

GAMBARAN FUNGSI SEKSUAL WANITA MENOPAUSE

by Yhenti Widjayanti

Submission date: 27-Jan-2020 06:53PM (UTC+0700)

Submission ID: 1247071964

File name: Fungsi_seksual_wanita_menopause_1.docx (37.68K)

Word count: 1520

Character count: 9471

GAMBARAN FUNGSI SEKSUAL WANITA MENOPAUSE

Yhenti Widjayanti

STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya

Abstract: Menopause is a normal condition that will be experienced by women along with their age. During menopause, the production of estrogen and progesterone hormone begins to decrease and cause sexual disfunction. The study aimed to describe menopausal women's sexual function. The design of this study was a descriptive. Respondents were 35 menopausal women at RT 12 and 13 RW V, Kelurahan Darmo, Wonokromo District Surabaya who fulfilled the inclusion criteria. Simple random sampling technique were used to collecting respondents. The variables in this study were female sexual function measured by the FSFI (Female Sexual Function Index) questionnaires. The result showed that more than 50% (51%) respondents has good sexual function. Suggestions for RT was together with Puskesmas Jagir in giving counseling about how to decrease the menopausal symptoms especially about sexual function.

Keywords: Sexual Function, Menopause

Abstrak: Menopause merupakan kondisi normal yang dialami wanita seiring dengan penambahan usia. Saat menopause, produksi hormon estrogen dan progesteron mulai berkurang dan menimbulkan gejala fisik dan psikis yang berakibat timbulnya disfungsi seksual. Tujuan penelitian ini adalah mendapatkan gambaran tentang fungsi seksual wanita menopause. Desain penelitian ini adalah deskriptif. Responden penelitian ini adalah 35 wanita menopause di RT 12 dan 13 RW V Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Surabaya yang memenuhi kriteria inklusi dan dikumpulkan menggunakan teknik simple random sampling. Variabel penelitian ini adalah fungsi seksual wanita menopause diukur dengan FSFI (Female Sexual Function Index). Hasil penelitian didapatkan lebih dari 50% (51%) responden memiliki fungsi seksual baik dan 49% memiliki fungsi seksual buruk. Kader kesehatan diharapkan dapat bekerjasama dengan Puskesmas dalam memberikan penyuluhan tentang upaya untuk mengatasi gejala menopause khususnya yang terkait dengan fungsi seksual bagi wanita menopause agar wanita menopause dapat memiliki fungsi seksual yang baik

Kata Kunci : Fungsi seksual, Menopause

PENDAHULUAN

³ Menopause merupakan kondisi normal yang akan dialami oleh semua wanita seiring dengan pertambahan usia (Haryono, 2016). Pada masa menopause, indung telur mulai menghentikan produksi estrogen dan progesteron sehingga hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh mulai berkurang (Smart, 2010). Pada masa menopause kadar estrogen akan menurun berakibat gangguan fungsi seksual. Seorang perempuan menopause akan mengeluhkan penurunan minat untuk berhubungan seksual karena ⁴ tidak lagi merasakan rangsangan seksual yang diberikan oleh pasangan. Estrogen yang menurun juga menyebabkan suplai darah ke vagina dan produksi lendir vagina menurun. Hal ini memicu dyspareunia akibat kekeringan vagina (Wirawan, 2013, hal: 32).

WHO (2010) mengemukakan bahwa ¹ pada tahun 2025 jumlah wanita menopause di Asia mencapai 373 juta jiwa. Pada tahun 2020, di Indonesia wanita menopause mencapai 30,3 juta dengan rerata usia 49 tahun (Susanti, 2014). Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di RT 12 RW V Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Surabaya menunjukkan dari 10 orang wanita menopause didapatkan 5 orang mengatakan sudah tidak memiliki kekuatan yang sama seperti waktu masih muda, 3 orang merasa diri tua, 4 orang merasa takut dengan perubahan yang terjadi seperti kulit yang menjadi kendur dan keriput yang membuat penampilan tidak menarik lagi dan hal tersebut tentu saja berpengaruh pada kehidupan seksual mereka.

Jika fungsi seksual tidak dapat berfungsi dengan baik maka akan mempengaruhi kualitas hidup dan hubungan dengan pasangan (Melliana, 2006). Pola hidup sehat seperti olahraga teratur, serta mengonsumsi makanan sehat yang

mengandung fitoestrogen alami yang terkandung dalam makanan seperti kedelai, tempe, tahu dan buah-buahan disarankan untuk meringankan gejala menopause termasuk yang berkaitan dengan kebutuhan seksual (Smart, 2010).

Tujuan penelitian ini adalah mendapatkan gambaran tentang fungsi seksual wanita menopause di RT 12 dan 13 RW V Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Surabaya.

METODE

Desain penelitian ini adalah studi deskriptif. Pengambilan data dilakukan di RT 12 dan 13 RW V Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Surabaya pada tanggal 9 dan 12 April 2017. Responden dalam penelitian ini adalah 35 wanita menopause yang memenuhi kriteria inklusi bersedia menjadi responden, aktif dalam kegiatan PKK, bisa membaca dan menulis, serta menikah dan masih memiliki pasangan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*.

Instrumen yang digunakan adalah FSFI (*Female Sexual Function Index*). Instrumen ini digunakan untuk mengukur fungsi seksual wanita. Kuesioner ini mengandung 19 pertanyaan meliputi 2 soal gairah seksual, 4 soal bangkitan seksual, 4 soal pelendiran vagina, 3 soal orgasme, 3 soal kepuasan, dan 3 soal rasa sakit. FSFI (*Female Sexual Function Index*) sudah teruji validitas dan reliabilitas secara internasional.

Data yang didapatkan dianalisis secara analisa statistik deskriptif proporsi prosentase

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Prosentase (%)	
Usia			Mean ± SD:
45-59	35	100%	51,34 ± 4,345
Kategori IMT			Min : 45
Normal	12	34%	Max: 59
Gemuk	5	14%	
Obesitas	18	52%	
Status Pekerjaan			
Bekerja	15	43%	
Tidak Bekerja	20	57%	
Agama			
Islam	30	86%	
Kristen	1	3%	
Katolik	4	11%	
Keaktifan dalam kegiatan keagamaan			
Ya	23	66%	
Tidak	12	34%	
Keaktifan dalam kegiatan social			
Ya	35	100%	
Tidak	0	0	
Waktu Menopause			
1 tahun	18	52%	
2-3 tahun	7	20%	
4-5 tahun	6	17%	
> 5 tahun	4	11%	
Olah raga rutin			
Ya	3	9%	
Tidak	32	91%	
Penggunaan Terapi Hormon			
Ya	0	0	
Penyakit			
Hipertensi	10	26,3%	
Diabetes	2	5,26%	
Penyakit tulang dan persendian	28	73,7%	
Merokok			
Ya	0	0	
Tidak	35	100%	
Konsumsi Alkohol			
Ya	0	0	
Tidak	35	100%	

Tabel 2 Fungsi Seksual

Fungsi Seksual	Frekuensi (n)	Prosentase (%)
----------------	---------------	----------------

Baik	18	51%
Buruk	17	49%

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari 50% wanita menopause memiliki fungsi seksual yang baik.

Pembahasan

Hasil penelitian didapatkan 18 responden (51%) responden memiliki fungsi seksual baik dan 17 (49%) responden memiliki fungsi seksual buruk. Menurut Pangkahila (2014) pada masa menopause indung telur mulai menghentikan produksi estrogen dan progesteron sehingga hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh mulai berkurang. Penurunan hormon tersebut akan menimbulkan gejala baik fisik seperti hot flushes, insomnia, kekeringan pada vagina, maupun gejala psikis seperti kecemasan dan stres dapat mengganggu fungsi seksual wanita. Kekeringan vagina akan berakibat seorang wanita merasakan ketidaknyamanan saat berhubungan seksual. Hal ini berpengaruh pada fungsi seksual wanita tersebut. Disfungsi seksual adalah masalah yang mengakibatkan individu atau pasangannya tidak dapat menikmati hubungan seksual dan orgasme. Disfungsi seksual mungkin terjadi sebagai akibat dari gangguan fisiologis, konflik budaya, masalah interpersonal, atau kombinasi dari ketiganya (Williams & Wilkins, 2011)

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi berat ringannya gejala menopause termasuk gangguan fungsi seksual yang dirasakan oleh wanita menopause antara lain gaya hidup seperti kebiasaan olahraga, konsumsi alkohol dan rokok, kelebihan berat badan atau obesitas, penyakit, lama menopause dan penggunaan terapi hormon.

Bila dilihat dari faktor kebiasaan olahraga didapatkan dari 14 (93%) responden yang tidak memiliki kebiasaan olahraga. Menurut Sugani (2010) kadar hormon estrogen dalam tubuh berhubungan dengan neurotransmitter diantaranya adalah endorfin yang berpengaruh terhadap tingkah laku seksual. ¹ Endorfin sangat responsif terhadap fluktuasi kadar estrogen dan progesteron. Pada masa menopause kadar endorfin menjadi turun. Namun, olahraga dapat meningkatkan produksi endorphine dalam otak. Kondisi ini membuat selalu gembira, peningkatan suplai oksigen. Sesuai dengan teori saat responden tidak berolahraga maka akan berpengaruh pada kadar endorfin yang berpengaruh pada tingkah laku seksual dan pengaturan mood. Saat tubuh kekurangan endorfin maka kemampuan tubuh untuk mengontrol tingkah laku seksual dan pengaturan mood akan terganggu. Masalah tersebut semakin diperparah oleh adanya ketidakseimbangan hormon pada wanita menopause.

Bila dilihat dari lama menopause didapatkan dari 17 responden yang mengalami gangguan fungsi seksual sebanyak 9 (60%) responden mengalami menopause selama 1 tahun. Menurut Smart (2010) pada saat menopause terjadi perubahan fungsi indung telur sehingga indung telur lebih sedikit menghasilkan atau memproduksi hormon estrogen dan progesteron. Semakin lama menopause maka produksi estrogen dan progesteron oleh indung telur semakin berkurang sampai akhirnya tidak diproduksi lagi. Dari hasil penelitian didapatkan responden yang baru menopause selama 1 tahun justru mengalami disfungsi seksual. Hal ini dikarenakan responden belum terbiasa dengan perubahan dan gejala menopause yang terjadi sehingga belum beradaptasi dengan perubahan fisik yang dirasakan. Responden yang mengalami menopause lebih lama secara perlahan ¹ sudah dapat menyesuaikan diri

dengan perubahan yang terjadi sehingga gejala yang dirasakan tidak seberat saat pertama kali menopause.

Bila dilihat dari indeks masa tubuh didapatkan dari 17 responden yang mengalami gangguan fungsi seksual sebanyak 10 (67%) responden yang masuk dalam kategori obesitas. Menurut Lingga (2011) timbunan lemak pada perempuan obesitas juga mempengaruhi sistem reproduksi, perubahan hormonal dan ketidakseimbangan hormon. Pertambahan usia serta gangguan keseimbangan hormon pada wanita menopause membuat masalah radang dan nyeri sendi pada orang gemuk semakin mengkhawatirkan. Sesuai dengan teori responden yang memiliki kelebihan berat badan akan mempengaruhi keseimbangan hormon reproduksi yang menyebabkan responden mengalami berbagai gejala seperti mood yang berubah-ubah dan juga kekeringan pada vagina.

18 responden memiliki fungsi seksual baik. Seluruh responden tersebut aktif dalam kegiatan keagamaan. Menurut Sunaryo (2015) ibadah merupakan cara untuk memenuhi kebutuhan spiritual. Kebutuhan spiritual erat kaitannya dengan kebutuhan seksual. Hasil wawancara menyebutkan bahwa sesuai kepercayaan yang dianut oleh wanita tersebut melayani pasangan secara seksual merupakan suatu kewajiban. Sehingga responden dan pasangannya mencoba untuk melakukan hubungan seksual yang nyaman dan dapat dinikmati oleh kedua belah pihak.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara gejala menopause dengan kualitas hidup pada wanita menopause, dimana peningkatan gejala menopause diikuti dengan penurunan kualitas hidup.

Peneliti menyarankan kepada pihak RT untuk bekerjasama dengan Puskesmas dalam memberikan penyuluhan tentang upaya untuk mengatasi gejala menopause khususnya yang terkait dengan fungsi seksual bagi wanita menopause agar wanita menopause dapat memiliki fungsi seksual yang baik.

GAMBARAN FUNGSI SEKSUAL WANITA MENOPAUSE

ORIGINALITY REPORT

12%

SIMILARITY INDEX

11%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

3%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.ipb.ac.id Internet Source	2%
2	www.scribd.com Internet Source	2%
3	hargaalami.com Internet Source	2%
4	www.blogdokter.net Internet Source	1%
5	zh.scribd.com Internet Source	1%
6	anzdoc.com Internet Source	1%
7	journal.ppnijateng.org Internet Source	1%
8	Submitted to Universitas Indonesia Student Paper	1%
9	eprints.umpo.ac.id Internet Source	1%

10	repository.unusa.ac.id Internet Source	1%
11	Submitted to University of Nottingham Student Paper	1%
12	www.jsikworld.com Internet Source	1%
13	Elisa Rahmi, Aan Nuraeni, Tetti Solehati. "Gambaran fungsi seksual pada wanita dengan terapi akibat kanker payudara", Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah, 2019 Publication	<1%

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography On