

Nama : Tjahya Pramudyaning Sumantri

Nim : 2110101051

Mata Kuliah : Fisiologi

Menopause merupakan suatu kondisi ketika siklus menstruasi berhenti secara permanen dikarenakan adanya kehilangan aktivitas folikular ovarium. Berhentinya menstruasi yang dimaksud adalah jika amenorea terjadi setelah 12 bulan berturut-turut, maka saat itulah dapat ditegakkan diagnose terjadinya menopause. Menopause sebagai akibat adanya penurunan dan hilangnya aktivitas folikel ovarium dan berakibat pada penurunan kadar hormone reproduksi khususnya estrogen, maka beberapa keluhan muncul pada perempuan menopause. Kadar estrogen yang rendah menyebabkan adanya perubahan baik secara fisik maupun psikis seperti:

- 1) Instability vasomotor (hot flushes, banyak berkeringat di malam hari).
- 2) Perubahan psikis (mood swings, depresi, anxiety, dan gangguan konsentrasi).
- 3) Insomnia.
- 4) Atrofi saluran genitalia (vaginal dryness, nyeri saat hubungan seksual, dan urinary incontinence).
- 5) Perubahan kulit (kulit menipis dan elastisitas menurun).

Berkurangnya kadar hormone reproduksi pada perempuan saat menopause dikaitkan dengan adanya peningkatan beberapa resiko penyakit salah satunya adalah Osteoporosis. Hormon memang memberikan pengaruh besar pada pengeroposan tulang. Saat memasuki fase menopause, kadar estrogen pada wanita akan berkurang sehingga kepadatan tulangnya pun ikut merosot. Berkurangnya hormon estrogen mengakibatkan kaum perempuan memiliki resiko lebih tinggi terkena osteoporosis terutama pada masa menopause karena hormon estrogen menurun mengakibatkan kecepatan penurunan masa tulang meningkat hal ini terjadi karena estrogen membantu penyerapan kalsium ke dalam tulang sehingga ketika kadar estrogen menurun, maka wanita akan mengalami kehilangan kalsium dari tulang dengan cepat.

