

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG MENOPAUSE DENGAN AKTIFITAS SEKSUAL PADA MASA MENOPAUSE DI LINGKUNGAN IV KELURAHAN TITI PAPAN TAHUN 2013

Dina Indarsita¹, Mariaty S², Ulfariana¹
Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan¹
Jurusan Analis Kesehatan Politeknik Kesehatan Medan²

Abstrak

Menopause adalah waktu dari kehidupan seorang wanita saat masa haid berakhir. Pada sebagian besar wanita, menopause terjadi antara umur 50 dan 55 tahun. Seksualitas pada wanita paruh baya menghadapi hambatan yang berbeda-beda. Banyak wanita menyadari bahwa dorongan seks mereka berkurang pada masa menopause. Tujuan penelitian ini untuk melihat pengaruh pengetahuan ibu tentang menopause terhadap aktifitas seksual ibu pada masa menopause di Lingkungan IV Kelurahan Titi Papan tahun 2013. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Jumlah sampel adalah sebanyak 46 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan pada bulan April-Mei 2013 di Lingkungan IV Kelurahan Titi Papan Medan Deli. Analisa data yaitu dengan mencari frekuensi dan presentase menunjukkan bahwa 39,1% responden yang mempunyai pengetahuan tentang menopause dan 69,6% responden mempunyai aktifitas seksual baik. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,009$ yaitu ada hubungan antara pengetahuan tentang menopause terhadap aktifitas seksual pada masa menopause. Kesimpulan : Dengan mempunyai pengetahuan tentang menopause yang baik, maka dapat mempengaruhi aktifitas seksual pada masa menopause.

Kata Kunci : pengetahuan menopause, aktifitas seksual menopause

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Seiring dengan peningkatan usia, banyak terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Namun pada suatu saat perkembangan dan pertumbuhan itu akan terhenti pada suatu tahapan, sehingga berikutnya akan terjadi banyak perubahan yang terjadi pada fungsi tubuh manusia. Perubahan tersebut biasanya terjadi pada proses menua, karena pada proses ini banyak terjadi perubahan fisik maupun psikologis. Perubahan tersebut paling banyak terjadi pada wanita karena pada proses menua terjadi suatu fase yaitu fase menopause (Proverawati, 2010).

Menopause seperti tersirat dari namanya adalah waktu dari kehidupan seorang wanita saat masa haid berakhir. Ini

terjadi karena tidak lagi menghasilkan estrogen yang cukup untuk mempertahankan jaringan yang responsif dalam suatu cara yang fisiologik aktif. Pada sebagian besar wanita, menopause terjadi antara umur 50 dan 55 tahun dan rata-rata pada umur 51 tahun, tetapi sebagian wanita mencapai menopausenya pada dasawarsa keempat, sementara sebagian kecil mungkin masih mengalami haid hingga mereka berumur 60 tahunan (Hacker, 2001).

Banyak wanita menganggap bahwa menopause memberi semacam kebebasan bagi hidupnya, baik secara fisik, emosional, seksual dan spiritual. Mereka antusias karena terbebas dari kehamilan dan menstruasi. Tetapi, ada wanita yang ketakutan menghadapi masa menopause ini. Mereka berpendapat bahwa menopause membuat mereka menjadi tidak menarik

lagi, kesepian, tidak berdaya dan tidak berguna (Hutapea, 2005).

Owen (2005) mengatakan banyak wanita yang mengalami symptom defisiensi estrogen pada saat menstruasi mulai mengalami penurunan. Menstruasi menjadi semakin jarang dan akhirnya berhenti total. Secara tidak langsung berarti bahwa menopause merupakan penurunan dalam kehidupan yang tidak bisa dihindari. Namun tidak demikian kenyataannya, banyak wanita mendapati bahwa kehidupan masa menopause juga menyenangkan.

Pada sebagian besar masyarakat Barat, sekitar 13 sampai 14 persen populasinya adalah wanita di atas umur 50 tahun.

Di Amerika Serikat, ini menunjukkan bahwa sekitar 33 juta wanita adalah pasca menopause. Kalau seorang wanita sedang berumur 50 tahun, dia dapat berharap hidup kira-kira 30 tahun lagi dari kehidupannya dalam keadaan kekurangan estrogen, selama waktu itu dia akan menghadapi meningkatnya masalah yang berkaitan dengan jumlah hormon seks. Masalah ini bukan saja menyebabkan wanita itu banyak mengalami kesusahan dan ketidakmampuan tetapi juga membebani sumber daya yang langka dari sistem pelayanan kesehatan (Hacker, 2001).

Banyak wanita yang ragu atau khawatir diberitahu secara sederhana apakah mereka memilih terapi hormon atau tidak. Terdapat sedikit kesempatan untuk terjadinya pertukaran informasi dan terapi alternative seperti modifikasi gaya hidup untuk menurunkan gejala dan faktor resiko selama dekade terjadinya penyakit setelah menopause (Varney, 2007).

Penurunan fungsi indung telur mengakibatkan menurunnya hormon-hormon yang berperan pada siklus seksual. Ciri khas dari masa menopause ini ditandai dengan berakhirnya menstruasi. Seorang wanita dikatakan berada pada masa ini setelah sekurang-kurangnya dalam 1 tahun tidak mengalami menstruasi. Masa ini berbeda-beda untuk tiap individu tergantung dari keturunan, kesehatan

secara umum dan pola kehidupan (Proverawati, 2009).

Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa ini dirasakan oleh seorang wanita dengan derajat dari yang ringan sampai yang berat. Gangguan yang terjadi antara lain rasa panas, keringat yang banyak, rasa kedinginan, sakit kepala, perasaan jantung berdebar-debar. Selain itu tubuh juga mengalami beberapa perubahan antara lain mengecilnya alat-alat kelamin (indung telur, rahim dan dinding vagina), osteoporosis (pengeroposan tulang), *arthritis* (radang sendi), kekakuan pembuluh darah jantung, gangguan pada proses berkemih, dan penimbunan lemak (Proverawati, 2009).

Seksualitas pada paruh baya biasanya menghadapi hambatan yang berbeda-beda. Faktor yang mempengaruhi fungsi seksual menjadi semakin penting seiring dengan proses penuaan. Terjadi penurunan bertahap dalam kecepatan dan intensitas respon seksual, sehingga minat dan kapasitas untuk menikmati seks menurun, dan secara langsung mengganggu kehidupan seksual wanita (Glasier, 2006).

Banyak wanita yang berada di tengah situasi ini menyadari bahwa dorongan seks mereka berkurang untuk sementara waktu. Dalam sebuah kajian, 86% wanita melaporkan semacam masalah seksual di tahun-tahun menjelang dan setelah menopause, biasanya dalam bentuk hilangnya hasrat seksual, yang sering dikaitkan dengan kekeringan vagina, *dyspareunia* (sakit saat penetrasi dan hubungan intim), kekejangan yang menyakitkan di dalam otot-otot vagina (*vaginismus*), hilangnya sensasi klitorial, dan terganggunya sensasi sentuhan (Northrup, 2006).

Penelitian sering menunjukkan bahwa terkadang tenaga kesehatan mempunyai anggapan bahwa manula tidak aktif secara seksual dan tidak membutuhkan pendidikan serta konseling mengenai kebutuhan kesehatan reproduksi. Faktanya, beberapa manula masih aktif secara seksual untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dan selalu mempertimbangkan bahwa kehidupan seksual penting dalam

hidup. Beberapa penelitian menunjukkan banyak manula usia 50 tahun masih aktif secara seksual. Hasil survei aktifitas seksual manula di Amerika Serikat pada manula usia 60 tahun ke atas menunjukkan aktifitas seksual yang cukup tinggi bagi manula laki-laki dibandingkan manula perempuan (Kusmiran, 2011).

Menurut hasil penelitian Departement Obstetri dan Genekologi di Sumatera, masalah kesehatan yang dihadapi oleh wanita menopause terkait dengan rendahnya kadar estrogen di dalam sirkulasi darah, sehingga muncul keluhan nyeri senggama (93,33%), keluhan pendarahan pasca senggama (84,44%), vagina kering (93,3%) dan keputihan (75,55%) (Hardians, 2005).

Dan pada penelitian Magdalena (2009), mengatakan bahwa pengetahuan pada ibu usia menopause tentang aktifitas seksual pada usia menopause sebesar 47,7% ibu yang berpengetahuan cukup, 32,0% kurang dan 23,3% baik.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti merasa tertarik untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang menopause dengan aktifitas seksual ibu pada masa menopause.

RUMUSAN MASALAH

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah Adakah Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Menopause Dengan Aktifitas Seksual Ibu Pada Masa Menopause Di Lingkungan IV Kelurahan Titi Papan Tahun 2013.

TUJUAN

1. Untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang menopause.
2. Untuk mengetahui bagaimana aktifitas seksual ibu pada masa menopause.
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan ibu tentang menopause dengan aktifitas seksual ibu pada masa menopause.

MANFAAT PENELITIAN

1. Sebagai sumber informasi dan masukan kepada ibu agar dapat beradaptasi dengan aktifitas seksual di usia menopause dan penanganannya.
2. Sebagai acuan bagi peneliti lain untuk meneliti lebih lanjut tentang aktifitas seksual pada masa menopause.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Desain penelitian ini bersifat analitik. Sedangkan menurut waktunya penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*.

Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang sudah menopause di Lingkungan IV Kelurahan Titi Papan Kecamatan Medan Deli Tahun 2013.

Sampel

Sampel penelitian adalah sebagian dari wanita menopause di Lingkungan IV Kelurahan Titi Papan Kecamatan Medan Deli (46 orang)

Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria :

- ibu yang sudah menopause dan
- masih mempunyai suami

Waktu Penelitian

Dilakukan pada bulan April 2013 s/d Mei 2013.

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Mayoritas responden berumur 50-54 tahun sebanyak 24 orang (52,2%), berpendidikan SD sebanyak 18 orang (39,1%), dan memiliki pekerjaan Ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 22 orang (47,8%), lebih lengkapnya dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Umur, Pendidikan dan Pekerjaan di Lingkungan IV Kelurahan Titi Papan Tahun 2013

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi (%)
Umur	6	13,0
45-49	24	52,2
50-54	10	21,7
55-59	6	13,0
60-64	18	39,1
	12	26,1
	11	23,9
	5	10,9
Pendidikan		
SD		
SMP		
SMA		
PT		
Pekerjaan	22	47,8
IRT	14	30,4
	10	21,7
Wirausaha		
PNS/		
Peg.Swasta		

2. Pengetahuan tentang Menopause

Mayoritas pengetahuan responden tentang menopause berpengetahuan kurang sebanyak 18 orang (39,1%), lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan tentang menopause di Lingkungan IV Kelurahan Titi Papan Tahun 2013

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi (%)
Pengetahuan		
Kurang	18	39,1
Cukup	14	30,4
Baik	14	30,4
Total	46	100

3. Aktifitas Seksual

Mayoritas responden mempunyai aktifitas seksual pada masa menopause baik sebanyak 32 orang (69,6%), lebih lengkap lihat pada tabel 3.

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan aktifitas seksual pada masa menopause di Lingkungan IV Kelurahan Titi Papan Tahun 2013

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi (%)
Aktifitas seksual	14	30,4
Kurang baik	32	69,6
Baik	46	100
Total		

4. Hubungan pengetahuan ibu tentang menopause dengan aktifitas seksual ibu pada masa menopause.

Hasil uji *Chi-Square* di ketahui bahwa responden yang mempunyai pengetahuan kurang baik terdapat 10 responden yang mempunyai aktifitas seksual yang kurang baik. Dan Hasil uji statistic diperoleh nilai $P = 0,009$ artinya ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang menopause dengan aktifitas seksual ibu pada masa menopause. Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4 .

Tabel 4. Hubungan pengetahuan ibu tentang menopause dengan aktifitas seksual ibu pada masa menopause di Lingkungan IV Kelurahan Titi Papan Tahun 2013

Pengetahuan responden	Aktifitas seksual		Total	%	P Value	
	Kurang baik	Baik				
	f	%	f	%		
Kurang	10	55,6	8	41,4	18	100
Cukup	3	21,4	11	78,6	14	100
Baik	1	7,1	13	92,6	14	100
Total	14	30,4	32	69,6	46	100

Pembahasan

1. Pengetahuan responden

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 menunjukkan bahwa dari 46 responden, ada 18 orang (39,1%) yang berpengetahuan kurang. Hasil penelitian

ini hampir sama dengan penelitian Magdalena (2009), dimana ada 33 orang (32,0%) ibu-ibu yang berpengetahuan kurang tentang menopause.

Berdasarkan dari hasil uji tabel silang, diketahui bahwa responden yang berpengetahuan kurang tersebut adalah usia 45-49 tahun sebanyak 5 orang (10,9%) dan usia 50-54 tahun sebanyak 5 orang (10,9%), pendidikan SD 13 orang (28,3%), dan IRT 9 orang (19,6%).

Hal ini sesuai dengan pendapat Wied Hary A (1996) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang antara lain adalah faktor pendidikan. Hendra AW (2008) menambahkan bahwa Tingkat pendidikan menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang mereka peroleh, pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang makin semakin baik pula pengetahuannya. Demikian juga pendapat Notoatmodjo S, 2003 bahwa pengetahuan adalah hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan itu melalui : penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan, usia dan sumber informasi.

2. Aktifitas seksual pada masa menopause

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 menunjukkan bahwa dari 46 responden ada 32 orang (69,6%) mempunyai aktifitas seksual yang baik.

Berdasarkan dari hasil uji tabel silang, didapatkan bahwa mayoritas responden yang beraktifitas seksual baik tersebut adalah yang berumur 50-54 tahun sebanyak 24 orang (52,2%), yang berpendidikan SMA sebanyak 10 orang (21,7%), dan yang pekerjaan IRT sebanyak 13 orang (28,3%).

Menurut Bambang (2003), wanita masa menopause masih melakukan hubungan seks dan merasa bergairah hingga usia menjelang 80 tahunan, berhentinya hubungan seksual adalah

karena ketiadaan pasangan. Hal ini sama dengan pendapat Manuaba (1999) yang mengatakan bahwa pada usia lanjut bukanlah halangan untuk melakukan hubungan seksual, hanya frekuensinya tentu makin berkurang. Dan karena sudah tidak takut akan hamil, kepuasan seks dapat meningkat.

Freud dalam Jones, 2005 menyatakan aktifitas seksual adalah naluri asasi manusia, dan harus dapat dinikmati kedua belah pihak. Aktifitas seksual seharusnya tidak hanya sekedar tindakan bersenggama secara fisik, tetapi melibatkan pula emosi kedua pasangan. Jadi, kedua belah pihak perlu memahami dan sepenuhnya melibatkan diri dalam tindakan seksual, demi mengembangkan hubungan mereka. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Nuharta (2011) yang mengatakan bahwa sikap suami tentang aktifitas seksual pada istri menopause bersikap positif.

3. Hubungan pengetahuan ibu tentang menopause dengan aktifitas seksual pada masa menopause

Hasil analisis statistik diketahui bahwa ada hubungan pengetahuan ibu tentang menopause dengan aktifitas seksual ibu pada masa menopause $p = 0,009$.

Hal ini sesuai dengan pendapat Kasdu (2002), yang mengatakan akibat perubahan dari haid lagi, otomatis terjadi perubahan pada organ reproduksi wanita. Tidak heran apabila kemudian muncul berbagai keluhan fisik, baik yang berhubungan dengan organ reproduksinya maupun organ tubuh pada umumnya. Keluhan ini sifatnya sangat individual yang dipengaruhi oleh social budaya, pendidikan, lingkungan dan ekonomi. Dan ada baiknya jika seorang wanita sudah mempersiapkan diri menghadapi masa menopause dengan pengetahuan yang memadai sehingga hubungan seksual pada masa menopause dapat lebih menyenangkan.

Aktifitas seksual tidak berakhir karena menopause. Namun, wanita dan pasangannya mungkin mengubah cara

mereka mengungkapkan seksualitas selama dan setelah menopause. Hal ini bergantung kepada perubahan fisik, perubahan pada pasangan, dan mitos serta pesan budaya. Untuk individu yang melihat proses penuaan sebagai suatu kehilangan, seksualitas dapat menjadi sulit untuk digabungkan ke dalam apa yang mereka persepsikan sebagai identitas yang tidak terlalu menarik (Bobak, 2005).

Kesimpulan

1. Ibu yang mempunyai pengetahuan kurang tentang menopause sebanyak 18 orang (39,1%)
2. Ibu yang mempunyai aktifitas seksual yang baik di usia menopause sebanyak 32 orang (69,6%)
3. Ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang menopause dengan aktifitas seksual ibu pada masa menopause di Lingkungan IV Kelurahan Titi Papan Tahun 2013 ($p = 0,009$)

Saran

1. Diharapkan kepada seluruh ibu-ibu menopause agar menambah pengetahuan tentang menopause melalui media cetak atau elektronik juga tenaga kesehatan, agar dapat beraktifitas seksual yang baik di usia menopause
2. Diharapkan kepada petugas kesehatan untuk selalu memberikan informasi tentang menopause kepada ibu-ibu menopause pada saat posyandu.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrews, G. 2010. *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : EGC.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Bambang, AR. 2003. *Mengatasi Gejala Menopause Secara Medis dan Alami Hidup Sehat dengan Menopause*. Jakarta : Nirmala
- Baziad, A. 2003. *Menopause dan Andropause*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka SarwonoProwirahardjo
- Bobak, dkk. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta : EGC.
- Dwi, W.V., & Fitriah. 2010. *Memahami Kesehatan Pada Lansia*. Jakarta : Trans Info Media.
- Glasier, A., & Gebbie, A. 2006. *Keluarga Berencana Dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : EGC.
- Hacker, N.F. 2001. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta : EGC.
- Hutapea, R. 2005. *Sehat & Ceria Di Usia Senja*. Jakarta : Asdi Mahasatya.
- Indarti, J. 2005. *Panduan Kesehatan Wanita*. Jakarta : Puspa Swara.
- Jones, D.L. 2005. *Setiap Wanita*. Jakarta : Delapratasa Publishing.
- Kasdu, D. 2002. *Kiat Sehat Dan Bahagia Di Usia Menopause*. Jakarta : Puspa Swara.
- Kusmiran, E. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika.
- Livoti, C., & Elizabeth. 2006. *Menyikap Tabir Yang Selama Ini Tersembunyi Tentang Vagina*. Jakarta : Indeks.
- Magdalena, A. (2009). *Pengetahuan Ibu Usia Menopause Tentang Aktifitas Seksual Pada Usia Menopause Di Kelurahan Pangkalan Masyhur Kecamatan Medan Johor*. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Manuaba, I. A., dkk. 2010. *Buku Ajar Penuntun Kuliah Genekologi*. Jakarta : Trans Info Media.
- Manuaba, I.B. 1999. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : Arcan.
- Morgan, G., & Hamilton, C. 2009. *Obstetri Dan Ginekologi Panduan Praktik*. Jakarta : EGC.
- Northrup, C. 2006. *Bijak Di Saat Menopause*. Bandung : Q-Press.
- Norwitz, E., & Schorge, J. 2007. *At a Glance Obstetri & Ginekologi*. Jakarta : Erlangga.
- Nuharta, E. 2011. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Suami Tentang Aktifitas Seksual Pada Istri Menopause Di Kelurahan Simalingkar B Kecamatan Medan*

- Tuntungan. Medan : Universitas Sumatera Utara.
- Notoatmodjo, S. 2003. *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Owen, E. 2005. *Panduan Kesehatan Bagi Wanita*. Jakarta : Prestasi Pustaka Publisher.
- Proverawati, A. 2010. *Menopause Dan Sindrom Premenopause*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Proverawati, A., & Maisaroh, S. 2009. *Menarche, Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Riwidikdo, H. 2008. *Statistic Kesehatan*. Yogyakarta : Mitra Cendikia Press.
- Rebecca & Brown, P. 2006. *Menopause*. Jakarta : Erlangga.
- Seri Penyakit Wanita. 2003. *Hidup Sehat Dengan Menopause*. Jakarta : Buku Populer Nirmala.
- Varney, H., dkk. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta : EGC
- Wiknjosastro, H. 2007. *Ilmu Kandungan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prowirahardjo
- Hardians, dkk. (2005). *Kondisi Fisik Menopause*. Dikutip November 2012. <http://www.kondisifisikmenopause.com>