

ANALISIS FAKTOR RISIKO TERHADAP MASALAH KESEHATAN REPRODUKSI PADA WANITA USIA SUBUR

Sumarni Marwang¹, Rosita Passe², Rismawati³

^{1,2,3} Universitas Megarezky

E-mail: sumarni.megarezky@gmail.com

Abstrak

Analisis faktor risiko terhadap masalah sistem reproduksi pada wanita usia subur mencakup berbagai faktor yang dapat memengaruhi kesehatan reproduksi, seperti gaya hidup tidak sehat, infeksi menular seksual (IMS), ketidakseimbangan hormonal, dan kondisi medis tertentu seperti sindrom ovarium polikistik (PCOS) dan endometriosis. Selain itu, faktor lingkungan, stres, dan paparan terhadap bahan kimia berbahaya juga turut berkontribusi pada gangguan sistem reproduksi. Pola makan yang tidak seimbang, obesitas, kebiasaan merokok, dan konsumsi alkohol dapat memperburuk kondisi tersebut. Pemahaman mengenai faktor-faktor risiko ini penting untuk pencegahan, deteksi dini, dan penanganan yang tepat guna menjaga kesehatan reproduksi wanita usia subur. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study* dimana pengukuran antara variabel independent dengan variabel dependent pada saat yang bersamaan. Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling disebut juga judgment sampling yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan atau masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya.

Kata kunci : Kesehatan Reproduksi, Status Gizi, Pola Hidup, Genetik

Abstract

Risk factor analysis for reproductive system problems in women of childbearing age encompasses various factors that can impact reproductive health, such as unhealthy lifestyles, sexually transmitted infections (STIs), hormonal imbalances, and certain medical conditions like polycystic ovary syndrome (PCOS) and endometriosis. Additionally, environmental factors, stress, and exposure to harmful chemicals also contribute to reproductive system disorders. An unbalanced diet, obesity, smoking, and alcohol consumption can exacerbate these conditions. Understanding these risk factors is crucial for prevention, early detection, and appropriate treatment to maintain the reproductive health of women of childbearing age. The research method used was quantitative research with a cross-sectional study approach, where the independent and dependent variables were measured simultaneously. The sampling technique used in this study was purposive sampling, also known as judgment sampling. This technique involves selecting samples from a population according to the researcher's wishes (the research objective or problem), so that the sample can represent previously known population characteristics.

Keywords: Reproductive Health, Nutritional Status, Lifestyle, Genetics

LATAR BELAKANG

Masalah kesehatan reproduksi pada wanita usia subur (WUS) merupakan isu penting yang mempengaruhi kualitas hidup dan kesejahteraan perempuan. Sistem reproduksi wanita sangat rentan terhadap berbagai faktor yang dapat memengaruhi kesehatan mereka, baik secara fisik maupun psikologis. Kondisi ini seringkali mengarah pada komplikasi medis yang memerlukan perhatian serius, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Kota Makassar, sebagai salah satu kota besar di Indonesia, menjadi lokasi yang relevan untuk mengkaji masalah kesehatan reproduksi pada WUS, mengingat banyaknya kasus terkait gangguan reproduksi yang terjadi di wilayah ini. (Kementrian, 2023)

Sistem reproduksi wanita dapat terpengaruh oleh berbagai faktor risiko, baik yang bersifat individu, sosial, maupun lingkungan. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah usia, pola makan, tingkat aktivitas fisik, kebiasaan merokok, tingkat stres, serta akses terhadap pelayanan kesehatan. Salah satu tempat yang dapat dijadikan lokasi penelitian mengenai masalah ini adalah Puskesmas (PKM) Minasa Upa di Kota Makassar, yang melayani masyarakat dengan beragam kondisi sosial dan ekonomi. Puskesmas ini juga merupakan pusat pelayanan kesehatan primer yang sering kali menjadi garda terdepan dalam menangani masalah kesehatan reproduksi di masyarakat. Kesehatan reproduksi wanita tidak hanya terbatas pada masalah yang berkaitan dengan fertilitas, tetapi juga meliputi gangguan menstruasi, infeksi saluran reproduksi, kanker serviks, hingga masalah-masalah psikologis terkait stres dan kecemasan yang dapat mempengaruhi keseimbangan hormonal. Gangguan-gangguan ini dapat berdampak pada kualitas hidup wanita, karir, bahkan hingga keturunan yang mereka miliki. (Isni, Khoiriyah, 2020) Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang menjadi risiko terhadap masalah sistem reproduksi di kalangan wanita usia subur di Kota Makassar, khususnya di wilayah kerja PKM Minasa Upa.

Salah satu faktor utama yang sering kali menjadi penyebab gangguan kesehatan reproduksi adalah pola hidup yang tidak sehat, yang meliputi kebiasaan makan yang buruk, kurangnya aktivitas fisik, serta kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol. Selain itu, faktor sosial seperti pendidikan, status ekonomi, dan tingkat pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan reproduksi juga berperan penting dalam menentukan seberapa besar risiko yang dapat dihadapi oleh wanita usia subur. Pengetahuan yang terbatas tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin serta kesadaran tentang faktor risiko penyakit dapat memperburuk kondisi kesehatan reproduksi

mereka. Di sisi lain, faktor lingkungan dan akses terhadap fasilitas kesehatan juga berperan besar.(Suwarjono, 2022) Di daerah perkotaan seperti Makassar, meskipun tersedia fasilitas kesehatan yang lebih banyak, namun tidak semua masyarakat dapat mengaksesnya dengan mudah.

Di PKM Minasa Upa, salah satu puskesmas yang melayani berbagai kalangan masyarakat, pelayanan kesehatan reproduksi untuk wanita usia subur menjadi bagian penting dalam upaya meningkatkan kesejahteraan mereka. Namun, meskipun terdapat berbagai program pelayanan kesehatan, banyak WUS yang belum mendapatkan penanganan yang optimal terkait masalah reproduksi mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor risiko yang mempengaruhi masalah sistem reproduksi pada WUS di wilayah kerja PKM Minasa Upa, serta memberikan rekomendasi untuk penanggulangan masalah tersebut. Pentingnya penelitian ini didasari oleh tingginya angka gangguan kesehatan reproduksi yang terjadi pada wanita usia subur di Indonesia. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan RI, masalah kesehatan reproduksi seperti gangguan menstruasi, infeksi saluran reproduksi, dan penyakit menular seksual cukup tinggi prevalensinya di Indonesia. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk melakukan upaya pencegahan dan peningkatan pengetahuan mengenai faktor risiko yang dapat mempengaruhi kesehatan reproduksi.(Yulivantina, E. V., Suryantara, B., Kusumawardani, L. A., & Indah, 2021)

Program edukasi yang melibatkan masyarakat dalam meningkatkan kesadaran tentang faktor-faktor risiko kesehatan reproduksi dapat menjadi solusi jangka panjang yang efektif. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas tentang kondisi kesehatan reproduksi wanita usia subur di PKM Minasa Upa dan memberikan informasi yang berguna bagi pembuat kebijakan kesehatan serta tenaga medis dalam merancang program yang lebih tepat sasaran. Melalui analisis terhadap faktor-faktor risiko yang ada, diharapkan dapat ditemukan pola-pola yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi kelompok wanita usia subur yang lebih berisiko mengalami masalah kesehatan reproduksi. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam peningkatan layanan kesehatan di puskesmas, khususnya dalam hal pencegahan dan penanganan masalah sistem reproduksi pada wanita usia subur.(Haslan, 2020) Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup WUS dan mengurangi angka kematian serta komplikasi terkait kesehatan reproduksi di Kota Makassar.

Berdasarkan uraian tersebut diatas maka peneliti merasa perlu melakukan penelitian tentang “*Analisis Faktor Risiko terhadap Masalah Kesehatan reproduksi pada Wanita Usia Subur*” agar dapat mengetahui penyebab serta mencegah secara dini terjadinya masalah gangguan Kesehatan reproduksi pada Wanita Usia Subur.

METODE

Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study* dimana pengukuran antara variabel independent dengan variabel dependent pada saat yang bersamaan. Penelitian ini akan dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Minasa Upa Kota Makassar. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian populasi dalam penelitian ini adalah semua Wanita Usia Subur di wilayah kerja Puskesmas Minasa Upa Kota Makassar. Sampel adalah sebagian Wanita Usia Subur di wilayah kerja Puskesmas Minasa Upa Kota Makassar. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan kriteria peneliti (tujuan atau masalah dalam penelitian).

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

a. Tabel 1. Pengaruh Status Gizi Terhadap Gangguan system Reproduksi pada Wanita Usia Subur

Status Gizi	Gangguan Sistem Reproduksi				Total		P:
	Ya		Tidak		N	%	
	n	%	n	%			
Cukup	12	30.7	27	69.3	39	100	0.000
Kurang	10	62.5	6	37.5	16	100	
Total	22	40	33	60	55	100	

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 39 yang memiliki status gizi cukup terdapat 27 (69,3) yang tidak mengalami Gangguan Sistem Reproduksi dan 12 (30,7) tidak mengalami Gangguan Sistem Reproduksi. Dari 16 yang memiliki status gizi kurang terdapat 10 (62,5) yang mengalami Gangguan Sistem Reproduksi dan 6 (37,5) yang tidak mengalami Gangguan Sistem Reproduksi. Berdasarkan hasil uji Statistik Nilai $P: 0.001$ dimana nilai $p < \alpha$

maka H_0 di tolak sehingga dapat disimpulkan bahwa status gizi berpengaruh terhadap Gangguan Sistem Reproduksi pada pasangan usia subur.

b. Tabel 2. Pengaruh Pola Hidup Terhadap Gangguan system Reproduksi pada Wanita Usia Subur

Pola Hidup	Gangguan Sistem Reproduksi				Total	P:
	Ya		Tidak			
	n	%	n	%	N	%
Sehat	7	28	25	78	32	100
Tdk Sehat	15	65,2	8	34,8	23	100
Total	22	40	33	60	55	100

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 32 yang memiliki pola hidup sehat terdapat 25 (78) yang tidak mengalami Gangguan Sistem Reproduksi dan 7 (28) yang mengalami Gangguan Sistem Reproduksi. Dari 23 yang memiliki pola hidup tidak sehat terdapat 15 (62,2) yang mengalami Gangguan Sistem Reproduksi dan 8 (34,8) yang tidak mengalami Gangguan Sistem Reproduksi. Berdasarkan hasil uji Statistik Nilai $P: 0.000$ dimana nilai $p < \alpha$ maka H_0 di tolak sehingga dapat disimpulkan bahwa pola hidup berpengaruh terhadap Gangguan Sistem Reproduksi pada pasangan usia subur.

c. Tabel 3. Pengaruh Riwayat Genetik Terhadap Gangguan system Reproduksi pada Wanita Usia Subur

Riwayat Genetik	Gangguan Sistem Reproduksi				Total	P:
	Ya		Tidak			
	n	%	n	%	N	%
Ya	11	55	9	45	20	100
Tidak	11	31,4	24	68,6	35	100
Total	22	40	33	60	55	100

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 20 yang memiliki riwayat genetik terdapat 11 (11%) yang mengalami Gangguan Sistem Reproduksi dan 9 (45%) yang tidak mengalami Gangguan Sistem Reproduksi. Dari 35 yang tidak memiliki riwayat genetik terdapat 24 (68,6%) yang tidak mengalami Gangguan Sistem Reproduksi dan 11 (31,4) yang mengalami Gangguan Sistem Reproduksi. Berdasarkan hasil uji Statistik Nilai $P: 0.010$

dimana nilai $p < \alpha$ maka H_0 di tolak sehingga dapat disimpulkan bahwa riwayat genetik berpengaruh terhadap Gangguan Sistem Reproduksi pada pasangan usia subur.

PEMBAHASAN

Gangguan sistem reproduksi merupakan kondisi yang memengaruhi fungsi normal organ reproduksi, baik pada wanita maupun pria. Gangguan ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti ketidakseimbangan hormon, infeksi menular seksual, gaya hidup tidak sehat, status gizi, genetik, stres, dan kurangnya menjaga kebersihan organ intim. Dampaknya tidak hanya terbatas pada kesehatan fisik, tetapi juga bisa memengaruhi psikologis, kualitas hidup, serta kemampuan reproduksi wanita. Oleh karena itu, deteksi dini dan penanganan tepat sangat penting untuk mencegah komplikasi yang lebih serius. (Djaya *et al.*, 2025)

Status gizi merupakan faktor penting yang memengaruhi kesehatan secara keseluruhan, termasuk fungsi sistem reproduksi, terutama pada wanita usia subur (WUS). Wanita usia subur adalah kelompok rentan terhadap gangguan reproduksi yang dipicu oleh ketidakseimbangan gizi, baik kekurangan maupun kelebihan (Syamsu, Bonita and Alimun, 2025). Status gizi yang tidak optimal dapat memengaruhi regulasi hormonal, siklus menstruasi, ovulasi, hingga kemampuan untuk hamil dan mempertahankan kehamilan.

Kekurangan gizi, seperti defisiensi energi kronis (KEK), anemia (kekurangan zat besi), dan kurangnya mikronutrien penting seperti zinc, vitamin A, D, dan B kompleks, dapat mengganggu produksi hormon reproduksi seperti estrogen dan progesteron. Hal ini bisa menyebabkan gangguan seperti amenore (tidak haid), oligomenore (haid jarang), dan infertilitas. Pada wanita yang mengalami kekurangan energi berat, tubuh akan "menghemat" energi dengan menonaktifkan fungsi reproduksi, karena dianggap bukan prioritas untuk bertahan hidup. Sebaliknya, kelebihan gizi, seperti obesitas, juga berdampak negatif pada sistem reproduksi. Kelebihan lemak tubuh dapat menyebabkan resistensi insulin dan meningkatkan kadar hormon androgen, yang dapat mengganggu ovulasi. Kondisi ini sering dikaitkan dengan sindrom ovarium polikistik (PCOS), salah satu penyebab infertilitas tersering pada wanita usia subur (Imran and Kawa, 2025).

Gangguan sistem reproduksi yang disebabkan oleh status gizi tidak hanya memengaruhi peluang kehamilan, tetapi juga dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan seperti keguguran, preeklamsia, dan kelahiran prematur. Oleh karena itu, menjaga status gizi

yang seimbang merupakan langkah penting dalam menjaga kesehatan reproduksi wanita usia subur (Mulia, 2024). Dengan demikian, intervensi gizi yang tepat dan edukasi mengenai pola makan seimbang sangat diperlukan untuk meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi. Pemeriksaan status gizi secara berkala serta konseling gizi menjadi bagian penting dalam pelayanan kesehatan reproduksi bagi wanita usia subur. (Imran and Kawa, 2025)

Pola hidup merupakan kumpulan kebiasaan sehari-hari yang meliputi aktivitas fisik, pola makan, kualitas tidur, manajemen stres, serta konsumsi zat adiktif seperti alkohol dan rokok. Pada wanita usia subur, pola hidup yang tidak sehat dapat memberikan dampak signifikan terhadap fungsi dan kesehatan sistem reproduksi. Kurangnya aktivitas fisik dan gaya hidup sedentari (minim gerak) dapat menyebabkan ketidakseimbangan hormon, resistensi insulin, dan peningkatan risiko obesitas. Kondisi tersebut sering kali berujung pada gangguan ovulasi dan menstruasi yang tidak teratur. Selain itu, stres berlebihan juga dapat mengganggu keseimbangan hormon hipotalamus-hipofisis-ovarium, yang berperan dalam mengatur siklus haid dan kesuburan. Stres kronis dapat menyebabkan amenore fungsional hipotalamus, yaitu berhentinya haid akibat gangguan sinyal hormon akibat tekanan psikologis (Saudah, 2025).

Kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol juga berkontribusi terhadap penurunan kualitas dan jumlah sel telur, serta peningkatan risiko infertilitas. Nikotin dapat merusak pembuluh darah di organ reproduksi dan mempercepat penuaan ovarium. Sementara itu, alkohol dalam jumlah berlebihan mengganggu metabolisme hormon estrogen dan progesteron yang penting untuk ovulasi dan kehamilan. Selain itu, kebiasaan tidur yang tidak teratur atau kurang tidur dapat memengaruhi produksi hormon melatonin dan kortisol, yang memiliki pengaruh tidak langsung terhadap fungsi ovarium dan siklus haid. Gangguan tidur jangka panjang berpotensi mengganggu kesuburan dan meningkatkan risiko gangguan reproduksi lainnya. Sebaliknya, pola hidup sehat seperti rutin berolahraga, menjaga berat badan ideal, makan makanan bergizi seimbang, tidur cukup, dan mengelola stres secara efektif, dapat memperbaiki fungsi hormonal dan meningkatkan peluang kehamilan secara alami (Marsusi, 2026). Pola hidup yang sehat juga membantu mencegah dan mengelola kondisi medis seperti PCOS, endometriosis, dan gangguan menstruasi lainnya. Dengan demikian, pola hidup yang sehat memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan sistem reproduksi wanita usia subur. Edukasi dan intervensi dini terhadap pola hidup menjadi langkah preventif yang sangat dianjurkan dalam pelayanan kesehatan reproduksi.

Riwayat genetik merupakan salah satu faktor risiko yang signifikan terhadap terjadinya gangguan sistem reproduksi pada wanita usia subur. Genetika memengaruhi berbagai aspek fungsi reproduksi, mulai dari perkembangan organ reproduksi, regulasi hormon, hingga proses ovulasi dan implantasi. Wanita yang memiliki anggota keluarga dengan riwayat gangguan reproduksi, seperti endometriosis, sindrom ovarium polikistik atau keguguran berulang, memiliki risiko lebih tinggi mengalami kondisi serupa. Meskipun riwayat genetik tidak dapat diubah, deteksi dini melalui skrining genetik dan pemeriksaan kesehatan reproduksi dapat membantu wanita usia subur untuk memahami risiko yang mereka hadapi dan mengambil langkah-langkah pencegahan atau penanganan dini. Pendekatan medis yang terintegrasi serta perencanaan kehamilan yang matang sangat penting untuk mengurangi dampak gangguan sistem reproduksi yang dipengaruhi oleh faktor genetik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Analisis Faktor yang berpengaruh terhadap masalah Kesehatan Reproduksi, maka dapat disimpulkan sebagai berikut; Ada Pengaruh Status gizi terhadap, pola hidup dan Riwayat genetic terhadap kejadian masalah Kesehatan reproduksi pada Wanita Usia subur. Oleh karena itu diharapkan masyarakat dapat mengetahui penyebab sehingga dapat mencegah lebih awal terjadinya masalah pada Kesehatan reproduksi

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Megarezky Makassar, pihak Puskesmas Makkasau, seluruh responden, serta semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan motivasi selama proses penelitian berlangsung. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan pendidikan dan promosi kesehatan reproduksi pada wanita usia subur.

DAFTAR PUSTAKA

- Djaya, W. H. *et al.* (2025) 'Faktor yang Berpengaruh terhadap Kesehatan Reproduksi DI PT . Maruki International Indonesia Article history ', 6(3), pp. 567–578.
- Haslan, H. (2020) 'Asuhan Kebidanan Kehamilan Terintegrasi', *Insan Cendekia Mandiri*.
- Imran, R. W. and Kawa, A. (2025) 'Hubungan Status Gizi dengan Kesehatan Reproduksi Wanita

Usia Subur The Relationship Between Nutritional Status and Reproductive Health of Women of Childbearing Age', 8(7), pp. 4060–4062. doi: 10.56338/jks.v8i7.8242.

Isni, Khoiriyah, et all (2020) 'Upaya Penanggulangan Masalah Kesehatan Reproduksi Remaja di Kecamatan Jetis, Yogyakarta. Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan.', *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian kepada Masyarakat*.

Kementrian, K. R. (2023) *Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak*.

Marsusi, N. T. P. (2026) 'Determinan Kejadian Kista Ovarium pada Wanita Usia Subur', 2(1), pp. 199–209.

Mulia, U. S. (2024) 'Studi deskriptif kelompok risiko wanita usia subur di wilayah kerja upt puskesmas guntung', 3(1), pp. 18–24. doi: 10.33859/mcc.v3i1.392.

Saudah, D. S. (2025) 'Edukasi Pola Hidup dan Kebersihan Pribadi untuk Mencegah Keputihan pada Wanita Usia Subur di Desa Bak Paoh 1,2', 01(01), pp. 24–31.

Suwarjono, M. (2022) 'embentukan Posyandu Remaja Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Kualitas Kesehatan Remaja di Dusun Dingkikan, Sedayu, Bantul', *Jurnal Atma Inovasia*, 2(4).

Syamsu, F., Bonita, N. and Alimun, S. R. (2025) 'Peran Gizi terhadap Kesehatan Reproduksi Wanita Kajian Literatur Review', 25(3), pp. 1569–1575. doi: 10.33087/jiubj.v25i3.6335.

Yulivantina, E. V., Suryantara, B., Kusumawardani, L. A., & Indah, F. (2021) *Modul Praktikum Asuhan Pranikah dan Prakonsepsi*.