

## **FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN dengan USIA MENOPAUSE (Studi di Puskesmas Bangetayu Tahun 2015)**

Mujahidah Amrina Rosyada<sup>1)</sup>, dr. Siti Fatimah Pradigdo, M. Kes<sup>2)</sup>, Drs. Ronny Aruben, MA<sup>2)</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa Peminatan Kesehatan Ibu dan Anak FKM UNDIP

<sup>2</sup> Dosen Bagian Peminatan Gizi FKM UNDIP

Email : [dayalangit@gmail.com](mailto:dayalangit@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*The aging process occurs in human life . Especially in women , disruption to the loss of the normal process of menstruation is an issue that will be passed women because menopause is a physiological problem . Acceptance of menopause among women will be different and therefore the problem of factors related to the age of menopause should be known clearly by women. In PHC Bangetayu , from 15 to 40 % of women Whose menopause between the ages of 45-50 , and 60 % aged > 51 years. The aim of this study was to determine the factors associated with menopause . Is a quantitative research with cross sectional approach. The population in this study were women aged 40-59 years with a total of 60 people . The sampling technique in the research using purposive sampling . The data analysis used the chi square test and Spearman Rank test with significance level  $\alpha = 5 \%$ . The research showed that most of the samples with menopause age  $\geq 50$  years ( 58.3 % ) , the status of completed high school ( 31.7 % ) , having children > 4 ( 63.3 % ) , used contraception ( 86.7 % ) and experienced menarche at age > 16 years ( 71.7 % ) . The test results stating the relationship there is a correlation between the number of children with the age of menopause (  $p = 0.046$  ) and there is a correlation with age of menarche age of menopause (  $p = 0.047$  ) . This study concluded that factors associated with menopause age is the age of menarche and number of children. Suggestion for the Department of Health to to be more active in maternal and child health programs , especially older programs with the holding of Posyandu elderly . Expected the public to know the sense of menopause , menopausal symptoms , factors associated with menopause and know how to cope with the symptoms of menopause*

**Keywords** : Characteristics, Number of Children , Contraception , age of menarche, age Menopause

### **PENDAHULUAN**

Seiring dengan peningkatan usia banyak terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan pada manusia, namun pada suatu saat pertumbuhan dan perkembangan akan terhenti pada suatu tahapan, sehingga berikutnya akan banyak perubahan yang terjadi

pada fungsi tubuh manusia, perubahan tersebut biasanya terjadi pada proses penuaan.<sup>1</sup>

Menopause adalah perubahan pada wanita ketika periode menstruasinya berhenti. Seorang wanita sudah mencapai menopause apabila dia tidak mendapatkan menstruasi selama 12 bulan secara berurutan, dan tidak

ada penyebab lain untuk perubahan yang terjadi tersebut. Menopause dalam kehidupan wanita mengalami 3 tahap yakni Premenopause, Perimenopause dan Pascamenopause.<sup>2</sup>

Sebagian wanita memasuki usia 50 tahun dan menjadi tua seringkali menjadi momok yang menakutkan. Kekhawatiran ini berawal dari pemikiran bahwa dirinya akan menjadi tidak sehat, tidak bugar, dan tidak cantik lagi, kondisi tersebut memang tidak menyenangkan dan menyakitkan. Padahal, masa tua dan menopause merupakan salah satu tahap yang harus dijalani seorang wanita dalam kehidupannya. Seperti halnya tahap-tahap kehidupan yang lain, yaitu masa anak-anak dan masa reproduksi. Namun munculnya rasa kekhawatiran yang berlebihan itu menyebabkan mereka sangat sulit menjalani masa ini.<sup>3</sup>

Menurut pengamatan peneliti ada kesalah pengertian yang cukup mengganggu di tengah-tengah masyarakat tentang masalah psikologis pada masa menopause. Ada kesan bahwa masyarakat belum sepenuhnya menyadari masalah gangguan depresi yang dapat menyerang mereka pada saat mereka memasuki menopause. Aneka gangguan perasaan itu seringkali dipahami secara umum sebagai penyakit atau gangguan yang tidak berhubungan dengan menopause. Keadaan ini membawa akibat pada buruknya antisipasi dan penanganan terhadap masalah menopause dan efek psikologis yang ditimbulkannya. Mengenali gejala-gejala depresi pada tiap-tiap fase merupakan hal yang sangat penting

Wanita dengan usia *menopause* agar kehidupannya

berlangsung dalam kepuasan dan kebahagiaan serta kesejahteraan, maka diperlukan adanya persiapan sejak dini untuk menjaga kesehatan sesuai dengan pengetahuan yang memadai. Dalam hal Kesehatan perlu juga adanya persiapan terhadap datangnya proses *menopause* yang tidak bisa dihindari. Resiko timbulnya keluhan bisa menurun jika mempersiapkan diri secara fisik maupun psikis sejak jauh-jauh hari sebelumnya, kalau kemudian keluhan tetap ada dengan persiapan diri yang lebih baik lagi, artinya segala perubahan yang akan dialami dapat lebih diterima dengan bijaksana. Salah satu persiapan yang penting adalah dengan mengenal apa, mengapa dan bagaimana sebenarnya kejadian pada proses *menopause* tersebut, dengan demikian masa *menopause* dapat dijalani dengan lebih baik secara fisik maupun psikis sehingga setiap wanita dapat menjalani hari-harinya dengan kualitas hidup yang lebih baik.<sup>4</sup>

Hasil penelitian di Puskesmas Rambah Kabupaten Rokan Hulu menunjukkan bahwa ada hubungan pendapatan, pemakaian kontrasepsi, pendidikan, status menikah dengan usia *menopause*.<sup>5</sup> Penelitian Safitri menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi usia *menopause* adalah usia menarche, jumlah anak, usia melahirkan anak terakhir, pemakaian kontrasepsi, dan Kebiasaan merokok, serta beban kerja.<sup>6</sup>

Berdasarkan data wanita Indonesia yang memasuki masa *menopause* semakin meningkat tiap tahunnya. Sensus penduduk tahun 2000 jumlah perempuan berusia di atas 50 tahun baru mencapai 15,5 juta jiwa atau 7,6 % dari total penduduk, sedangkan tahun 2020 jumlahnya diperkirakan meningkat

menjadi 30,0 juta jiwa atau 11,5 % dari total penduduk.<sup>7</sup>

Berdasarkan data kependudukan menurut jenis kelamin dan kelompok usia di Kota Semarang didapat usia 40-44 tahun jumlah 60584 jiwa, usia 45-49 54314 jiwa, usia 50 – 54 44158 jiwa dan usia 55 – 59 29857 jiwa. Rekapitulasi pendataan keluarga jumlah jiwa menurut kelompok umur yaitu usia 45 -50 Kecamatan Genuk dengan wilayah kerja Puskesmas Bangetayu berjumlah 3938 Orang.<sup>8</sup>

Berdasarkan studi awal yang dilakukan di wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu dari 15 wanita yang *menopause* 40 % berusia antara 45 – 50 th, dan 60% berusia >51th.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan usia *menopause* (studi di Puskesmas Bangetayu tahun 2015).

#### METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional*.<sup>9</sup> Rancangan penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan hubungan korelatif antara variabel dependen dan variabel independen dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita dengan usia 40 - 59 tahun dengan jumlah total 60 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan *purposive sampling*.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi :

1. Data Laporan pemantauan Kesehatan Poksila (Kelompok Usia Lanjut) dan laporan Kesehatan Prolanis (Program

Lanjut Usia dengan Penyakit Kronis) di Puskesmas Bangetayu

#### 2. Komputer

Digunakan untuk pemasukan dan pengolahan data

Uji statistik yang dilakukan menggunakan software SPSS 17.0 for windows. Uji hubungan menggunakan uji statistik *Rank Spearman* dan uji statistik *Chi Square*.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

##### Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Secara Geografis Puskesmas Bangetayu berada pada ketinggian tanah dari permukaan laut 1,5-2 m yang makin kearah utara makin rendah sehingga bila hujan lebat di beberapa daerah akan tergenang air. Luas Wilayah Puskesmas Bangetayu 11,67 km<sup>2</sup>, dengan jumlah penduduk 58015 jiwa.

##### Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Bangetayu Kelurahan Bangetayu Wetan Kecamatan Genuk Kota Semarang Tahun 2015. Hasil penelitian disajikan sebagai berikut :

Tabel 1 Distribusi Sampel Menurut Usia *Menopause*

Usia Menopause	Jml	%
Usia Menopause ( $\geq$ 50 tahun)	35	58,3%
Usia Early Menopause (< 50 tahun)	25	41,7%
Jumlah	60	100%

Tabel 1 menunjukkan bahwa sampel usia *menopause*  $\geq$ 50 tahun

persentasinya lebih banyak (58,3%) dibanding dengan sampel dengan usia *menopause* <50 th (41,7 %). Distribusi sampel menurut jumlah anak di Puskesmas Bangetayu ditunjukkan Tabel 2 berikut ini :

Tabel 2 Distribusi Sampel Menurut Jumlah Anak

Jumlah Anak	Jumlah	Persentase
≥ 4 anak	22	36,7%
< 4 anak	38	63,3 %
Jumlah	60	100,0%

Tabel 2 memperlihatkan bahwa jumlah sampel yang memiliki anak < 4 lebih besar (63,3%) dibanding dengan sampel yang memiliki anak ≥ 4 (36,7%).

Distribusi sampel menurut status pendidikan ditunjukkan Tabel 3 berikut ini :

Tabel. 3 Distribusi Frekuensi Status Pendidikan Responden

Status Pendidikan	jml	Persen tase
Tidak Tamat SD	11	18,3%
Tamat SD	15	25,0%
Tamat SMP	5	8,3%
Tamat SMA	19	31,7%
D3 / S1	10	16,7%
Jumlah	60	100,0 %

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar sampel berstatus

tamat SMA (31,7%) dan yang tamat SMP (8,3%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi sampel Berdasarkan Pemakaian Kontrasepsi

Pemakaian Kontrasepsi	Jumlah	%
Pernah	52	86,7%
Tidak Pernah	8	13,3%
Jumlah	60	100%

Tabel 4 memperlihatkan bahwa mayoritas sampel pernah menggunakan alat kontrasepsi sebanyak (86,7%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi sampel Berdasarkan Usia *Menarche*

Usia Menarche	Jumlah	%
Usia <i>Menarche</i> (≥ 16 tahun)	17	28,3%
Usia <i>Menarche</i> (< 16 tahun)	43	71,7%
Jumlah	60	100%

Berdasarkan Tabel 5 sebagian besar sampel mengalami mentruasi (*menarche*) pertama kali di usia <16 tahun lebih banyak (71,7) dibanding dengan sampel yang mengalami *menarche* diusia ≥ 16 tahun (28,3%)

### Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Usia *Menopause*

- Hubungan Pendidikan dengan Usia *Menopause*  
 Hubungan usia *menopause* dengan pendidikan, hasil uji statistik *Rank Spearman* menjelaskan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna ( $p = 0,691$ ) antara pendidikan dengan usia *menopause*.



Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan pendapat Faisal yang menyatakan semakin tinggi pendidikan yang dicapai, penerimaan akan lebih mudah karena dengan pendidikan seseorang dapat berpikir secara rasional dan terbuka terhadap ide-ide baru dan perubahan. Selain itu pendidikan juga berpengaruh secara tidak langsung melalui peningkatan status sosial, kedudukan seorang wanita, peningkatan mereka terhadap kehidupan, peningkatan kemampuan untuk membuat keputusan sendiri dan menyatakan pendapat. Wanita yang berpendidikan lebih mudah mendapat pelayanan kesehatan karena mereka menyadari sepenuhnya manfaat pelayanan kesehatan tersebut.<sup>17</sup>

2. Hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai  $p = 0,693$  (lebih besar dari  $\alpha 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan usia *menopause*. Penelitian ini tidak sejalan dengan Rosmawar (2011) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pekerjaan terhadap usia *menopause* dengan nilai  $p$ -value  $0,001$ <sup>10</sup> Pekerjaan adalah sesuatu yang dikerjakan oleh setiap manusia setiap hari, dimana pekerjaan dapat membuat pekerjaan lelah, yang sebenarnya pekerjaan itu dapat membantu mengendalikan berat badan mengolah otot dan juga mempekuat tulang (Mary, 2006).<sup>11</sup>

Dari hasil penelitian Safitri (2009) diketahui bahwa beban kerja terbanyak ringan yaitu sebanyak 68 responden (54,4%). Pada beban pekerjaan, hasil uji

chi-square nilai  $p$ -value (0,671%) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh beban pekerjaan terhadap *menopause*. Berdasarkan hasil penelitian di dapat bahwa dari 57 responden yang memiliki beban pekerjaan yang berat 28 responden yang telah *menopause*, sedangkan 29 responden lainnya belum *menopause*.<sup>5</sup> Namun Penelitian ini tidak sesuai dengan pendapat Manuaba yang menyatakan bahwa wanita yang bekerja akan mengalami *menopause* lebih cepat dibandingkan wanita tidak bekerja. Hal ini berpengaruh ke perkembangan psikis seorang wanita.<sup>18</sup>

3. Hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai  $p = 0,046$  (lebih kecil dari  $\alpha 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara jumlah anak dengan usia *menopause*. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Pradana yang menyatakan bahwa hasil analisis dua arah Korelasi Pearson, didapati kesimpulan bahwa ada hubungan antara jumlah paritas dengan usia *menopause*, dengan tingkat kekuatan hubungan adalah sedang ( $r = 0,54$ ,  $p < 0,001$ )<sup>12</sup>, begitu juga pendapat dari Manuaba (2005) yang mengatakan bahwa semakin sering seorang wanita melahirkan maka semakin tua atau lama wanita tersebut memasuki masa *menopause*. Hal ini dikarenakan kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi wanita dan juga dapat memperlambat penuaan tubuh<sup>18</sup>. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Kapitanhitu, dkk (2008) yang

menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara paritas dengan kejadian *menopause* dengan  $p=0,114$  di posyandu lansia puskesmas Rijali Kota Ambon.<sup>13</sup>

4. Hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai  $p = 0,521$  (lebih besar dari  $\alpha 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pemakaian alat kontrasepsi dengan usia *menopause*. Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriyani di Posbind Depok yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi terhadap usia *menopause*.<sup>14</sup>

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Masruroh yang menunjukkan hasil ada hubungan riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal dengan usia *menopause*. Wanita yang menggunakan kontrasepsi hormonal lebih cenderung mengalami keterlambatan *menopause*.<sup>15</sup> Penelitian ini juga tidak sesuai dengan pendapat Fachruddin yang menyatakan bahwa pemakaian kontrasepsi, khususnya kontrasepsi hormonal, pada wanita yang menggunakannya akan lebih lama atau lebih tua memasuki usia *menopause*. Hal ini dapat terjadi karena cara kerja kontrasepsi yang menekan fungsi indung telur sehingga tidak memproduksi sel telur.<sup>19</sup>

5. Hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai  $p = 0,047$  (lebih kecil dari  $\alpha 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan usia *menopause*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ratna yang

menyatakan bahwa ada pengaruh usia *menarche* terhadap usia *menopause* pada wanita *menopause*. Makin dini *menarche* terjadi, makin lambat *menopause* timbul. Model regresi yang diperoleh :  $y=62,008 - 0,911x$ . Jika *menarche* 8 tahun akan memasuki usia *menopause* 55 tahun, usia *menarche* 13 tahun akan memasuki usia *menopause* 50 tahun sedangkan usia *menarche* 19 tahun akan memasuki usia *menopause* 45 tahun.<sup>16</sup>

Hal ini sesuai dengan pendapat Setyo yang berpendapat bahwa wanita yang mendapatkan menstruasi pada usia 16 atau 17 tahun akan mengalami *menopause* lebih dini, sedangkan wanita yang haid lebih dini seringkali akan mengalami *menopause* sampai pada usianya mencapai 50 tahun.<sup>20</sup> Penelitian ini juga sependapat dengan Fachruddin yang menyatakan bahwa ada hubungan antara usia pertama kali mendapat haid dengan usia seorang wanita memasuki *menopause*. Semakin muda seorang mengalami haid pertama kalinya, semakin tua atau lama ia memasuki masa *menopause*.<sup>19</sup>

## KESIMPULAN

1. Sebagian besar sampel wanita dengan usia *menopause*  $\geq 50$  tahun sebanyak 35 (58,3%) dan sebagian besar berstatus tamat SMA. Pekerjaan sampel sebagian besar adalah IRT sebanyak 33 orang (55,0%).
2. Sebagian besar sampel wanita usia *menopause* memiliki anak  $< 4$  lebih besar dibanding dengan sampel yang memiliki anak  $\geq 4$  yaitu sebanyak 63,3 %.

3. Mayoritas sampel pernah menggunakan alat kontasepsi sebanyak (86,7%).
4. Sebagian besar sampel mengalami menstruasi (*menarche*) pertama kali di usia > 16 tahun yakni sebanyak (71,7%).
5. Tidak ada hubungan antara pendidikan dengan usia *menopause* ( $p = 0,691$ )
6. Tidak ada hubungan antara pekerjaan dengan usia *menopause* ( $p = 0,693$ )
7. Tidak ada hubungan antara kontrasepsi dengan usia *menopause* ( $p = 0,521$ ).
8. Ada hubungan bermakna antara jumlah anak dengan usia *menopause* ( $p = 0,046$ )
9. Ada hubungan bermakna antara usia *menarche* dengan usia *menopause* ( $p = 0,047$ ).
8. Dinas Kesehatan Kota Semarang. *Laporan bulanan Lansia dan Poksila*. Semarang. 2013
9. Nursalam. 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
10. Rosmawar. Pengaruh Usia Menarche Dan Pekerjaan Terhadap Terjadinya Menopause Di Desa Buloh Peudaya Kecamatan Padang Tiji Kabupaten Pidie Tahun 2011. *Jurnal Ilmiah STIKES U'Budiyah Vol.1, No.2, Maret 2012*. StiKes U'Budiyah Banda Aceh. <http://ejournal.uui.ac.id>. Diakses tanggal 26 November 2015.
11. Mary, 2006, Ihwal yang Perlu Anda Ketahui Tentang Menopause. PT. Indeks,
12. Pradana. Hubungan Jumlah Paritas dengan Usia Menopause di Kelurahan Tanjung Selamat, Kota Medan. Fakultas Kedokteran Univeritas Sumatra Utara. 2010. <http://www.respository.usu.ac.id>. Diakses tanggal 26 November 2015.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Purwoastuti, Endang. 2008. *Kesehatan Masyarakat Menopause*. Jakarta : Kanisius
2. Fox Spencer, Rebecca. 2002. *Menopause*. Jakarta : Erlangga
3. Kasdu, D. (2002). *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*. Jakarta : Puspa Swara.
4. Hidayana, Irwan. 2004. *Seksualitas, Teori dan Realitas Program Gender & Seksualitas* : FISIP UI
5. Aina Safitri . 2009. Beberapa Faktor-faktor yang mempengaruhi Menopause pada wanita di Kelurahan Titi Papan Kota Medan
6. Herawati. 2012. Faktor faktor yang Berhubungan dengan Usia Menopause di Empat Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Rambah Kabupaten Rokan Hulu. *Jurnal Maternal Nonatal Vol 1 no 1 Oktober 2012*
7. Kementrian Kesehatan RI. 2005 dalam Milyandra 2010. Makalah Usia Harapan Hidup
13. Kapitanhitu, dkk. Kejadian Menopause Di Posyandu Lansia Puskesmas Rijali Kota Ambon. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin. 2008. <http://www.repository.unhas.id>. Diakses tanggal 26 November 2015.
14. Fitriyani. Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Pil dengan Usia Menopause. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional Vol. 8 No. 4. November 2013*. Universitas Indonesia. Depok. <http://www.portalgaruda.org>. Diakses tanggal 26 November 2015.
15. Masruroh. Hubungan Antara Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Usia Menopause. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Darul Ulum Jombang. <http://ejournal.com>. Diakses tanggal 26 November 2015.
16. Ratna. Hubungan Menarche Terhadap Menopause Di Kecamatan

- Lalabata Kab. Soppeng Sulawesi Selatan. Vol.2 No.1 (20014). Universitas Sam Ratulangi. Manado. <http://www.e-journal.unsrat.ac.id>. Diakses tanggal 26 November 2015.
17. Yatim, Faisal . 2001 . *Haid Tidak Wajar dan Menopause* . Jakarta : Pustaka Populer Obor
18. Manuaba, IB. 2005. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta :Archan
19. Fachruddin, H, 1991. *Perubahan Fsiologi pada usia 40-an*- Bina Kesehatan Mandiri. Kumpulan Masalah Medis Popules, Penerbit Universitas Trisakti, Jakarta
20. Purwanto, Setyo. 2007. *Menopause*. <http://klinis.wordpress.com/2007/12/28/menopause>. diakses 27 oktober 2015.

