

HUBUNGAN FAKTOR DEMOGRAFI, AKTIVITAS FISIK, RIWAYAT PENYAKIT, DAN METODE KB DENGAN KELUHAN PERIMENOPAUSE PADA PEDAGANG SERABI AMBARAWA, SEMARANG

Celline Oktiani, Dharminto, Farid Agushyibana, Atik Mawarni
Bagian Biostatistik dan Kependudukan, Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Diponegoro
Email: cellineoktiani@yahoo.co.id

ABSTRACT

In 2016 in Indonesia has reached 14 million menopausal women, or 7.4% of the total population. Increased life expectancy causes the number of menopausal women will increase. Ambarawa merchants with an age range entering menopausal age and selling places in pollution prone areas. Where mentioned women who are often exposed to vehicle fumes and inhaling the polluted air can cause the ovum to become unable to function properly. As a result there are various menopause gripes that will decrease the quality of life of a menopausal woman. The purpose of this research was to analyze the relation of demography factor, physical activity, disease history, and kb method with perimenopause gripes on Ambarawa serabi merchants, Semarang. The type of research used is Explanatory Research with Cross Sectional approach. The population in this research is all 40 serabi merchants aged 40-55 years is 41 people who then taken entirely as research respondents. The highest percentage was 65.9% of respondents aged ≥ 50 years, marital status 78.0% had husbands, 46.3% had primary school education, 83.3% had high physical activity, 65.9% had no history of disease, and 68, 3% had used hormonal contraceptive for ≥ 3 months in a row. Based on statistical test Chi Square shows there is relationship of physical activity with perimenopause gripe ($p = 0,015$). Unrelated variables are demography factor, disease history, and family planning method. Based on logistic regression test with enter method showed that there was influence of physical activity with perimenopausal gripe on Ambarawa serabi merchants, Semarang ($p = 0,030$: OR = 20,312; CI = 1,348-306,110). Suggestions for further researchers is to examine by reviewing of various factors / other variables that have not been disclosed in this study. For serabi merchants to increase physical activity such as exercise in order to reduce perimenopause gripes..

Keywords: *perimenopause gripes, physical activity, serabi merchants*

PENDAHULUAN

Keberhasilan pembangunan untuk meningkatkan taraf hidup bangsa Indonesia akan disertai dengan peningkatan usia harapan hidup. Konsekuensi yang timbul secara umum adalah masalah *geriatric* (masalah usia lanjut) dimana menopause termasuk didalamnya. Peningkatan usia harapan hidup khususnya pada perempuan membuat problem yang muncul pada masa menopause menjadi penting untuk diperhatikan karena sepertiga usia perempuan dilalui pada masa ini.¹

Peningkatan umur harapan hidup yang terjadi di Indonesia mengakibatkan bertambahnya jumlah wanita menopause, dengan masa perimenopause terjadi pada usia 45-55 tahun. Perimenopause merupakan masa peralihan antara sebelum menopause dan sesudah menopause. Perimenopause dimulai sejak haid mulai tidak teratur dan adanya keluhan-keluhan berkisar antara umur 45 tahun sampai 55 tahun, dengan masa perimenopause terdiri atas premenopause (usia 45-48 tahun), menopause (usia 49-51 tahun) dan postmenopause (usia 52-55 tahun).² Wanita yang memasuki masa ini mengalami penurunan hormon-hormon tertentu terutama hormon yang berkaitan dengan reproduksi yaitu hormon estrogen dan progesteron. Akibatnya muncul berbagai keluhan yang seringkali mengganggu aktivitas sehari-hari bahkan menurunkan kualitas hidupnya. Keluhan yang timbul dimasa peralihan ini disebut dengan keluhan perimenopause.¹

Perimenopause merupakan masa dimana tubuh mulai bertransisi menuju menopause. Masa ini terjadi selama dua hingga delapan tahun. Keluhan ini alamiah, karena merupakan tanda dan proses

berhentinya masa reproduksi. Pada periode ini, umumnya produksi hormon estrogen dan progesteron berfluktuasi, naik dan turun tak beraturan. Siklus menstruasi pun berubah bisa memanjang atau memendek. Sekitar 40-85% dari semua wanita pada rentang usia klimakterik mempunyai keluhan, baik keluhan fisik maupun psikologis.³

Menurut Noerpraman dan Dini Kasdu, keluhan-keluhan subyektif pada masa perimenopause dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi, faktor budaya, gaya hidup dan pemakaian kontrasepsi hormonal. Keadaan sosial ekonomi seseorang akan mempengaruhi faktor fisik, kesehatan dan lingkungan. Apabila faktor-faktor tersebut cukup baik, akan mengurangi beban fisiologis dan psikis. Demikian juga, tingkat pendidikan secara signifikan mempengaruhi tingkat pendidikan mengenai menopause, sehingga mempengaruhi pula respon wanita.⁴

Studi di AS menunjukkan bahwa olahraga benar-benar meredakan keluhan perimenopause. Setelah usia 40 tahun terjadi penurunan fertilitas, tetapi kemungkinan terjadi konsepsi masih ada. Resiko terjadinya kehamilan pada usia 40-44 tahun tanpa kontrasepsi 10% dan pada usia 45-49 tahun resiko sekitar 2-3%. Meskipun resiko terjadinya kehamilan diatas usia 50 tahun tetap ada. Untuk menghindari kehamilan seorang wanita masih membutuhkan alat kontrasepsi sampai memasuki masa menopause yaitu setahun penuh tidak mengalami haid lagi. Sebanyak 90% wanita usia 40-45 tahun masih mendapatkan ovulasi selama masih mendapatkan siklus haid. Diperkirakan usia menopause di Indonesia adalah sekitar 50 tahun,

maka pemakaian alat kontrasepsi dianjurkan hingga usia tersebut.⁵

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, di Paguyuban Serabi Ngampin Ambarawa sebagian besar pedagangnya adalah wanita yang berada pada usia 40 tahun ke atas. Dimana pada usia tersebut wanita mulai memasuki masa menopause sehingga rentan terhadap keluhan-keluhan perimenopause. Lokasi penelitian yang berada di pinggir jalan juga menjadi alasan peneliti untuk mengambil data di daerah tersebut. Wanita yang tinggal atau berdomisili dipusat kota atau wanita yang lingkungannya terpapar dengan polusi baik itu polusi dari asap pabrik atau asap kendaraan, menunjukkan sel telur pada perempuan yang menghirup udara tercemar itu dapat mengakibatkan sel telur tersebut menjadi tidak dapat berfungsi dengan baik. Dugaan lain disebutkan, udara kotor membuat gangguan pada aliran darah menuju sistem reproduksi sehingga dapat terjadi penuaan lebih dini dan bisa memicu menopause lebih cepat atau yang disebut menopause premature atau menopause dini

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian *Explanatory Research* dengan pendekatan *cross sectional study*. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner. Penentuan jumlah sampel dilakukan dengan sampling jenuh atau sensus dimana semua anggota populasi yang berumur 40-55 tahun dijadikan sampel yaitu sebesar 41 orang. Analisis data yang dilakukan yaitu distribusi frekuensi, uji *Chi Square* dan Regresi Logistik.

HASIL

A. Karakteristik Responden

Umur responden sebagian besar berusia ≥ 50 tahun. yaitu sebesar 65,9% dimana umur tersebut merupakan umur dengan jumlah responden terbanyak mengalami berhenti menstruasi (menopause). Sebagian besar responden masih memiliki suami (78,0%) dengan pendidikan terbanyak tamat SD (46,3%). Untuk variabel aktivitas fisik dibagi menjadi 4 bagian yaitu aktivitas fisik yang berkaitan dengan pekerjaan, pemakaian transportasi, pekerjaan rumah dan waktu luang. Aktivitas fisik yang berkaitan dengan pekerjaan terbagi menjadi aktivitas berjalan (100%), aktivitas sedang (90,2%), dan aktivitas berat (82,9%). Pemakaian transportasi dibagi menjadi berjalan (95,1%) dan bersepeda (65,9%). Pekerjaan rumah dibagi menjadi pekerjaan di dalam rumah (100,0%) dan pekerjaan di luar rumah (48,8%). Waktu luang dibagi menjadi aktivitas sedang (64,3%) dan aktivitas berat (7,1%).

Sebagian besar responden tidak mempunyai riwayat penyakit yang ada kaitannya dengan menopause (65,9%) dan sebesar 34,1% mempunyai riwayat penyakit dengan presentase penyakit diabetes mellitus (2,4%), penyakit jantung coroner (4,9%), penyakit endometriosis (2,4%), osteoporosis (2,4%), dan hipertensi (22,0%). Responden yang menggunakan kontrasepsi hormonal (87,8%) dan non hormonal (39,0%) dengan presentase penggunaan KB pil (31,7%), suntik (48,8%), susuk (7,3%), IUD (34,1%), dan sterilisasi (4,9%). Untuk lama penggunaan kontrasepsi hormonal selama >3 bulan secara berturut-turut yaitu sebesar 68,3%.

Keluhan perimenopause sebagian besar responden memiliki keluhan perimenopause ringan (78,0%) sedangkan keluhan perimenopause berat (22,0%) dengan persentase tertinggi jawaban responden yang tidak merasakan adanya keluhan yaitu pada pernyataan tidak ada keluhan dalam buang air kecil yang tidak terkontrol (92,7%), persentase tertinggi jawaban responden yang memiliki keluhan ringan terdapat pada pernyataan mengalami masalah tidur (46,3%), dan pernyataan tertinggi jawaban responden yang memiliki keluhan berat terdapat pada pernyataan memiliki keluhan rasa sakit pada persendian (56,1%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Keluhan Perimenopause Pedagang Serabi Ambarawa

| No | Keluhan Perimenopause | f | (%) |
|----|-----------------------|----|------|
| 1 | Ringan | 32 | 78,0 |
| 2 | Berat | 9 | 22,0 |

sebagian besar responden memiliki keluhan ringan sejumlah 32 orang (78,0%) dan keluhan berat sejumlah 9 orang (22,0%).

B. Hubungan Faktor Demografi, Aktivitas Fisik, Riwayat Penyakit, dan Metode KB dengan Keluhan Perimenopause

Tabel 2. Ringkasan Hasil Analisis Uji Hubungan Variabel faktor demografi, aktivitas fisik, riwayat penyakit, dan metode KB dengan Keluhan Perimenopause menggunakan Uji *Chi square*

| No | Variabel Bebas | Variabel Terikat | p value |
|----|-------------------|------------------|---------|
| 1 | Umur | | 0,131 |
| 2 | Status perkawinan | | 1,000 |
| 3 | Pendidikan | Keluhan Perimeno | 0,597 |
| 4 | Aktivitas fisik | pause | 0,015 |
| 5 | Riwayat penyakit | | 0,692 |
| 6 | Metode KB | | 0,228 |

Hasil uji statistik menggunakan *Chi Square* didapatkan variabel aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan keluhan perimenopause ($p \text{ value} \leq 0,05$). Semakin tinggi aktivitas fisik responden maka semakin ringan keluhan perimenopause. Variabel faktor demografi (umur, status perkawinan, dan pendidikan), riwayat penyakit, dan metode KB tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan keluhan perimenopause.

C. Pengaruh Faktor Demografi, Aktivitas Fisik, Riwayat Penyakit, dan Metode KB dengan Keluhan Perimenopause

Tabel 3 Ringkasan Hasil Uji Analisis Multivariat dengan Menggunakan Uji Regresi Linear

| Variabel | B | Sig | Exp(B) | CI |
|-------------------|---------|--------|--------|-----------------|
| Constant | -6,6345 | 6,232 | 0,002 | |
| Umur | 2,822 | 0,069 | 16,809 | 0,799 – 353,821 |
| Metode KB | 1,176 | 0,370 | 3,242 | 0,248 – 42,342 |
| Status Perkawinan | 0,901 | 0,519 | 2,463 | 0,159 – 38,207 |
| Riwayat Penyakit | 1,053 | 0,349 | 2,866 | 0,316 – 25,997 |
| Pendidikan | 1,300 | 0,331 | 3,669 | 0,266 – 50,554 |
| Aktivitas Fisik | 3,011 | 0,030* | 20,312 | 1,348 – 306,110 |

Keterangan : *signifikan pada 0,05

Dari hasil analisis terlihat hanya ada 1 variabel yang p valuenya $<0,05$ yaitu variabel aktivitas fisik ($p = 0,030$) yang berarti variabel aktivitas fisik berpengaruh terhadap keluhan perimenopause dimana responden dengan aktivitas fisik tinggi akan mengalami keluhan perimenopause sebesar 20,3 kali lebih ringan dibandingkan dengan yang mempunyai aktivitas fisik rendah.

PEMBAHASAN

A. Hubungan Faktor Demografi pada Pedagang Serabi Ngampin Ambarawa

Hasil penelitian menyatakan bahwa keluhan perimenopause ringan lebih banyak dialami oleh pedagang serabi dengan kelompok umur ≥ 50 tahun yaitu sebesar 70,4%. Hasil uji *Chi Square* menunjukkan nilai $p = 0,131$ yang berarti tidak ada hubungan variabel umur dengan keluhan perimenopause. Dalam hal ini umur yang lebih tua atau umur dimana responden terbesar sudah mengalami menopause akan lebih merasakan keluhan perimenopause

Hasil penelitian pada wanita Tehran menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tahun lahir (dalam hal ini berkaitan dengan umur) dengan usia menopause. Dimana usia menopause ini akan mempengaruhi keluhan perimenopause.⁶

Berdasarkan hasil uji status perkawinan dari keseluruhan responden diketahui bahwa keluhan perimenopause ringan lebih banyak dialami pada responden yang memiliki suami yaitu sebesar 78,1% (25 orang) daripada responden yang janda. Hasil uji *Chi Square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara status perkawinan dengan keluhan perimenopause (p value = 1,000).

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pendidikan dari keseluruhan responden diketahui bahwa keluhan perimenopause ringan lebih banyak dialami pada responden yang memiliki tingkat pendidikan rendah daripada responden yang memiliki pendidikan menengah. Hasil uji *Chi Square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan keluhan perimenopause (p value = 0,597). Tingkat pendidikan merupakan salah satu dari faktor social ekonomi yang dapat berpengaruh terhadap kejadian menopause, namun tidak mempengaruhi secara langsung melainkan melalui pola dan kualitas dari pola makan, paritas, dan IMT. Walaupun demikian, pengaruh secara pasti dari tingkat pendidikan masih belum jelas.⁷

B. Hubungan antara Aktivitas Fisik pada Pedagang Serabi Ngampin Ambarawa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki aktivitas fisik tinggi (83,3%). Begitu juga dengan keluhan perimenopause, sebagian besar responden yang memiliki aktivitas fisik tinggi memiliki keluhan perimenopause yang ringan. Hasil uji statistik menyatakan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan keluhan perimenopause dengan p value = 0,015. Hasil penelitian ini memiliki kecenderungan bahwa wanita yang memiliki aktivitas fisik tinggi akan mengalami keluhan perimenopause yang lebih ringan dibandingkan dengan wanita yang memiliki aktivitas fisik sedang maupun rendah.

Hasil penelitian di Heidelberg yang menyatakan bahwa tidak ditemukannya hubungan secara statistik antara aktivitas tinggi

dengan usia menopause, namun aktivitas fisik tinggi memberikan efek proteksi sebesar 0,90 kali untuk mengalami menopause dini dibandingkan dengan yang tidak melakukan aktivitas fisik. Penelitian yang dilakukan oleh Yulia menunjukkan bahwa aktivitas fisik berpengaruh terhadap tingkat keluhan klimakterium sebesar 0,4% dan sisanya diengaruhi oleh faktor lain.

C. Hubungan antara Riwayat Penyakit dengan Keluhan Perimenopause

Sebagian besar penyakit yang diderita responden yang ada kaitannya dengan keluhan perimenopause yaitu hipertensi sejumlah 9 orang (22,0%), diabetes mellitus sejumlah 1 orang (2,4%), penyakit jantung koroner 2 orang (4,9%), penyakit endometriosis 1 orang (2,4%), osteoporosis 1 orang (2,4%), penyakit lainnya (maag, tyfus, reumatik, dll) sebanyak 14 orang (34,1%), dan yang tidak memiliki penyakit sejumlah 13 orang (31,7%). Hasil uji *Chi Square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara riwayat penyakit dengan keluhan perimenopause dengan nilai $p = 0,692$.

D. Hubungan antara Metode KB dengan Keluhan Perimenopause

Sebagian besar dari keseluruhan responden yang mengalami keluhan ringan pernah menggunakan kontrasepsi hormonal secara teratur >3bulan yaitu sebesar 71,4%. Sedangkan responden yang mempunyai keluhan perimenopause ringan yang tidak menggunakan KB yaitu sebesar 92,3%. Hasil uji menghasilkan *p-value* sebesar 0,228. Hal ini menunjukkan bahwa

tidak ada hubungan antara metode KB dengan keluhan perimenopause.

Hal ini didukung oleh beberapa penelitian. Penelitian Parazzini di Italia menyatakan bahwa tidak ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara keluhan menopause dengan riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal.⁸ Hasil penelitian tersebut juga didukung oleh hasil penelitian Delavar pada wanita Iran bahwa tidak ditemukannya hubungan antara keluhan perimenopause dengan riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal.⁹

E. Pengaruh Faktor Demografi, Aktivitas Fisik, Riwayat Penyakit, dan Metode KB dengan Keluhan Perimenopause

Analisis ini menggunakan uji regresi logistik berganda dengan metode dengan tingkat kepercayaan 95%. Hasil analisis multivariat menunjukkan satu dari enam variabel bebas secara statistik bersama-sama berpengaruh dengan keluhan perimenopause pada pedagang serabi Ambarawa. Variabel bebas yang berpengaruh dengan kejadian perimenopause yaitu aktivitas fisik.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa aktivitas fisik mempunyai pengaruh paling dominan dengan keluhan perimenopause pada pedagang serabi Ambarawa. Hal ini dapat terjadi karena adanya kecenderungan bahwa wanita yang memiliki aktivitas fisik tinggi akan mengalami keluhan perimenopause yang lebih ringan daripada yang memiliki aktivitas ringan maupun sedang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dorjgochoo di Shanghai menyatakan bahwa baik pada remaja maupun wanita dewasa yang memiliki

aktivitas fisik yang tinggi berhubungan dengan menopause yang lebih lambat dan rentang masa reproduksi yang lebih panjang. Dimana hal ini juga akan memperingan keluhan perimenopause karena hormon-hormon reproduksi yang masih aktif diproduksi.¹⁰

KESIMPULAN

1. Persentase umur pedagang serabi terbesar ada pada kelompok umur ≥ 50 tahun (65,9%), sebagian besar pedagang serabi berstatus berpasangan/memiliki suami (78,1%), dan pendidika terakhir termasuk dalam kelompok rendah (80,0%)
2. Tidak ada hubungan antara faktor demografi dengan keluhan perimenopause pada pedagang serabi Ambarawa, Semarang (umur, p value = 0,325 ; status perkawinan, p value = 1,000 ; pendidikan terakhir, p value = 0,597)
3. Ada hubungan aktivitas fisik dengan keluhan perimenopause pada pedagang serabi Ambarawa, Semarang (p value = 0,015)
4. Tidak ada hubungan riwayat penyakit dengan keluhan perimenopause pada pedagang serabi Ambarawa, Semarang (p value = 0,692)
5. Tidak ada hubungan metode KB dengan keluhan perimenopause pada pedagang serabi Ambarawa, Semarang (p value = 0,228)
6. Ada pengaruh antara aktivitas fisik dengan variabel terikat keluhan perimenopause (p value = 0,030) dan OR=20,31

SARAN

1. Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk meneliti masalah keluhan perimenopause, disarankan untuk meneliti ke pekerja informal dengan meninjau dari berbagai faktor/variabel yang belum diungkapkan dalam penelitian ini.
2. Pedagang serabi dapat meningkatkan aktivitas fisiknya di waktu luang dengan memanfaatkannya untuk berolahraga untuk meringkan keluhan perimenopause.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan pada kedua orang tua, sahabat suka-suka dan semua pihak yang baik secara langsung maupun tidak langsung telah membantu penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kusumawardhani AA. *Depresi Perimenopause*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI; 2006.
2. Rachman. *Kesiapan Dalam Menghadapi Klimakterium Dan Osteoporosis*. Jakarta: Ditjen Bina Kesehatan Masyarakat, DEPKES RI Jakarta; 2007.
3. Atikah P. *Menopause Dan Sindrom Pre Menopause*. Yogyakarta: Muha Medika; 2010.
4. Noerpramana NP. Peran Pola Hidup dan Lingkungan Dalam Upaya Pencegahan Penyulit Masa Perimenopause. *Media Med Indones*. 2002;37 No.4:167-175.

5. Baziad A. *Menopause Dan Andropause*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2003.
6. Tehrani Fahimeh Ramezani. Secular Trend of Menopausal Age and Rellated Factors among Tehrani Women Born from 1930-1960, Tehran Lipid and Glucose Study. *Arch Iran Med*. 2014;17(6):406-410.
7. Tehrani FR. Secular Tread of Menopausal Age and Related Factors among Tehrani women Born From 1930-1960; Tehran Lipid and Glucose Study. *Arch Iran Med*. 2014;17(6):406-410.
8. Parazinni F. Determinants of Age at Menopause in Woman Attending Menopause clinics in Italy. *Maturitas*. 2007;56:280-287.
9. Delavar M. Factors Affecting of Age at Natural menopause and Frequency of Menopausal Sympthoms in Northern Iran. *Iran Red Crescent Med J*. 2011;13(3):192-198.
10. Dorjgochoo T. Dietary and Lifestyle Predictors of Age at natural Menopause and Reproductive span in the Shanghai Women's HealthStudy. 2008;15(5):924-933.