



**BAB I**  
**PENDAHULUAN**

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Obesitas kerap terjadi diberbagai usia dan diberbagai negara, termasuk Indonesia. Menurut Sirkesnas, tahun 2016 prevalensi obesitas dengan BMI (*body mass index*)  $\geq 25$  sebanyak 28.7% orang. Obesitas dapat terjadi karena berbagai macam faktor seperti genetik, obat-obatan, konsumsi makanan berlebih, kurangnya aktivitas fisik, psikis, dan penyakit (Kusteviani, 2015). Obesitas pada wanita lebih tinggi dibandingkan pria. Dari banyaknya penyakit yang berkaitan dengan obesitas, PCOS (*polycystic ovary syndrome*) menjadi salah satu diantaranya yang dapat terjadi pada wanita. PCOS ialah suatu gangguan hormonal yang sering terjadi pada wanita usia reproduksi. Diseluruh dunia, PCOS tercatat hingga 3-15% (Bednarska & Siejka, 2017). PCOS terpaut dalam sejumlah komorbiditas lain seperti resistensi insulin, diabetes melitus, sindroma metabolik, toleransi glukosa abnormal, gangguan psikiatri, penyakit kardiovaskular, risiko kanker, dan lain-lain (Ganie et al., 2019).

Salah satu penyebab obesitas ialah mengonsumsi makanan dengan tinggi karbohidrat dan lemak secara berlebihan dalam jangka waktu yang lama. Mengonsumsi makanan seperti ini secara terus menerus dapat menyebabkan volume jaringan adiposa visceral membesar dan lambat laun tubuh akan mengalami suatu peradangan atau inflamasi karena terproduksinya sitokin inflamasi didalam jaringan yang membesar tersebut (Grosso et al., 2014; Mehrabani & Meyer, 2012).

Angka kejadian PCOS dengan berat badan berlebih mencapai 38-88%. Hal ini mempengaruhi terapi dari PCOS, salah satunya dengan mengubah cara hidup

dengan diet (Anisya et al., 2019). Diet yang dapat digunakan untuk terapi PCOS terbilang banyak. Macam-macam diet yang dapat dilakukan untuk PCOS seperti diet ketogenik, diet mediterania, diet mengurangi asupan karbohidrat, diet vegetarian, diet tinggi protein, dan diet rendah indeks glikemik (Bednarska & Siejka, 2017; Cincione et al., 2021; Kazemi et al., 2018; Magagnini et al., 2022; McGrice & Porter, 2017; Paoli et al., 2020; Saadati et al., 2021; Salama et al., 2015; Małgorzata Szczuko et al., 2018; Turner-McGrievy et al., 2014; Wang et al., 2020).

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana penerapan diet rendah glikemik pada perubahan manifestasi klinis dan penanda inflamasi wanita dengan *Polycystic Ovary Syndrome* (PCOS)?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh penerapan diet rendah glikemik pada perubahan manifestasi klinis dan penanda inflamasi wanita dengan *Polycystic Ovary Syndrome* (PCOS).

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui pengaruh penerapan diet rendah glikemik pada wanita dengan PCOS terhadap penurunan indeks massa tubuh
2. Untuk mengetahui pengaruh penerapan diet rendah glikemik pada wanita dengan PCOS terhadap keteraturan menstruasi
3. Untuk mengetahui pengaruh penerapan diet rendah glikemik pada wanita dengan PCOS terhadap keberhasilan hamil
4. Untuk mengetahui pengaruh penerapan diet rendah glikemik pada wanita dengan PCOS terhadap perubahan penanda inflamasi

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Memberikan informasi ilmiah mengenai pengaruh penerapan diet rendah glikemik pada perubahan manifestasi klinis dan penanda inflamasi wanita dengan *Polycystic Ovary Syndrome* PCOS.

### **1.4.2 Manfaat Klinis**

Diet rendah glikemik dapat digunakan sebagai tambahan terapi non farmakologi untuk wanita dengan *Polycystic Ovary Syndrome* (PCOS) yang diharapkan dapat menurunkan indeks masa tubuh dan kejadian infertilitas, mengembalikan siklus menstruasi, dan menurunkan kadar inflamasi dalam tubuh.

