

NASKAH PUBLIKASI

GAMBARAN KARAKTERISTIK WANITA MENOPAUSE

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh:

GEBBY CHARUESTA

20140320074

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2018

GAMBARAN KARAKTERISTIK WANITA MENOPAUSE

Gebby Chariesta¹, Dewi Puspita²

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

²Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Email: gebbychariesta@gmail.com

Intisari

Latar Belakang : Bertambahnya usia pada membuat banyak proses yang akan terjadi salah satunya pada seorang wanita. Seorang wanita akan mengalami perubahan fisiologis yang secara normal itu terjadi terus – menerus pada masa reproduktif sampai masa menopause. Setelah wanita telah memasuki masa menopause rata-rata wanita mengalami gejala-gejala menopause seperti Hot flushes, kekeringan vagina, tanda-tanda osteoporosis dan fatigue.

Tujuan Penelitian : Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran karakteristik wanita menopause.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian berjumlah 57 wanita menopause berusia 45-55 tahun yang telah berhenti menstruasi selama 1 tahun, dalam pengambilannya menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner karakteristik wanita menopause.

Hasil : Wanita yang tidak mengalami karakteristik hot flushes yang tidak dialami responden seperti perasaan panas sebanyak 47 wanita (82,5%), wanita yang tidak terbangun di malam hari sebanyak 49 wanita (86%) dan wanita yang tidak mengalami gelisah ketika merasakan hot flushes sebanyak 51 wanita (89,5%). Responden yang tidak mengalami kekeringan vagina sebanyak 44 wanita (77,8%). Responden yang tidak mengalami tanda- tanda osteoporosis seperti nyeri tulang punggung sebanyak 53 wanita (93%) dan responden yang mengalami seperti nyeri tulang paha dan lengan sebanyak 39 wanita (68,4%). Karakteristik fatigue yang tidak dialami responden seperti mudah mengantuk sebanyak 29 wanita (50,9%) dan perhatian menurun sebanyak 48 wanita (84,2%) sedangkan karakteristik fatigue yang dialami responden seperti mudah lupa sebanyak 40 wanita (70,2%) dan kelelahan otot sebanyak 34 wanita (59,6%).

Kesimpulan : Wanita yang tidak mengalami karakteristik hot flushes paling besar adalah gelisah sebanyak 51 wanita (89,5%). Wanita yang tidak mengalami kekeringan vagina sebanyak 44 wanita (77,8%). Wanita yang tidak mengalami tanda- tanda osteoporosis seperti nyeri tulang punggung sebanyak 53 wanita (93%). Wanita yang mengalami karakteristik fatigue yang paling besar seperti kelelahan mental adalah mudah lupa sebanyak 40 wanita (70,2%) dan yang tidak mengalami perhatian menurun sebanyak 48 wanita (84%).

Kata Kunci : *menopause, hot flushes, kekeringan vagina, tanda-tanda osteoporosis, fatigue*

GENERAL CHARACTERISTIC OF MENOPAUSE WOMAN

Gebby Chariesta¹, Dewi Puspita²

¹Nursing Science Course Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

²Teacher Nursing Science Course Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Email: gebbychariesta@gmail.com

Abstract

Background: During the natural aging process many happen upon a woman. A woman may undergo physiological change that continuously takes place naturally during her productive stage until menopause. After that, a women in menopause phase generally experiences symptoms like hot flushes, vaginal dryness, signs of osteoporosis and fatigue.

Research Goal : This research purports to discover the general characteristic of menopause woman.

Research Methode: This research employs descriptive-quantitative method. Research samples are 57 menopause women age between 45-55 years who have stopped menstruation for at least one year. Sampling is based on purposive sampling technique. Research instruments are questionnaires pertaining to characteristic of menopause woman.

Result : Women who do not experience hot flushes are 51 persons (89,5%) reporting anxiety. Women who do not experience vaginal dryness are 44 persons (77,8%). Women who do not show signs of osteoporosis like low back pain are 53 persons (93%). Women who experience fatigue are 40 persons (70,2%) reporting mostly mental fatigue like forgetfulness, and those who do not experience lower concentration ability are as many 48 persons (84%).

Conclusion : Respondents who do not suffer from hot flushes are 47 women (82,5%), respondents who do not suffer from vaginal dryness are 44 women (77,8%), respondents who do not show signs of osteoporosis like low back pain are 53 women (93%). Respondents who experience fatigue symptoms mostly reported forgetfulness are as many 40 women (70,2%) and those who do not experience lower concentration are as many 48 women (84%).

Keywords : *menopause, hot flushes, vaginal dryness, signs of osteoporosis, fatigue*

Pendahuluan

Masa menopause merupakan proses dalam siklus reproduksi alamiah yang di alami wanita setelah melewati masa pubertas, mentruasi dan kehamilan (Achadiat, 2012). Menopause bukanlah hal peristiwa yang terjadi mendadak namun seorang wanita akan dinyatakan telah mengalami menopause jika selama setahun tidak lagi mengalami menstruasi sama sekali (I Wayan Candra, 2014).

Menurut data WHO (Word Health Organization) di perkirakan pada tahun 2025 ada 60 juta wanita akan mengalami menopause (Achadiat, 2012).

Semakin bertambahnya populasi maka akan semakin bertambah wanita yang akan memasuki masa menopause dan masa ini terjadi karena menurunnya hormon estrogen yang dapat menimbulkan gejala yang sangat mengganggu aktivitas wanita. Sindrom menopause dialami oleh banyak wanita hampir di seluruh dunia sekitar 70% sampai 80% wanita Eropa, 60% wanita di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina, dan 10% di Jepang (Baziad, 2003)

Bukan hanya merasakan tanda dan gejala namun kejadian pada masa ini berisiko terhadap penyakit seperti Osteoporosis dan Kardiovaskular. sebagian besar wanita mulai mengalami gejala tersebut pada usia 40an dan puncaknya pada usia 50 tahun yaitu terjadinya masa menopause (Proverawati, 2010).

Metode

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Jumlah responden 57 wanita berusia 45 sampai 55 tahun yang telah berhenti mesntruasi selama 1 tahun. Sampel di ambil dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Penelitian ini dilakukan di salah satu pedukuhan Desa Tamantirto dan berlangsung mulai bulan Desember 2017 sampai Juni 2018. Pengambilan data menggunakan kuesioner.

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Table. 4.1 Disribusi Frekuensi Berdasarkan karakteristik Responden

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
45	5	8,8
46	3	5,3
47	1	1,8
48	4	7
49	3	5,3
50	10	17,5
51	4	7
52	5	8,8
53	8	14
54	4	7
55	10	17,5
Total	75	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan table 4.1 menunjukkan bahwa rentang usia wanita yang telah mengalami menopause adalah 45 sampai

55 tahun, untuk usia tersebut yang terbanyak adalah usia 55 dan 50 tahun sebanyak 10 wanita dan yang paling sedikit pada usia 47 tahun yaitu 1 wanita (1,8%). Ada yang paling muda adalah usia 45 tahun yang telah mengalami menopause sebanyak 5 wanita dan usia yang paling tua adalah 54 tahun sebanyak 4 wanita (7%).

2. Analisa Univariat

A. Hot flushes

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi wanita yang mengalami Hot flushes (n=57)

Hot flushes	Frekuensi	Persentase (%)
a) Perasaan panas		
Ya	10	17,5
Tidak	47	82,5
Total	57	100
b) Terbangun dimalam hari		
Ya	8	14
Tidak	49	86
Total	57	100
c) Gelisah		
Ya	6	10,5
Tidak	51	89,5
Total	57	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan sebagian besar karakteristik hot flushes yang tidak dialami responden seperti perasaan panas sebanyak 47 wanita (82,5%), wanita yang tidak terbangun di malam hari sebanyak 49 wanita (86%) dan wanita yang tidak mengalami gelisah ketika merasakan hot flushes sebanyak 51 wanita (89,5%).

B. Kekeringan vagina

Tabel 4.3 Distribusi frekuensi wanita yang mengalami Kekeringan Vagina (n=57)

Kekeringan vagina	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	13	22,8
Tidak	44	77,8
Total	57	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan table 4.3 diatas menunjukkan sebagian besar wanita yang tidak mengalami kekeringan vagina sebanyak 44 wanita (77,8%).

C. Tanda-tanda osteoporosis

Tabel 4.4 Distribusi frekuensi wanita yang mengalami tanda-tanda osteoporosis (n=57)

Tanda-tanda Osteoporosis	Frekuensi	Persentase (%)
a) Nyeri tulang paha, lengan		
Ya	39	68,4
Tidak	18	31,6
Total	57	100
b) Nyeri tulang punggung		
Ya	4	7
Tidak	53	93
Total	57	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 4.4 diatas menunjukkan sebagian besar responden yang mengalami tanda-tanda osteoporosis seperti nyeri tulang paha dan lengan sebanyak 39 wanita (68,4%) sedangkan responen yang mengalami nyeri tulang punggung sebanyak 53 wanita (93%).

D. Fatigue

Tabel 4.5 Distribusi frekuensi wanita yang mengalami Fatigue (n=57)

Fatigue	Frekuensi	Persentase (%)
a) Mudah mengantuk		
Ya	28	49,1
Tidak	29	50,9
Total	57	100
b) Mudah lupa		
Ya	40	70,2
Tidak	17	29,8
Total	57	100
c) Kekuatan otot		
Ya	34	59,6
Tidak	23	40,4
Total	57	100
d) Perhatian menurun		
Ya	9	15,8
Tidak	48	84,2
Total	57	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 4.6 diatas menunjukkan sebagian besar karakteristik fatigue yang tidak dialami responden seperti mudah mengantuk sebanyak 29 wanita (50,9%) dan perhatian menurun sebanyak 48 wanita (84,2%) sedangkan karakteristik fatigue yang dialami responden seperti mudah lupa sebanyak 40 wanita (70,2%) dan kelelahan otot sebanyak 34 wanita (59,6%).

Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Hasil terkait karakteristik usia responden menunjukkan bahwa wanita menopause terbanyak pada usia 50 dan 55 tahun. Karakteristik usia responden pada penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Putri (2014) yang menunjukkan bahwa wanita yang mengalami menopause paling banyak berusia 45-55 tahun sedangkan menurut hasil penelitian Ceylan (2014), ditemukan bahwa kebanyakan wanita memasuki masa menopause di usia 40-an, tetapi ini bisa bervariasi dari satu orang ke orang lainnya. Wanita secara normal akan memasuki masa menopause pada usia 50-51 tahun dan wanita menopause mengalami perubahan yang ditandai dengan panjang siklus haid menjadi meningkat, peningkatan kadar hormon FSH dan penurunan kadar Inhibin, serta estradiol

yang sedikit tinggi.

2. Hot flushes

Salah satu gejala pada wanita menopause adalah hot flushes. Pada hasil penelitian ini wanita yang tidak mengalami gejala hot flushes seperti wanita tidak terbangun di malam hari sebanyak 49 wanita dan wanita yang tidak mengalami gelisah ketika merasakan hot flushes sebanyak 51 wanita. Penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Selvia *et al* (2016), yang menunjukkan bahwa gejala hot flushes yang dialami wanita menopause seperti perasaan panas sebanyak 61 wanita dan Penelitian ini juga tidak sejalan dengan hasil penelitian di Negara Eropa yang melaporkan wanita menopause dengan keluhan yang sering dirasakan yaitu keluhan hot flushes sebesar 74% (Ruri Y. A, Vita M. T. Nanan S, 2014). Gejala ini disebabkan adanya penurunan drastis hormon estrogen yang menyebabkan vasodilatasi dalam hipotalamus, sehingga terjadi peningkatan temperatur hipotalamus.

3. Kekeringan vagina

Salah satu gejala pada wanita menopause adalah kekeringan vagina. Pada hasil penelitian ini wanita yang tidak mengalami kekeringan vagina sebanyak 44 wanita. Penelitian ini juga tidak sejalan dengan hasil penelitian Selvia *et al* (2016), yang menunjukkan bahwa gejala kekeringan vagina seperti terasa nyeri pada vagina sebanyak 25 wanita menopause (33,3%) dan tidak sejalan dengan hasil penelitian Yuyus (2013), menunjukkan bahwa wanita menopause yang mengalami nyeri saat melakukan hubungan seksual 12 wanita (86%) sedangkan pada penelitian ini wanita menopause yang tidak mengalami kekeringan vagina.

Menurut hasil penelitian David (2014), yang mengatakan bahwa wanita menopause mengalami banyak perubahan fisik yang disebabkan oleh perubahan hormon estrogen, efek berkurangnya hormon estrogen mengakibatkan penipisan dinding vagina (Costantino, 2008 & Dennerstein, 2003). Wanita dengan kadar estrogen <50 pg/ml lebih banyak mengeluarkan banyak masalah seksual salah satunya mengeluhkan sering sakit saat bersenggama (Baziad, 2003).

4. Tanda-tanda osteoporosis

Salah satu gejala pada wanita menopause adalah tanda-tanda osteoporosis. Pada hasil penelitian ini menyatakan bahwa sebagian besar wanita yang tidak mengalami tanda-tanda osteoporosis seperti nyeri tulang punggung sebanyak 53 wanita. Menurut Teresa *et al* (2016), badan tulang punggung, ujung atas tulang paha dan ujung tulang lengan atas adalah yang paling sering terkena fraktur dan kerapuhan. Osteoporosis dapat bermanifestasi secara klinis sebagai rasa sakit dan patah tulang. Lokasi fraktur akibat osteoporosis adalah tulang punggung yang di keluhkan sebagai nyeri punggung, paha bagian atas, lengan atas dan lengan bagian distal juga sering terkena karena kehilangan masa tulang (Heffner, 2006). Osteoporosis ini terjadi pada wanita menopause karena penurunan produksi hormon estrogen yang dapat mengakibatkan penurunan masa tulang meningkat karena estrogen dapat membantu penyerapan kalsium dari tulang dengan cepat (Renidayati, 2011)

5. Fatigue

Salah satu gejala pada wanita menopause adalah fatigue. Berdasarkan hasil penelitian ini, wanita yang mengalami gejala fatigue seperti mudah mengantuk sebanyak 29 wanita dan perhatian menurun sebanyak 48 wanita sedangkan karakteristik fatigue yang dialami responden seperti mudah lupa sebanyak 40 wanita dan kelelahan otot sebanyak 34 wanita. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sagar *et al* (2013) menunjukkan bahwa wanita yang mengalami gejala mudah lupa seperti kelupaan sebanyak (57%) dan sejalan dengan penelitian Selvia *et al* (2016), yang menunjukkan bahwa gejala mudah lupa seperti daya ingat menurun sebanyak 33 wanita menopause (44%) dan gejala perhatian menurun seperti sulit berkonsentrasi sebanyak 10 wanita (13,3%). Dalam penelitian Chou (2013), wanita menopause yang mengalami gejala mudah lupa seperti daya ingat menurun 48%. Penyebab paling mungkin kelelahan adalah naik-turunnya hormon. Hormon bertanggung jawab untuk mengendalikan energi pada tingkat sel, sehingga ketika kadar estrogen dan progesterone menurun, demikian

juga tingkat energi. Naik- turunnya hormon juga akan mempengaruhi wanita untuk mendapatkan istirahat malam dengan baik, yang menyebabkan kelelahan.

Kesimpulan

1. Sebagian besar wanita menopause tidak mengalami hot flushes seperti 47 wanita (82,5%),
2. Sebagian besar wanita menopause tidak mengalami kekeringan vagina sebanyak 44 wanita (77,8%).
3. Sebagian besar wanita menopause mengalami tanda-tanda osteoporosis seperti nyeri tulang punggung sebanyak 53 wanita (93%).
4. Sebagian besar wanita menopause mengalami gejala fatigue yang paling besar seperti kelelahan mental adalah mudah lupa sebanyak 40 wanita (70,2%) dan yang tidak mengalami perhatian menurun sebanyak 48 wanita (84%).

Referensi

- Achadiat. (2012). Fitoestrogen untuk wanita menopause.
- Baziad, A. (2003). *Menopause*. (1, Ed.) Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Ceylan, B. N. (2015). Factors affecting age of onset of menopause and determination of quality of life in menopause. *Journal Turkey Society Obstetry*.
- Chou, c. c. (2013). *Memory Performance Among Taiwanese Postmenopausal Women With Heart Failure. A dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy (Nursing) in The University of Michigan*.
- Costantino, D. &. (2008). Effectiveness and safety of vaginal suppositories for the treatment of the vaginal atrophy in postmenopausal women: an open, non-controlled clinical trial. *European review for medical and pharmacological sciences*.
- David, J. P. (2014). Genitourinary syndrome of menopause: new terminology for vulvovaginal atrophy from the International Society for the Study of Women's Sexual Health and The North American Menopause Society. *Menopause : The journal of The North American Menopause Society*, 21.
- Dennerstein, L. A. (2003). The menopause and sexual functioning: a review of the population based research. *Annual review of sex research*.
- Heffner, L. J. (2006). At a Glance Sistem Reproduksi. In 2 (Ed.). Jakarta: Erlangga.
- Nugroho, Y. P. (2013, Januari). Hubungan Antara Stadium Menopause Dengan Perubahan Seksual Wanita Menopause Di Posyandu Lansia Srikandi Kelyrahan Sumpersari Kota Malang. *Jurnal keperawatan*, 4.
- Proverawati, E. S. (2010). *Menopause dan Sindrom Premenopause*. (W. K, Ed.) Yogyakarta: Nuha Medika.
- Putri H. (2014). Karakteristik Wanita Dengan Keluhan Menopause Di Puskesmas Pondok Benda Tangerang Selatan.
- Renidayati, C. S. (2011). Faktor Risiko Terjadinya Osteoporosis Pada Wanita Menopause.
- Ruri Yuni Astari, V. M. (2014, September). Hubungan Antara Sindrom Menopause Dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause Di Puskesmas SukaHaji Kabupaten Majalengka. 42.
- Sagar A. Borkes, P. V. (2013, September). Study of Menopausal Symptoms, and Perceptions About Menopause Among Women at a Rural Community in Kerala. *Journal of mid-life health*, 4.
- Selvia, H. (2016). Gambaran perubahan fisik dan psikologis pada wanita menopause Di Posyandu Desa Pabelan.
- Teresa Paolucci, V. M. (2016). Management of chronic pain in osteoporosis: Challenges and solutions. *Journal of pain research*, 177.

