

MENOPAUSE RATING SCALE (MRS) PADA USIA 45-59 TAHUN DITINJAU DARI RIWAYAT KONTRASEPSI

Tatik Trisnowati*, Aprilia Nuryanti

Politeknik Insan Husada Surakarta, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia

Abstrak

Menopause merupakan proses alami yang terjadi saat seorang wanita bertambah tua. Seiring usia bertambah, indung telur akan makin sedikit memproduksi hormon kewanitaan dan menyebabkan indung telur tidak lagi melepaskan sel telur sehingga menstruasi akan berhenti. Penggunaan kontrasepsi hormonal dapat menimbulkan efek negatif pada kehidupan seksualitas wanita. Durasi dan tingkat keparahan gejala yang timbul bisa berbeda-beda pada tiap wanita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan gejala menopause. Metode penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel penelitian ini menggunakan *non probability sampling* jenis *consecutive sampling*. Besar sampel pada penelitian ini adalah 60 orang. Analisis data menggunakan analisa bivariat dengan uji *Pearson Correlation*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara gejala menopause dengan penggunaan kontrasepsi ($p=0,000$). Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara gejala menopause dengan penggunaan kontrasepsi.

Kata kunci : hormonal; kontrasepsi; *Menopause Rating Scale (MRS)*

MENOPAUSE RATING SCALE (MRS) IN WOMEN 45-59 YEARS IN TERMS OF CONTRACEPTIVE HISTORY

Tatik Trisnowati, Aprilia Nuryanti

Abstract

Menopause is a natural process that occurs as a woman grows older. As a woman ages, her ovaries produce fewer female hormones, causing the ovaries to no longer release eggs and menstruation to stop. The use of hormonal contraceptives can have a negative effect on a woman's sexual life. The duration and severity of symptoms can vary from woman to woman. This study aims to determine the relationship between hormonal contraceptive use and menopausal symptoms. This research method is correlational research with a Cross Sectional approach. The sample of this study used non probability sampling type consecutive sampling. The sample size in this study was 60 people. Data analysis using bivariate analysis with Pearson Correlation test. The results showed that there was a relationship between menopausal symptoms and the use of contraceptives ($p=0.000$). The conclusion of this study is that there is a relationship between menopausal symptoms and the use of contraceptives.

Keywords : contraception; hormonal; Menopause Rating Scale (MRS)

Korespondensi: Tatik Trisnowati, Prodi DIII Keperawatan Politeknik Insan Husada Surakarta, Indonesia. Email : tatiktris@polinsada.ac.id

LATAR BELAKANG

Masa menopause, seorang wanita akan mengalami perubahan fisik dan psikologis yang seringkali menimbulkan berbagai masalah keluhan. Ada beberapa faktor yang diduga menjadi penyebab timbulnya keluhan tersebut seperti pendidikan, penggunaan alat kontrasepsi hormonal dan psikologis. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, terdapat 52,28% wanita lansia di Indonesia dengan proporsi 18,59% usia 45-59 tahun, 61,89% usia 60-69 tahun, 28,38% usia 70-79 tahun dan 9,72% usia ≥ 80 tahun. Di Surakarta, jumlah wanita usia 45-59 tahun sebanyak 59.271 jiwa, salah satunya adalah wilayah Setabelan sebanyak 441 jiwa. Menopause dapat memperburuk gejala, seperti halusinasi dan delusi dan juga dapat mengganggu fungsi kognitif, yang mengakibatkan kesulitan memori dan fungsi eksekutif.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan gejala menopause.

METODE/DESAIN PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah korelasional, yaitu untuk menjelaskan hubungan gejala menopause dengan penggunaan kontrasepsi hormonal. Desain penelitian yang digunakan yaitu *Cross Sectional*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yaitu *Menopause Rating Scale* (MRS) yang dikembangkan oleh *The Berlin Center For Epidemiology and Health Research* sehingga pertanyaan tersebut sudah tervalidasi secara isi. Pilihan jawaban dan sistem scoring pada tiap 11 pertanyaan di kuesioner ini yaitu skala 0 (tidak ada

keluhan) sampai 4 (keluhan sangat berat).

POPULASI, SAMPEL DAN TEKNIK SAMPLING

Populasi dalam penelitian ini adalah wanita usia 45 – 59 tahun, sudah menopause dan tinggal di wilayah Setabelan sebanyak 441 jiwa. Penelitian ini menggunakan *non probability sampling* jenis *consecutive sampling*. Besar sampel pada penelitian ini adalah 60 orang.

HASIL

Hasil penelitian dapat disampaikan sebagai berikut:

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Responden (N=60)

Karakteristik Responden	f	%
Usia:		
45-50	10	17
51-55	35	58
56-59	15	25
Pendidikan:		
PT	6	10
Menengah	46	77
Dasar	8	13

Mayoritas responden berusia 51-55 tahun (58%), pendidikan responden mayoritas pendidikan menengah (77%), dengan rata-rata usia mulai menopause 49 tahun.

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Gejala Menopause dan Kontrasepsi (n=60)

Aspek	f	%
Gejala Menopause:		
Tidak ada	15	25
Ringan	21	35
Sedang	14	23,3
Berat	10	16,7
Kontrasepsi:		
Hormonal	30	50
Non Kontrasepsi	30	50

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan mayoritas responden mengalami gejala menopause ringan yaitu sebesar 23,3%. Sedangkan komposisi

responden terkait riwayat kontrasepsi hormonal dan non hormonal besaran sama masing - masing 50%.

Tabel 3.
Hubungan Gejala Menopause
dan Kontrasepsi

		Gejala Menopause	Kontrasepsi
Gejala Menopause	Pearson Correlation	1	.537
	Sig.(2-tailed)		.000
	N	60	60
Kontrasepsi	Pearson Correlation	.537	1
	Sig.(2-tailed)	.000	
	N	60	60

Hasil analisis data menggunakan analisa bivariat dengan uji *Pearson Correlation*, menunjukkan bahwa ada hubungan antara gejala menopause dengan riwayat kontrasepsi ($p=0,000$).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan proporsi responden dengan riwayat kontrasepsi hormonal dan non kontrasepsi sama masing masing sebanyak 30 responden (50% dari 60 responden). Kontrasepsi hormonal merupakan salah satu metode untuk mencegah dan menjarangkan kehamilan yang menggunakan obat-obatan yang mengandung hormon sintetik, dua hormon tersebut yaitu estrogen dan progestin. Kedua hormon tersebut serupa dengan hormon - hormon alamiah yang dihasilkan tubuh yaitu estrogen dan progesteron. Kontrasepsi hormonal memiliki banyak efek samping mulai dari ringan, sedang, dan berat berdasarkan dampaknya terhadap kualitas hidup pengguna. Efek hormonal mempengaruhi pada system metabolisme dan kardiovaskular. Secara metabolik, sebagian besar efek samping disebabkan oleh perubahan hormon yang mempengaruhi sistem

endokrin. Efek samping yang umum terjadi pada wanita yang menggunakan metode hormonal adalah efek samping ringan (Sagita, Nurhusna dan Rudini, 2022).

Mayoritas responden berusia 51-55 tahun (58%), usia menopause dapat dipengaruhi oleh usia menarche seseorang. Berdasarkan penelitian Ratna (2014) didapatkan bahwa pada wanita yang mengalami menarche usia 19 tahun akan mengalami menopause pada usia sekitar 45 tahun, atau semakin muda seorang wanita mengalami menarche maka semakin tua usia menopausenya. fisiologi ini berhubungan dengan otak terutama di hypothalamus dan hypofise serta uterus dan ndung telur yang akan selalu berproses sesuai dengan produksi hormone yang dihasilkan serta kelancaran jalur sirkulasi diantara sel target masing masing hormone reproduksi wanita (Ratna, 2014).

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa analisis data menggunakan analisa bivariat dengan uji *Pearson Correlation*, didapatkan hasil ada hubungan antara gejala menopause dengan penggunaan kontrasepsi ($p=0,000$). Hasil penelitian Wahid tahun 2016, menyebutkan

bahwa dari 18 responden (51,4%) yang tidak menggunakan kontrasepsi pil didapatkan 9 responden (25,7%) yang mengalami menopause lambat. Peneliti berasumsi bahwa ini dipengaruhi oleh faktor lain seperti jumlah anak di mana semakin sering wanita melahirkan maka semakin lama wanita memasuki masa menopause. Hal ini dikarenakan kehamilan dan persalinan memperlambat sistem kerja organ reproduksi wanita dan juga dapat memperlambat penuaan tubuh. Didapatkan pula 9 responden (25,7%) cepat mengalami menopause dengan keluhan cepat lelah dan susah tidur dan didapatkan juga keluhan ibu yang menggunakan kontrasepsi pil tentang amenorea (tidak datang bulan yang berkepanjangan) dan ketidakaturan siklus haid ini merupakan salah satu dari gejala menopause (Wahid, 2016). Riwayat kontrasepsi mempengaruhi usia wanita saat menopause. Terdapat hubungan yang bermakna antara jenis penggunaan kontrasepsi dengan angka menopause ($p=0,003$), dengan menopause terjadi lebih lambat pada wanita pengguna kontrasepsi hormonal (Nurdianti, 2016).

Pemakaian kontrasepsi khususnya alat kontrasepsi jenis hormonal karena cara kerja kontrasepsi yang menekan fungsi indung telur sehingga tidak memproduksi sel telur maka wanita yang menggunakan kontrasepsi hormonal akan lebih lama atau tua memasuki usia menopause. (Yulizawati dan Yulika, 2022).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara gejala menopause dengan penggunaan kontrasepsi ($p=0,000$). Hal ini didukung oleh hasil penelitian Safitri (2015) bahwa berdasarkan jenis alat KB hormonal yang digunakan yaitu pil, suntik dan implan maka alat KB

hormonal pil yang paling berpengaruh secara signifikan terhadap Perubahan fisik ibu terutama pada Perubahan berat badan dan Perubahan lingkaran pinggang. Dan hasil uji berdasarkan jenis perubahan fisik ibu terhadap penggunaan KB hormonal (pil, suntik, implan) maka diperoleh faktor Perubahan berat badan dan faktor lingkaran pinggang yang memengaruhi secara signifikan.

Rendahnya kadar estrogen merupakan penyebab proses osteoporosis (kerapuhan tulang). Menurunnya kadar estrogen akan diikuti dengan penurunan penyerapan kalsium yang terdapat dalam makanan. Kekurangan kalsium ini oleh tubuh diatasi dengan menyerap kembali kalsium yang terdapat dalam tulang, dan akibatnya tulang menjadi keropos dan rapuh, penurunan daya tahan tubuh, penurunan libido atau penurunan gairah seksual (Kumalasari dan Andhyantoro, 2015).

Peningkatan gejala menopause pada wanita menopause dengan riwayat kontrasepsi hormonal didukung hasil penelitian di mana wanita yang mengonsumsi pil kontrasepsi memiliki gigi seri yang kurang stabil dibandingkan pada wanita dengan siklus menstruasi fisiologis, di setiap fase karena penggunaan kontrasepsi hormonal dalam jangka panjang memiliki efek merusak pada struktur periodonsium yang halus (Peruga dkk, 2023).

Hasil penelitian Maita (2013) adanya hubungan karakteristik wanita dengan keluhan masa menopause di jelaskan bahwa umur wanita dan kondisi haid berhubungan dengan keluhan masa menopause sedangkan paritas, alat kontrasepsi, Indeks Masa Tubuh, pendidikan, pekerjaan, status pernikahan, dan pendapatan tidak berhubungan dengan keluhan masa menopause.

Pada wanita yang tidak menggunakan kontrasepsi hormonal cenderung lebih cepat mendapatkan menopause karena perubahan hormonal terjadi secara fisiologis dan tubuh akan mengadaptasi secara perlahan sehingga keluhan sering tidak dirasakan atau ringan. Sedangkan wanita dengan riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal tubuh cenderung tergantung pada kadar hormon yang tinggi padahal hormone yang tinggi menyebabkan perubahan yang negative terhadap sistem tubuh, sehingga saat terjadi penurunan kadar hormone estrogen dan progesteron menimbulkan keluhan akibat ketergantungan tubuh terhadap hormon.

Pernyataan di atas didukung penelitian yang menyatakan bahwa efek samping penggunaan kontrasepsi hormonal pil, suntik dan implant yang terbesar responden mengalami kenaikan berat badan. Hormon estrogen dinilai efektif dalam mengatasi gejala vasomotor pada wanita perimenopause dan menopause. Namun, pemberian jangka panjang perlu diawasi karena dapat menyebabkan berbagai efek samping, terutama pada jantung dan pembuluh darah (Sagita dkk, 2022).

KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara gejala menopause dengan penggunaan kontrasepsi.

SARAN

1. Diharapkan wanita melakukan intervensi pada diri sesuai dengan tingkat keperawatan gejala menopause atau melakukan konsultasi ke dokter apabila gejala menopause dirasakan sangat mengganggu.
2. Disarankan untuk petugas

kesehatan melalui kader kesehatan lebih meningkatkan informasi dan pemahaman bagi wanita perimenopause.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, A. (2013). *Perbedaan Kejadian Menopause pada Pasca Akseptor dengan Riwayat KB Hormonal dan Non Hormonal di Desa Sukorejo Dukuh Dare Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo*, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo 2013.
- Hidayah dan Savitri. (2018). Riwayat Penggunaan Alat Kontrasepsi (KB) Dengan Perubahan Fisik pada Menopause. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan* Vol. 9 No.1 (2018) 83-87. <https://jurnal2.umku.ac.id/index.php/jikk/article/view/407/302>.
- Kumalasari I. dan Andhyantoro, I. (2015). *Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nabila Wahid. (2016). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Dengan Kejadian Menopause Pada Ibu Di Puskesmas Lau Maros. *Jurnal Kebidanan Vokasional*, 1(1), 61-66. Retrieved from <https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jkv/article/view/25>.
- Nurdianti, N., Sukmawati, & Luthfiyati, Y. (2016). Hubungan Jumlah Paritas dengan Usia Menopause. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(2), 282-286. <https://doi.org/10.25077/jka.v5i2.529>.
- Peruga, M.; Piwnik, J.; Lis, J. (2023) The Impact of Progesterone

- and Estrogen on the Tooth Mobility. *Medicina* 59, 258. <https://doi.org/10.3390/medicina59020258>
- Ratna, A. (2014) 'Hubungan Menarche terhadap Menopause di Kecamatan Lalabata Kab. Soppeng Sulawesi Selatan', *eCliniC*. doi: 10.35790/eci.2.1.2014.3670.
- Sagita. (2022). Gambaran Efek Samping Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal Pada Akseptor Kontrasepsi Hormonal di Kota Jambi. *Jurnal Pinang Masak*. Vol. 1 No. 1. Universitas Jambi. <https://online-journal.unja.ac.id/jpima/article/view/21906>.
- Safitri, Mey E. (2015). Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal terhadap Perubahan Fisik Ibu Di Klinik Anita Medan. *Lentera: Jurnal Ilmiah Sains dan Teknologi*, vol. 15, no. 14, 6 Sep. AlMuslim University.
- Yulizawati dan Yulika. (2022). *Mengenal Fase Menopause*. Indomedia Pustaka. Sidoarjo.