis dan psikologis².

Terapi sulih hormon adalah sebuah pilihan dimana terapi tersebut dapat menguranginya suatu keluhan pada seorang perempuan dengan keluhan sindroma perimenopause. Terapi ini juga bisa mencegah terjadinya berbagai keluhan yang

timbul dikarenakan perimenopause yaitu keringnya bagian kemaluan perempuan (vagina), serta juga gangguan yang terjadi di saluran kandung kemih³.

2 TINJAUAN PUSTAKA

Perimenopause adalah fase penuaan pada wanita yang ditandai dengan transisi dari fase reproduktif ke fase non-reproduktif. Menopause terjadi selama fase perimenopause sekitar 51 tahun⁴. Wanita perimenopause berusia 45-55 tahun yang memiliki siklus hidup tidak teratur selama 12 bulan terakhir, atau amenore selama 3-11 bulan⁵. Angka kejadian perimenopause di Asia 373 juta di tahun 2025 sedangkan di Indonesia 5,3 juta.⁶

Perimenopause terkait dengan fungsi ovarium. Ovarium memiliki oosit dengan total jumlah yang

tertentu pada saat seorang perempuan dilahirkannya. Disaat masa-masa reproduksi sedang berlangsung, banyaknya jumlah dari folikel mulai mengalami pengurangan yang diakibatkan oleh atresia serta ovulasi. Turunnya jumlah foliker tersebut membuat kadar inhibin B juga mengalami penurunan, menjadikan *feedback* buruk atau negatif ke hipofisi mengalami pengurangan. Dikarenakan terjadinya penurunan dari jumlah foliker yang kontinu terdapat sisa foliker yang tidaklah dapat memberikan respon dari FSH serta menyebabkan tidaklah terjadinya ovulasi. Dikarenakan tidak terjadinya ovulasi menyebabkan masa dari siklus menstruasi menjadi hilang, mengakibatkannya terjadinya pengurangan jumlah dari sel granulosa. Berkurangnya jumlah dari sel granulosa membuat kadar estrogen menjadi ikut mengalami penurunan yang sangat dratis.⁷

Proses menuju perimenopause terdiri dari beberapa tahapan, yaitu:

1. Premenopause

Merupakan masa perpindahan dari masa reproduksi ke masa senium. Pada masa premenopause terjadinya pergantian menstruasi tidaklah beraturan serta ada kalanya terjadinya pendaharan yang sangat banyak serta nyeri.

2. Perimenopause

Merupakan masa menyambut menopause, terjadi perubahan fisik yaitu *hot flushes*, sulit tidur, kering pada vagina dan penurunan libido.

3. Menopause

Merupakan proses berhentinya proses reproduksi yang menyebabkan kecemasan⁸.

Terapi Sulih hormon menopause adalah pengobatan yang paling efisien untuk gejala sindrom klimakterik akut dan untuk pencegahan defisiensi estrogen jangka panjang yang efisien. Sindrom klimakterik merupakan masa yang awal serta juga akhir dari reproduksinya ditandainya dengan terjadinya penurunan dari kadar estrogen serta terjadinya kenaikan keluarnya gonadotropin^{9,10}.

Terapi hormon terdiri atas Terapi Sulih Hormon Alami (TSHA) seerta juga Terapi Sulih Hormon (TSH). Terapi Sulih Hormon ikut andil dalam pemberian hormon estrogen untuk perempuan yang sedang terjangkit menopause. Terapi Sulih Hormon merupakan sebuah terapi yang memberikan

estrogen yang tujuannya untuk memberikan perlindungan kepada jantung serta tulang perempuan yang telah menopause. TSHA adalah sebuah terapi yang isinya memiliki kandungan progesteron alami. Perempuan yang mempergunakan hormon alami dianjurkan guna dilakukannya di bawah pengawasannya seorang dokter, dikarenakan didasarkan dari survei Women's Health Initiative, akibat buruk TSHA terbukti lebih besar dibandingkannya dengan manfaatnya¹¹.

Estrogen yang ada pada terapi pergantian hormon bisa berwujud sebuah gel, tablet, suntik, ataupun dipergunakan secara lansung ke dalamnya alat kelamin wanita (vagina) dalam wujud sebuah krim. Perincian takaran saji estrogen guna terapi pergantian hormon ialah seperti di bawah ini:

Bentuk Obat	Isi Obat	Dosis	Merek Dagang
Tablet	Estradiol valerate	1-2 mg per hari.	Proginova
	Conjugated Estrogen	0,3 mg, sekali sehari.	Esthero
Gel	17 β - estradiol	Dioleskan pada dinding vagina	Oestrogel
Vaginal krim	Estriol	menggunakan aplikator khusus, setiap malam, untuk 2-3 minggu.	Ovestin

3 KESIMPULAN

Perimenopause atau masa klimakterium yaitu suatu era yang mana terjadinya sebuah pergantian dari fase reproduktif menjadi fase yang non-reproduktif pada usia 45 sampai 55 tahun, untuk mengurangnya digunakan terapi sulih hormon.