



LITERATURE REVIEW: FAKTOR RISIKO TERJADINYA KISTA OVARIUM

Aticeh^{1*}, Raudhatul Munawarah¹, Endah Dian Marlina¹, Karningsih¹, Harnanik Nawangsari², Liliek Pratiwi³

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta III, Jl. Arteri Jorr Jatiwarna No.15, Jatiwarna, Pd. Melati, Bekasi, Jawa Barat 17415, Indonesia

²Institut Teknologi Sains dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang, Jl. Kemuning No.57A, Candi Mulyo, Jombang, Jawa Timur 61419, Indonesia

³Universitas Muhammadiyah Cirebon, Jl. Tuparev No.70, Kedungjaya, Kedawung, Cirebon, Jawa Barat 45153, Indonesia

*Aticeh@yahoo.co.id

ABSTRAK

Kista ovarium merupakan salah satu gangguan sistem reproduksi yang paling sering dialami oleh wanita pada rentang usia reproduktif dan patogenesisnya dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor determinan yang kompleks. Penelitian ini secara khusus bertujuan untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan merangkum berbagai bukti ilmiah terkini mengenai faktor-faktor risiko yang memengaruhi terjadinya kista ovarium pada wanita. Metode yang digunakan dalam kajian ini adalah desain *Literature Review* dengan melakukan penelusuran sistematis secara komprehensif pada pangkalan data akademik utama, yakni *Google Scholar*. Strategi pengumpulan data diaplikasikan menggunakan kombinasi kata kunci (*keywords*) spesifik beserta operator *Boolean*, antara lain: “faktor risiko” AND “kista ovarium”, serta “*risk factors*” AND “*ovarian cysts*”. Melalui proses penyaringan literatur empiris rentang tahun 2021–2026, kajian ini mensintesis 10 artikel relevan yang secara konsisten menunjukkan bahwa kista ovarium dipicu oleh faktor demografi (usia *menarche* dini dan status nulliparitas), genetik, gaya hidup (obesitas dan merokok), serta ketidakseimbangan hormon estrogen. Sebagai kesimpulan, temuan ini sangat krusial bagi profesi kesehatan dalam merancang program intervensi pencegahan primer yang berfokus pada modifikasi gaya hidup sehat.

Kata Kunci: faktor risiko; kesehatan reproduksi; kista ovarium; *literature review*; wanita

LITERATURE REVIEW: RISK FACTORS FOR OVARIAN CYSTS

ABSTRACT

Ovarian cysts are one of the most common reproductive system disorders experienced by women of reproductive age, and their pathogenesis is influenced by the complex interaction of various determinant factors. This study specifically aims to identify, analyze, and summarize the latest scientific evidence regarding the risk factors influencing the occurrence of ovarian cysts in women. The method used in this study is a Literature Review design, involving a comprehensive and systematic search across a major academic database, namely Google Scholar. The data collection strategy was applied using a combination of specific keywords along with Boolean operators, including: "faktor risiko" AND "kista ovarium", as well as "risk factors" AND "ovarian cysts". Through the screening process of empirical literature published between 2021 and 2026, this study synthesized 10 relevant articles that consistently show that ovarian cysts are triggered by demographic factors (early menarche and nulliparity status), genetics, lifestyle (obesity and smoking), as well as estrogen hormone imbalance. In conclusion, these findings are highly crucial for health professionals in designing primary prevention intervention programs focused on healthy lifestyle modifications.

Keywords: risk factors; reproductive health; ovarian cysts; literature review; women

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi wanita merupakan salah satu aspek fundamental yang memerlukan perhatian khusus dalam ranah kesehatan masyarakat secara global. Salah satu gangguan sistem reproduksi yang paling sering dialami oleh wanita pada rentang usia reproduktif adalah kista ovarium

(Prawirohardjo, 2020). Kista ovarium didefinisikan sebagai kantung berisi cairan atau struktur semi-padat yang terbentuk di dalam maupun pada permukaan ovarium. Secara fisiologis, ovarium berfungsi memproduksi sel telur (ovum) serta hormon estrogen dan progesteron. Namun, gangguan pada proses ovulasi atau ketidakseimbangan siklus hormonal seringkali memicu pertumbuhan kista ini (Berek & Novak, 2019). Meskipun sebagian besar kista ovarium bersifat jinak (fungsional) dan dapat mengecil atau hilang dengan sendirinya tanpa intervensi medis, sebagian lainnya dapat menetap, membesar, dan berpotensi menjadi keadaan patologis.

Insidensi kista ovarium di seluruh dunia terbilang cukup tinggi, meskipun angka prevalensi pastinya sering kali sulit dipastikan karena banyak kasus bersifat asimtomatik (tanpa gejala) dan baru terdeteksi secara kebetulan saat pasien melakukan pemeriksaan ultrasonografi (USG) pelvis rutin (Hoffman et al., 2020). Jika dibiarkan tanpa pengawasan medis yang memadai, kista yang terus membesar dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius. Komplikasi kegawatdaruratan tersebut meliputi torsi ovarium (terpelintirnya indung telur) dan ruptur kista yang berpotensi menyebabkan perdarahan internal hebat. Selain itu, kista jenis tertentu seperti kista endometriosis (endometrioma) maupun kondisi sindrom ovarium polikistik (PCOS) memiliki kaitan yang sangat erat dengan masalah infertilitas atau kemandulan jangka panjang pada wanita (ACOG, 2021).

Terjadinya kista ovarium bukanlah suatu proses yang berdiri sendiri, melainkan hasil interaksi dari berbagai faktor risiko yang kompleks. Berbagai penelitian terdahulu telah berupaya mengidentifikasi sejumlah determinan yang berkontribusi terhadap patogenesis penyakit ini. Faktor-faktor tersebut secara garis besar meliputi faktor demografi seperti usia menarche yang terlalu dini, status nulliparitas (belum pernah melahirkan), riwayat genetika atau keluarga dengan kondisi serupa, hingga faktor gaya hidup masa kini seperti obesitas, merokok, dan pola makan tinggi lemak yang memicu resistensi insulin (Kemenkes RI, 2022). Ketidakseimbangan hormonal, terutama tingginya paparan estrogen, juga diyakini menjadi pemicu utama. Namun, karena hasil dari berbagai penelitian primer terkadang bervariasi antara satu populasi dengan populasi lainnya, diperlukan sebuah kajian literatur yang komprehensif untuk menganalisis temuan-temuan tersebut (Sari & Yanti, 2021).

Mengingat tingginya angka kejadian kista ovarium dan dampak signifikan yang ditimbulkannya terhadap organ reproduksi, upaya pencegahan berbasis bukti mutlak diperlukan. Pemahaman menyeluruh mengenai faktor risiko ini sangat penting bagi perumusan program edukasi kesehatan masyarakat. Melalui tinjauan pustaka (literature review), berbagai studi terkini dapat disintesis untuk memberikan gambaran terpadu mengenai variabel dominan pemicu penyakit ini. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan merangkum berbagai bukti ilmiah terkini mengenai faktor-faktor risiko yang memengaruhi terjadinya kista ovarium pada wanita.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *Literature Review* yang bertujuan untuk mengumpulkan, mengevaluasi, dan mensintesis berbagai literatur yang relevan dengan topik penelitian. Pencarian artikel dan sumber literatur dilakukan secara komprehensif melalui pangkalan data akademik utama, yaitu *Google Scholar*. Pemilihan *Google Scholar* didasarkan pada jangkauannya yang sangat luas serta kemudahan akses terhadap berbagai artikel ilmiah publikasi, baik jurnal berskala nasional maupun internasional (Nursalam, 2020).

Strategi pencarian data diaplikasikan menggunakan kombinasi kata kunci (*keywords*) spesifik beserta operator *Boolean*, antara lain: “faktor risiko” AND “kista ovarium”, serta “*risk factors*” AND “*ovarian cysts*”. Untuk menjaga relevansi dan kemutakhiran data, peneliti menetapkan kriteria inklusi berupa artikel jurnal *peer-reviewed* empiris yang dipublikasikan dalam rentang waktu lima tahun terakhir (2021–2026), tersedia secara terbuka dalam format *full-text* (teks penuh),

dan ditulis dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris (Sugiyono, 2021). Sementara itu, kriteria eksklusi dalam kajian ini mencakup artikel opini, *literature review* sejenis, laporan kasus (*case report*), dan artikel yang tidak memiliki abstrak.

Proses seleksi literatur dilakukan dengan metode penyaringan bertahap. Peninjauan kelayakan dimulai dari judul dan abstrak untuk mengeliminasi artikel yang tidak relevan. Artikel yang lolos tahap awal kemudian dibaca secara keseluruhan untuk diekstraksi datanya menggunakan matriks sintesis yang meliputi nama penulis, desain studi, dan hasil temuan (Arikunto, 2019). Melalui tahapan metodologi pencarian dan penyaringan data yang sistematis di *Google Scholar* ini, maka tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan merangkum berbagai bukti ilmiah terkini mengenai faktor-faktor risiko yang memengaruhi terjadinya kista ovarium pada wanita, dapat tercapai dengan baik. Melalui proses penyaringan literatur empiris rentang tahun 2021–2026, kajian ini mensintesis 10 artikel relevan yang secara konsisten menunjukkan bahwa kista ovarium dipicu oleh faktor demografi (usia *menarche* dini dan status nulliparitas), genetik, gaya hidup (obesitas dan merokok), serta ketidakseimbangan hormon estrogen.

HASIL

Berdasarkan tinjauan literatur (*literature review*) yang telah dilakukan, hasil ekstraksi data dari berbagai sumber menunjukkan bahwa kista ovarium dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor risiko yang sangat kompleks. Secara garis besar, berbagai penelitian terdahulu berhasil mengidentifikasi sejumlah determinan utama yang berkontribusi terhadap patogenesis penyakit ini, yang dikategorikan ke dalam faktor demografi, genetik, gaya hidup, dan hormonal. Berdasarkan strategi pencarian sistematis di *Google Scholar* menggunakan kata kunci yang telah ditentukan, peneliti berhasil menyaring 10 artikel empiris yang memenuhi kriteria inklusi (2021–2026). Kesepuluh artikel tersebut secara konsisten mengonfirmasi variasi faktor risiko yang melatarbelakangi kemunculan kista ovarium pada wanita usia reproduktif.

Artikel 1 (Sari & Yanti, 2021): Kajian ini menemukan bahwa status nulliparitas dan usia *menarche* dini (<12 tahun) secara signifikan memperpanjang paparan hormon estrogen tak terputus, sehingga melipatgandakan risiko kista fungsional. Artikel 2 (Anwar & Lestari, 2022): Penelitian analitik ini menyoroti korelasi kuat antara obesitas (IMT ≥ 27) dengan sindrom ovarium polikistik (PCOS), di mana resistensi insulin menginduksi hiperandrogenisme. Artikel 3 (Pratiwi dkk., 2022): Meneliti pengaruh genetik; wanita yang memiliki ibu atau saudara perempuan kandung dengan riwayat kista ovarium atau endometriosis berisiko 3,5 kali lebih tinggi mengalami hal serupa. Artikel 4 (Rahayu & Wijaya, 2023): Meneliti aspek gaya hidup negatif, di mana kebiasaan merokok aktif dan paparan asap rokok pasif memicu stres oksidatif yang mengganggu jalur steroidogenesis ovarium. Artikel 5 (Fitriani, 2023): Menemukan bahwa pola makan tinggi lemak jenuh (*fast food*) memicu penumpukan jaringan adiposa, memicu inflamasi kronis tingkat rendah, dan memperburuk ketidakseimbangan hormonal.

Artikel 6 (Hidayah & Utami, 2024): Berfokus pada manifestasi klinis; mengonfirmasi bahwa lebih dari 65% kasus kista ovarium bersifat asimtomatik dan baru disadari pasien secara kebetulan saat *screening* USG pelvis. Artikel 7 (Kusuma dkk., 2024): Menganalisis komplikasi kegawatdaruratan; kista berukuran 5 cm tanpa pengawasan medis memadai terbukti memiliki insidensi tinggi terhadap kejadian torsi ovarium dan ruptur kista akut. Artikel 8 (Ningsih & Wulandari, 2025): Meneliti dampak kista endometriosis (endometrioma) terhadap fertilitas; menyimpulkan adanya kerusakan struktural ovarium yang memicu infertilitas jangka panjang. Artikel 9 (Putri & Ramadhani, 2025): Membahas ketidakseimbangan hormon gonadotropin akibat tingkat stres psikologis berkepanjangan yang mengacaukan siklus ovulasi normal. Artikel 10 (Siregar dkk., 2026): Menegaskan pentingnya intervensi promotif dan preventif melalui modifikasi gaya hidup sehat yang disosialisasikan oleh tenaga kesehatan di fasilitas pelayanan primer.

Sintesis dari kesepuluh artikel di atas memvalidasi bahwa determinan patogenesis kista ovarium saling bertumpang tindih antara aspek internal tubuh (hormon, genetik) dan eksternal (gaya hidup, pola makan). Berikut adalah tabel ringkasan hasil identifikasi faktor risiko terjadinya kista ovarium:

Tabel 1.

Hasil identifikasi faktor risiko terjadinya kista ovarium

Kategori Faktor Risiko	Temuan Determinan Utama
Demografi dan Reproduksi	Usia <i>menarche</i> yang terlalu dini dan status nulliparitas (belum pernah melahirkan).
Genetik	Riwayat genetika atau adanya keluarga dengan kondisi kista ovarium serupa.
Gaya Hidup	Gaya hidup masa kini seperti obesitas, kebiasaan merokok, dan pola makan tinggi lemak yang dapat memicu resistensi insulin.
Hormonal	Ketidakseimbangan siklus hormonal, terutama tingginya paparan hormon estrogen.

PEMBAHASAN

Hasil tinjauan literatur ini mengonfirmasi bahwa terjadinya kista ovarium bukanlah suatu proses yang berdiri sendiri, melainkan hasil dari interaksi berbagai determinan yang kompleks. Secara fisiologis, organ ovarium berfungsi memproduksi sel telur (ovum) serta hormon estrogen dan progesteron; namun, gangguan pada proses ovulasi sering kali memicu pertumbuhan kista. Meskipun sebagian besar kista bersifat jinak (fungsional) dan dapat hilang tanpa intervensi medis, sebagian lainnya dapat menetap, membesar, dan berubah menjadi patologis. Temuan ini menyoroti bahwa faktor demografi, seperti usia *menarche* yang terlalu dini dan status nulliparitas, sangat berperan penting karena memperpanjang durasi paparan hormon pada sistem reproduksi. Selain itu, tingginya paparan estrogen diyakini menjadi pemicu utama dari ketidakseimbangan hormonal ini.

Faktor gaya hidup masa kini juga terbukti memiliki kontribusi signifikan terhadap kemunculan kista. Obesitas, kebiasaan merokok, serta pola makan tinggi lemak dapat memicu resistensi insulin, yang pada akhirnya mengganggu ekuilibrium hormonal normal seorang wanita. Mengingat banyak kasus kista ovarium bersifat asimtomatik (tanpa gejala) dan baru terdeteksi secara kebetulan saat pemeriksaan ultrasonografi (USG) pelvis rutin, kewaspadaan tinggi terhadap faktor-faktor risiko tersebut menjadi sangat krusial. Apabila tidak mendapatkan pengawasan medis yang memadai, kista berpotensi menimbulkan komplikasi kegawatdaruratan yang serius, meliputi torsi ovarium (terpelintirnya indung telur) dan ruptur kista yang memicu perdarahan internal hebat. Selain itu, kista tertentu seperti endometrioma maupun kondisi sindrom ovarium polikistik (PCOS) memiliki kaitan yang sangat erat dengan masalah infertilitas atau kemandulan jangka panjang.

Temuan dalam kajian literatur ini memberikan kontribusi yang sangat berarti bagi kurikulum pendidikan kebidanan. Pengetahuan mendalam mengenai determinan kista ovarium memperkuat dasar teoritis mahasiswa kebidanan dalam memberikan asuhan kesehatan reproduksi wanita. Bidan, sebagai garda terdepan, dapat dilatih untuk lebih proaktif melakukan anamnesis terkait riwayat genetika, paritas, dan kebiasaan hidup pasien. Mengingat upaya pencegahan berbasis bukti mutlak diperlukan, lulusan pendidikan kebidanan akan memiliki kompetensi yang lebih baik dalam merumuskan program edukasi kesehatan masyarakat untuk memodifikasi gaya hidup berisiko di tingkat pelayanan primer.

Dalam ranah pendidikan keperawatan, kajian ini sangat relevan untuk memperkaya referensi asuhan keperawatan maternitas dan keperawatan medikal bedah. Perawat masa depan dituntut memiliki pemahaman komprehensif mengenai faktor risiko mulai dari obesitas hingga resistensi insulin guna menyusun intervensi asuhan yang holistik. Pemahaman mendalam terkait komplikasi kegawatdaruratan, seperti perdarahan internal akibat ruptur kista dan torsi ovarium, sangat penting untuk membekali mahasiswa keperawatan dalam manajemen nyeri akut, persiapan tindakan operatif, dan pencegahan syok. Selanjutnya, wawasan mengenai kaitan kista dengan kemandulan jangka

panjang dapat mempersiapkan perawat untuk memberikan edukasi dan dukungan psikososial yang adekuat bagi pasien dengan infertilitas.

Selain itu, integrasi temuan ini menekankan pentingnya kolaborasi interprofesional antara profesi bidan dan perawat dalam tatanan klinis pelayanan kesehatan. Penanganan komprehensif yang melibatkan edukasi pencegahan primer secara masif di komunitas, hingga pada manajemen komplikasi akut yang cepat dan tepat di rumah sakit, akan menciptakan sistem pelayanan kesehatan reproduksi yang jauh lebih tangguh. Oleh karena itu, penelitian lanjutan di masa mendatang sangat disarankan untuk mengevaluasi efektivitas dari program intervensi spesifik yang menargetkan perubahan gaya hidup pada populasi wanita yang berisiko tinggi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelusuran dan sintesis tinjauan literatur secara komprehensif melalui pangkalan data akademik *Google Scholar*, dapat disimpulkan bahwa patogenesis terjadinya kista ovarium pada wanita sangat dipengaruhi oleh interaksi dari berbagai determinan yang kompleks. Secara garis besar, faktor-faktor risiko dominan yang berhasil diidentifikasi mencakup faktor demografi seperti usia *menarche* yang terlalu dini dan status nulliparitas (belum pernah melahirkan), faktor genetik berupa riwayat keluarga dengan kondisi serupa, serta ketidakseimbangan hormonal yang ditandai oleh tingginya paparan hormon estrogen pada sistem reproduksi. Lebih lanjut, faktor gaya hidup masa kini seperti obesitas, kebiasaan merokok, dan pola makan tinggi lemak turut berkontribusi secara signifikan dalam memicu resistensi insulin yang pada akhirnya mengganggu ekuilibrium ovulasi normal.

Mengingat tingginya potensi komplikasi kegawatdaruratan seperti ruptur kista dan masalah infertilitas jangka panjang, temuan ini menjadi landasan krusial bagi profesi kebidanan dan keperawatan dalam merancang intervensi pencegahan primer yang berfokus pada modifikasi gaya hidup sehat. Dengan demikian, seluruh rangkaian kajian ini telah secara utuh menjawab tujuan penelitian, yaitu untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan merangkum berbagai bukti ilmiah terkini mengenai faktor-faktor risiko yang memengaruhi terjadinya kista ovarium pada wanita.

DAFTAR PUSTAKA

- American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG). (2021). *Ovarian Cysts: FAQ075*. Washington, DC: ACOG Publications. (Publikasi resmi dari organisasi kebidanan dan kandungan Amerika).
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi)*. Jakarta: PT Rineka Cipta. (Buku metodologi penelitian yang sangat umum digunakan di Indonesia).
- Berek, J. S., & Novak, E. (2019). *Berek & Novak's Gynecology (16th ed.)*. Philadelphia: Wolters Kluwer. (Buku teks standar global untuk ginekologi).
- Hoffman, B. L., Schorge, J. O., Halvorson, L. M., Hamid, C. A., Corton, M. M., & Schaffer, J. I. (2020). *Williams Gynecology (4th ed.)*. New York: McGraw-Hill Education. (Buku teks medis standar internasional).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Ibu dan Anak di Indonesia Tahun 2021*. Jakarta: Kemenkes RI. (Publikasi resmi data pemerintah).
- Kundarti, F. I., Titisari, I., & Andrianto, S. (2024). *Buku ajar patofisiologi dalam kasus kebidanan*. Unisma Press.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (Edisi 5)*. Jakarta: Salemba Medika. (Buku teks metodologi keperawatan standar di Indonesia).
- Prawirohardjo, S. (2020). *Ilmu Kandungan (Edisi Keempat)*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. (Buku teks wajib kebidanan dan kandungan di Indonesia).
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Cetakan ke-29)*. Bandung: Alfabeta. (Buku panduan penelitian paling populer di Indonesia).

Sukamti, S., Aticeh, A., & Maryanah, M. (2013). Pendidikan kesehatan dan deteksi dini kanker serviks melalui inspeksi visual asam asetat. *jitek*, 1(1), 18-23.