

Faktor yang Memengaruhi Aktivitas Seksual pada Wanita Perimenopause Studi di Kelurahan Renon Kecamatan Denpasar Selatan

A.A Istri Dwi Mahayuni P dan Soenarnatalina Melaniani¹

Bagian Biostatistik dan Kependudukan Fakultas kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya

Alamat korespondensi penulis E-mail: 1natalina_fkm@yahoo.com

ABSTRACT

Menopause is one of problems faced by women when their fertility is dropping which resulting anxiety and worry, even it is often became terrible things for many women. A cross-sectional research was conducted in Renon Village, South Denpasar Sub district, purposed to recognize factors influencing intercourse activity at perimenopause. The research was carried out by using quantitative approach. The sample were 77 women with age range 45 to 55 years, collected by means proportional random sampling technique. The data collecting by interview was using questionnaire and was statistically analyzed using ordinal regression test. Physical changes was the most influence variable to intercourse on women in menopause time ($p < 0,05$). While variables of physical factor; children number; contraception used, readiness to encounter menopause and psychological changes are not related with couple intercourse. Women who experienced menopause time should seek information about menopause through electronic media or mass media such as watching TV or listening to radio released program about menopause and reading books and tabloid which reviewing about menopause.

Key words: sexual activity, menopause

PENDAHULUAN

Perimenopause merupakan wanita yang berusia 45–55 tahun mengalami ketidakteraturan dalam siklus haid dan sebagian besar mengalami perubahan fisik yang merupakan akibat dari menopause. Wanita perimenopause dalam menghadapi masa menopause sebagian besar mengalami stres, namun stres dapat dicegah dengan cara mencari teman bicara untuk memecahkan masalah yang sedang dialami. Upaya yang dapat dilakukan oleh wanita perimenopause dalam menghadapi masa menopause yaitu konsultasi ke dokter untuk memperoleh informasi mengenai perubahan yang akan dialami pada masa menopause. Wanita perimenopause harus menjaga kebugaran misalnya berolahraga secara teratur yang bermanfaat bagi wanita dalam tahun menopause (Kasdu D, 2001).

Proses menopause terjadi secara tiba-tiba serta kecepatan perkembangannya tidak tetap, wanita akan mengalami penurunan fungsi tubuh secara bertahap sekitar usia 45 tahun. Penurunan fungsi tubuh yang terjadi pada wanita sekitar usia 45 tahun disebabkan karena kekurangan hormon estrogen yang mengakibatkan vagina mengkerut dan produksi lendirnya berkurang, dengan demikian vagina menjadi kering dan muncul rasa perih saat bersenggama.

Rasa perih saat bersenggama menyebabkan menurunnya libido seorang wanita pada usia pertengahan, di mana faktor yang berkaitan dengan penurunan libido pada wanita begitu kompleks yang termasuk depresi, gangguan tidur dan keringat pada malam hari. Semuanya merupakan gejala umum masa transisi menopause dan awal menopause. Wanita yang mengalami keringat malam

hari dapat mengganggu tidur dan bila kurang tidur dapat mengurangi energi dalam melakukan aktivitas seksual dengan pasangannya (BKKBN, 2003).

Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Renon Kecamatan Denpasar Selatan dengan jumlah penduduk wanita yang berusia 45–55 tahun sebanyak 368 orang, tingkat pendidikan mayoritas adalah tamat SD sederajat (35,5%), sedangkan jenis pekerjaan yang paling banyak ditekuni adalah wiraswasta karena merupakan tempat obyek wisata, sehingga secara tidak langsung jenis pekerjaan ini menentukan status ekonomi suatu keluarga. Fasilitas di tempat pelayanan kontrasepsi sudah memadai didukung dengan adanya Puskesmas dan tempat praktik bidan yang menyediakan pelayanan kontrasepsi, namun tempat pelayanan kesehatan seperti poli klinik menopause masih sangat jarang.

Kondisi wanita menopause di Bali tidak jauh berbeda dengan wanita di daerah lainnya yang beranggapan bahwa wanita pada masa menopause akan mengalami ketidaknyamanan seksual karena perubahan fisik yang terjadi pada organ tubuhnya. Dari data Badan Pusat Statistika (BPS) diperoleh jumlah penduduk Kelurahan Renon Kecamatan Denpasar Selatan yang telah menikah sebanyak 1079 Kepala Keluarga (KK) sedangkan penduduk yang cerai sebanyak 8 KK yang berasal dari penduduk yang berusia 40 tahun ke atas. Perceraian sebagian besar disebabkan karena pihak ketiga ataupun karena faktor cemburu, hal ini menyebabkan sebagian besar wanita perimenopause di Kelurahan Renon Kecamatan Denpasar Selatan merasa takut kehilangan pasangannya karena tidak dapat memberikan kepuasan pada saat berhubungan seksual pada masa menopause.

Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mempelajari faktor yang mempengaruhi aktivitas seksual pada wanita perimenopause di Kelurahan Renon Kecamatan Denpasar Selatan. Tujuan khusus secara rinci adalah untuk mengidentifikasi: 1) karakteristik responden, 2) kesiapan wanita perimenopause dalam menghadapi menopause, 3) perubahan fisik dan psikologis wanita perimenopause, 4) aktivitas seksual pada wanita perimenopause, dan 5) menganalisis beberapa faktor yang mempengaruhi aktivitas seksual pada wanita perimenopause.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah observasional yang bersifat analitik karena bertujuan menganalisis permasalahan yang akan diteliti. Sedangkan menurut waktunya penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* di mana subyek diobservasi satu kali saja dengan pengukuran variabel bebas dan terikat dilakukan pada saat pemeriksaan atau pengkajian (Nursalam, 2003).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua wanita perimenopause di Kelurahan Renon Kecamatan Denpasar Selatan dan beragama hindu. Sampel penelitian adalah sebagian dari wanita perimenopause yang berada di Kelurahan Renon Kecamatan Denpasar Selatan dan beragama hindu, yang besar sampelnya ditentukan dengan rumus *Lemeshow*:

$$n = \frac{Z^2 1_{\alpha/2} P(1-P)N}{d^2 (N-1) + Z^2 1_{\alpha/2} P(1-P)}$$

Di mana:

$Z^2 1_{\alpha/2}$ = nilai distribusi normal baku (tabel Z) pada α tertentu 1,960

n = besar sampel minimum

p = perkiraan proporsi wanita yang menopause terhadap wanita usia 45–55 tahun, digunakan perkiraan proporsi terbesar yaitu 0,5

q = $1-p = 1-0,5 = 0,5$

d = kesalahan (absolut) yang dapat ditolerir = 0,1

N = jumlah populasi

Jadi besar sampel adalah:

$$n = \frac{(1,96)^2 (0,5) (1-0,5) (368)}{(0,1)^2 (368-1) + (1,96)^2 (0,5)(1-0,5)}$$

$n = 77$ wanita

Dengan demikian sampel penelitian adalah 77 wanita, yang kemudian diambil secara *proporsional random sampling* yang diambil dari setiap Banjar.

Variabel tergantung adalah aktivitas seksual, sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah: status bekerja, kepemilikan anak, praktek menjaga kebugaran tubuh, praktek dalam mencegah stres dalam menghadapi masa

menopause, kesiapan menghadapi menopause, dan pemakaian alat kontrasepsi. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara menggunakan instrumen kuesioner terstruktur. Data yang telah terkumpul kemudian dilakukan penilaian data dan pengujian masalah penelitian untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi aktivitas seksual pada wanita perimenopause dengan menggunakan uji regresi ordinal.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Ditinjau dari umur, sebagian besar responden berumur sekitar 45–50 tahun sebesar 58,4% dengan tingkat pendidikan terakhir responden SMU sederajat sebesar 44,2% dan pekerjaan sebagian besar sebagai PNS sebesar 41,6%. Status perkawinan responden menikah semuanya hanya 5,2% responden yang menyandang status janda. Alat kontrasepsi yang paling banyak digunakan oleh responden yaitu IUD sebesar 53,4% dan jumlah anak kandung responden yang masih hidup sebesar 81,8% yaitu > 1 anak. Tingkat sosial ekonomi responden sebagian besar diatas rata-rata UMK yaitu > Rp 1.500.000 perbulan sebesar 44,2%.

Kesiapan Masa Menopause

Wanita yang telah mengalami menopause sebesar 57,1% yaitu wanita yang berusia 50 tahun, sehingga cara responden dalam menghadapi menopause sebagian besar dengan cara berobat jika merasa terganggu dan mengatasinya dengan pola hidup sehat sebesar 61,0%. Dengan demikian cara responden saat menghindari stres yaitu 91,0% responden menyelesaikan masalahnya dengan tenang dan mencari teman bicara untuk mengatasi masalahnya. Jenis olahraga yang sering dilakukan oleh responden untuk memelihara kebugaran adalah jalan kaki sebesar 67,5% dan cara responden dalam memperoleh informasi mengenai menopause yaitu dengan pergi ke Dokter atau Bidan sebesar 68,8%.

Perubahan pada Masa Menopause

Perubahan yang paling banyak dialami oleh responden baik itu perubahan fisik maupun psikologis yaitu keluhan atau gejala berupa ketidakteraturan siklus haid sebesar 78,0% dan pada perubahan psikologis yang paling banyak dialami yaitu keluhan atau gejala berupa kecenderungan cepat marah atau cepat tersinggung sebesar 49,4%.

Aktivitas Seksual

Rasa ketertarikan responden terhadap pasangannya sebagian besar masih tertarik dan cara yang dilakukan oleh responden untuk mengungkapkan rasa terariknya terhadap pasangan yaitu dengan memegang tangan dan membelai sebesar 40,3%. Dalam upaya memperlambat penurunan fungsi seksual pada wanita masa menopause yaitu dengan

melakukan aktivitas seksual secara aktif dan teratur maka responden yang melakukan hubungan seksual dengan frekuensi seminggu > 1 kali sebesar 61,0%. Sejarah seks sebelum mengalami menopause yaitu responden hubungan seksualnya aktif dan teratur sebesar 85,7% karena responden dalam mengatasi rasa kejenuhannya terhadap pasangannya dengan cara menghindari suasana monoton dalam aktivitas seksual sebesar 49,4%.

Beberapa Faktor yang Memengaruhi Aktivitas Seksual pada Wanita Perimenopause

Beberapa faktor yang diduga mempengaruhi aktivitas seksual pada wanita perimenopause disajikan pada tabel 1 sampai dengan 6.

Responden yang tidak bekerja dan aktivitas seksualnya masih aktif sebesar 58,6%, aktivitas seksualnya cukup aktif sebesar 31,1%, dan aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 10,3%. Sedangkan responden yang bekerja dan aktivitas seksualnya masih aktif sebesar 77,1%,

aktivitas seksual cukup aktif sebesar 16,7%, dan aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 6,3%. (Tabel 2)

Pemakaian alat kontrasepsi yang diperoleh dari data responden, di mana responden yang tidak memakai alat kontrasepsi dan aktivitas seksualnya masih aktif sebesar 100%. Sedangkan responden yang memakai alat kontrasepsi dan aktivitas seksualnya masih aktif sebesar 69,9%, aktivitas seksualnya cukup aktif sebesar 21,9%, dan aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 8,2% (Tabel 3).

Responden yang masih memiliki anak hidup dan dengan aktivitas seksual masih aktif sebesar 71,1%, aktivitas seksualnya cukup aktif sebesar 22,4%, dan aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 6,6%. Responden yang tidak memiliki anak hanya sebesar 1,3% (Tabel 4).

Kesiapan dari responden dalam menghadapi menopausenya baik dan aktivitas seksualnya masih aktif sebesar 82%, aktivitas seksualnya cukup aktif sebesar 12%, dan aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 6%. Pada responden yang cukup siap dalam menghadapi menopause

Tabel 1. Distribusi Status Bekerja dengan Aktivitas Seksual pada Wanita Perimenopause di Kelurahan Renon Tahun 2007

Status Bekerja	Aktivitas Seksual						Total	
	Aktif		Cukup Aktif		Kurang Aktif		n	(%)
	n	(%)	n	(%)	n	(%)		
Tidak Bekerja	17	58,6	9	31,1	3	10,3	29	100
Bekerja	37	77,1	8	16,7	3	6,3	48	100
Total	55	71,4	17	22,1	6	7,8	77	100

Tabel 2. Distribusi Pemakaian Alat Kontrasepsi dengan Aktivitas Seksual pada Wanita Perimenopause di Kelurahan Renon Tahun 2007

Alat Kontrasepsi	Aktivitas Seksual						Jumlah	
	Aktif		Cukup Aktif		Kurang Aktif		n	%
	n	(%)	n	(%)	n	(%)		
Tidak Menggunakan	4	100	0	0,0	0	0,0	4	100
Menggunakan	51	69,9	16	21,9	6	8,2	73	100
Total	55	71,4	16	20,8	6	7,8	77	100

Tabel 3. Distribusi Anak yang Dimiliki dengan Aktivitas Seksual pada Wanita Perimenopause di Kelurahan Renon Tahun 2007

Kepemilikan Anak	Aktivitas Seksual						Jumlah	
	Aktif		Cukup Aktif		Kurang Aktif		n	(%)
	n	(%)	n	(%)	n	(%)		
Tidak Memiliki Anak	0	0,0	0	0,0	1	100	1	100
Memiliki Anak	54	71,1	17	22,4	5	6,6	76	100
Total	54	70,1	17	22,1	6	7,8	77	100

Tabel 4. Distribusi Kesiapan dalam Menghadapi Menopause dengan Aktivitas Seksual pada Wanita Perimenopause di Kelurahan Renon Tahun 2007

Kesiapan Menghadapi Menopause	Aktivitas Seksual						Jumlah	
	Aktif		Cukup Aktif		Kurang Aktif		n	(%)
	n	(%)	n	(%)	n	(%)		
Baik	41	82	6	12	3	6	50	100
Cukup	9	45	9	45	2	10	20	100
Kurang	4	57,1	2	28,6	1	14,3	7	100
Total	54	70,1	17	22,1	6	7,8	77	100

Tabel 5. Distribusi Perubahan Fisik pada Masa Menopause dengan Aktivitas Seksual pada Wanita Perimenopause di Kelurahan Renon Tahun 2007

Perubahan Fisik	Aktivitas Seksual						Jumlah	
	Aktif		Cukup Aktif		Kurang Aktif		n	(%)
	n	(%)	n	(%)	n	(%)		
Tidak Wajar	8	36,4	11	50	3	13,6	22	100
Wajar	46	83,6	6	10,9	3	5,5	55	100
Total	54	70,1	17	22,1	6	7,8	77	100

Tabel 6. Distribusi Perubahan Psikologis pada Masa Menopause dengan Aktivitas Seksual pada Wanita Perimenopause di Kelurahan Renon Tahun 2007

Perubahan Psikologis	Aktivitas Seksual						Jumlah	
	Aktif		Cukup Aktif		Kurang Aktif		n	(%)
	n	(%)	n	(%)	n	(%)		
Tidak Wajar	8	36,4	11	50	3	13,6	22	100
Wajar	46	83,6	6	10,9	3	5,5	55	100

yang aktivitas seksualnya masih aktif sebesar 45%, cukup aktif sama sebesar 45%, dan aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 10%. Kemudian untuk responden yang kurang siap dalam menghadapi menopause dan aktivitas seksualnya masih aktif sebesar 57,1%, aktivitas seksualnya cukup aktif sebesar 28,6%, dan untuk aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 14,3% (Tabel 5).

Perubahan fisik yang dialami responden dalam batas tidak wajar dengan aktivitas seksualnya cukup aktif sebesar 50%, aktivitas seksualnya yang masih aktif sebesar 36,4%, dan untuk aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 13,6%. Untuk perubahan fisik yang dialami responden masih dalam batas wajar dengan aktivitas seksualnya masih aktif sebesar 83,6%, aktivitas seksualnya cukup aktif sebesar 10,9%, dan responden yang aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 5,5% (Tabel 6).

Perubahan psikologis yang dialami responden dalam batas tidak wajar dengan aktivitas seksualnya cukup aktif sebesar 50%, aktivitas seksual yang masih aktif

sebesar 36,4%, dan untuk aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 13,6%. Untuk perubahan psikologis yang dialami responden masih dalam batas wajar dengan aktivitas seksualnya masih aktif sebesar 83,6%, aktivitas seksualnya cukup aktif sebesar 10,9%, dan responden yang aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 5,5%.

Pengaruh berbagai Faktor terhadap Aktivitas Seksual pada Wanita Perimenopause

Hasil analisis dengan uji regresi ordinal di mana bahwa variabel yang berpengaruh secara nyata terhadap aktivitas seksual wanita usia 45–55 tahun pada masa menopause hanya satu yaitu variabel perubahan fisik dengan signifikansi $p < 0,05$ di mana nilai $p = 0,017 < 0,05$, sedangkan untuk yang 5 variabel yang lain yaitu variabel faktor psikis, jumlah anak, pemakaian alat kontrasepsi, kesiapan menghadapi menopause, perubahan psikologis tidak mempunyai pengaruh terhadap aktivitas seksual wanita usia 45–55 tahun pada masa menopause.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden dan Kesiapan dalam Menghadapi Menopause

Dilihat dari umur wanita yang telah mengalami menopause, didapatkan bahwa sebagian besar wanita yang telah mengalami menopause adalah wanita umur 50 tahun dan umur 49 tahun. Menurut Bambang AR (2003), usia rata-rata wanita mencapai menopause alami atau berhentinya haid adalah umur 50 tahun. Menurut Depkes (2005), pada usia 50 tahun wanita memasuki masa menopause sehingga terjadi penurunan atau hilangnya hormon estrogen yang menyebabkan perempuan mengalami keluhan atau gangguan yang seringkali mengganggu aktivitas sehari-hari.

Perubahan fisik yang dialami oleh sebagian besar responden adalah ketidakteraturan siklus haid. Tanda paling umum adalah fluktuasi dalam siklus haid, kadang kala haid muncul tepat waktu, tetapi tidak pada siklus berikutnya. Ketidakteraturan ini sering disertai dengan jumlah darah yang sangat banyak, tidak seperti volume perdarahan haid yang normal. Keadaan ini sering membuat wanita tidak nyaman karena harus beberapa kali mengganti pembalut yang dipakainya. Normalnya haid akan berakhir setelah tiga hari sampai empat hari, namun pada keadaan menjelang menopause, haid baru dapat berakhir setelah satu minggu atau lebih (Pangkahila W, 1999). Perubahan psikologis yang paling banyak dialami oleh responden yaitu perubahan kecenderungan cepat marah atau mudah tersinggung. Menurut Bambang AR (2003), marah merupakan bagian dari depresi, dan dapat mengubah daya tarik tubuh secara negatif. Gejala marah lebih mudah terlihat dibandingkan kecemasan. Wanita lebih mudah tersinggung dan marah terhadap sesuatu yang sebelumnya dianggap tidak mengganggu.

Kesiapan responden dalam menghadapi menopause tercermin dariungkapannya bahwa mereka akan berobat jika merasa terganggu serta mencoba mengatasinya dengan pola hidup sehat. Usia wanita semakin bertambah maka perhatian akan kesehatan diri harus lebih diprioritaskan. Artinya sakit atau tidak, sebaiknya setiap wanita di masa menopause tetap melaksanakan deteksi dini terhadap kemungkinan penyakit tertentu. Cara responden menghindari stres dilakukan dengan tenang dan mencari teman bicara untuk mengatasi masalah. Wanita dalam masa menopause sering kali dihinggapi oleh berbagai masalah sehingga dapat menyebabkan timbulnya stres. Untuk membantu meredakan masalah stres dapat dilakukan dengan teknik menolong diri sendiri yang dapat mengurangi gejala stres secara efektif tanpa efek samping, misalnya obrolan ringan dengan seorang sahabat atau siapa saja yang pernah mengalami hal yang sama. Jenis olah raga yang paling banyak dilakukan oleh responden yaitu jenis olahraga seperti berjalan kaki. Banyak wanita usia menopause enggan melakukan olahraga dengan alasan ketuaan. Biasanya, keengganan ini berawal karena kebiasaan olahraga tidak menjadi bagian dari pola

hidupnya. Namun apabila kebiasaan berolahraga sudah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari, usia tua bukan menjadi halangan. Kebiasaan berjalan kaki merupakan olahraga ringan yang dapat dilakukan setiap saat (Kasdu D, 2002).

Sebagian besar responden dalam memperoleh informasi mengenai keluhan dan gejala menopause dengan cara pergi ke dokter atau bidan. Menurut Kasdu D (2002), meskipun masa menopause merupakan peristiwa normal yang akan terjadi pada setiap wanita, tetapi tidak ada salahnya jauh hari sebelum atau sesudah memasuki menopause sebaiknya mencari informasi yang benar melalui konsultasi kepada dokter untuk memecahkan masalah menopause. Dengan melihat tingkat pendidikan terakhir responden yang sebagian besar tamat SMU maka mereka siap untuk memperoleh dan menerima informasi yang benar tentang menopause.

Aktivitas Seksual pada Wanita Perimenopause dan Beberapa Variabel yang Berpengaruh

Sebagian besar responden masih memiliki rasa tertarik dengan pasangannya, yang sebagian besar diungkapkan dengan cara memegang tangan dan membelai. Menurut Kasdu D (2002), perihal psikis perlu diperhatikan agar kehidupan seksual lebih menyenangkan dan bukan merupakan suatu kewajiban saja. Responden yang masih aktif dalam berhubungan seksual melakukan hubungan seksual dengan frekuensi seminggu > 1 kali. Menurut Bambang AR (2003), wanita masa menopause masih melakukan hubungan seks dan merasa bergairah hingga usia menjelang 80 tahunan, berhentinya hubungan seksual adalah karena ketiadaan pasangan. Masa menopause dalam hubungan seksual yang perlu diperhatikan yaitu keteraturannya bukan kekerapan atau lamanya, namun terjadinya perubahan frekuensi dalam melakukan hubungan seksual. Menurut Suparto (2002), wanita menopause yang secara teratur dan aktif bersetubuh walaupun tidak sesering dulu akan menikmati seks lebih lama daripada mereka yang secara tidak teratur melakukan hubungan seksualitas. Alat kelamin juga akan lebih lama bertahan dan tidak cepat mengisut apabila digunakan secara teratur. Cara responden mengatasi kejenuhan dan jemu dengan cara menghindari suasana yang monoton dalam melakukan hubungan seksual. Upaya yang dilakukan untuk mencegah dan mengatasi masalah seksual pada masa menopause yaitu dengan cara membina kehidupan seksual sebelumnya agar lebih harmonis sehingga wanita juga dapat menikmati kehidupan seksualnya.

Responden yang bekerja, baik sebagai wiraswasta, pegawai swasta, maupun pegawai negeri sipil (PNS) lebih banyak yang masih aktif melakukan aktivitas seksual dengan pasangan. Menurut Aries D (1999), wanita menopause yang bekerja sebagai wanita karier di mana aktivitas seksualnya masih aktif berada pada tingkat pertama dan wanita sebagai ibu rumah tangga dan buruh wanita pada tingkat paling rendah, hal ini dikarenakan nilai sosial mengenai suatu perilaku seksual tidak selamanya

sama bagi setiap individu sekalipun hidup dalam suatu nilai sosial yang sama. Wanita pada masa menopause tidak mempermasalahkannya lagi mengenai pemakaian alat kontrasepsi atau tanpa pemakaian alat kontrasepsi. Dengan demikian wanita menopause dapat melakukan hubungan seksual dengan pasangannya tanpa ada rasa takut akan hamil, sehingga hubungan wanita menopause terhadap pasangannya dapat terjalin lebih harmonis (Pangkahila W, 1999). Kepemilikan anak merupakan faktor yang berhubungan dengan aktivitas seksual. Menurut Kasdu D (2002), ada hubungan antara jumlah anak dan menopause dengan aktivitas seksual. Semakin sering seorang wanita melahirkan maka semakin tua atau lama mereka memasuki masa menopause sehingga hubungan seksualnya masih belum mengalami masalah.

Lebih dari separuh responden yang siap dalam menghadapi menopause masih melakukan aktivitas seksual secara masih aktif. Wanita menopause tidak akan mengalami gangguan dalam berhubungan seksual dengan pasangan hidupnya jika wanita siap dalam menghadapi menopause, karena disebabkan wanita dapat mengatasi segala perubahan yang dialami selama menjelang menopause namun responden yang kurang siap dalam menghadapi menopause tetapi aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 1,3%. Menurut Aries D. (1999), banyak wanita menopause yang merasa belum bisa menerima perubahan yang dialaminya, terutama mengenai berhentinya haid. Mereka mengira dengan berhentinya haid akan mempengaruhi hubungan seksual dengan pasangan hidupnya.

Responden yang mengalami perubahan fisik masih dalam batas wajar pada umumnya aktivitas seksualnya masih aktif, hal ini menunjukkan bahwa responden dapat mengatasi gejala maupun keluhan yang dialami. Menurut Suparto (2002), pentingnya peranan seks telah banyak menghilang setelah wanita memasuki masa tua. Di dalam pikiran wanita, seks berkaitan dengan kecantikan fisik atau sedikit-tidaknya dengan adanya sedikit daya tarik. Kedua hal ini sebagian besar menghilang bersamaan dengan semakin lanjutnya usia karena adanya perubahan pada fisiknya namun responden yang mengalami perubahan fisik dalam batas wajar dan tidak wajar tetapi aktivitas seksualnya kurang aktif sebesar 3,9%, sehingga menimbulkan kurang percaya diri dan sekaligus menurunkan gairah seksual suami. Tetapi dengan hubungan suami-istri yang baik perubahan fisik yang dialami wanita tidak terlalu mengganggu kehidupan seksual mereka.

Responden yang mengalami perubahan psikologis dalam batas wajar dan aktivitas seksualnya masih aktif, menunjukkan bahwa responden telah berhasil mengatasi gejala dan keluhan yang dirasakan, sehingga tidak mengganggu hubungan seksualnya dengan pasangan. Wanita pada masa menopause dapat berkonsultasi ke Dokter untuk memperoleh informasi mengenai gejala

dan keluhan menopause yang dialaminya. Banyak wanita merasa cemas, takut dan depresi karena wanita beranggapan bahwa menopause merupakan masa suram di mana wanita tidak berdaya lagi dalam melayani hasrat seksual suaminya.

Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa variabel yang mempengaruhi aktivitas seksual suami istri pada masa menopause di Kelurahan Renon Kecamatan Denpasar Selatan yaitu variabel perubahan fisik yang dialami responden. Hasil ini diperoleh dengan model regresi sudah fit nilai chi-square 5,585 signifikansi 0,018 sedangkan nilai pada estimasi parameter nilai $p = 0,017$ ($< 0,05$) yaitu variabel perubahan fisik yang mempengaruhi aktivitas seksual suami istri pada masa menopause karena signifikan ($p < 0,05$).

Segi klinis memang membenarkan bahwa adanya kemunduran dalam frekuensi hubungan seks pada wanita menopause disebabkan oleh gangguan pada perubahan fisiknya. Akan tetapi, itu semua juga bisa disebabkan bagaimana wanita menopause mempersepsikan situasi yang dihadapinya dan faktor psikologis cukup penting dalam mengkontruksi keinginan seksual wanita.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah

1. Karakteristik responden adalah sebagian besar berada pada kelompok usia 45-50 tahun dan telah mengalami menopause mulai dari usia 50 tahun, tingkat pendidikan sebagian besar SMU sederajat, status perkawinan responden menikah semua, jenis alat kontrasepsi yang paling banyak dipakai oleh responden adalah IUD.
2. Kesiapan responden dalam menghadapi masa menopause sudah sangat baik yaitu dengan cara menghindari stres, berolahraga, dan mencari informasi mengenai menopause.
3. Perubahan fisik dan psikologis yang dialami oleh responden (78,0%) mengalami perubahan fisik ketidakteraturan haid sedangkan pada perubahan psikologis yang dialami responden yaitu kecenderungan cepat marah atau cepat tersinggung (49,4%).
4. Aktivitas seksual yang dilakukan oleh responden semasa menopause pada umumnya masih aktif seperti memegang tangan dan membelai sedangkan (61,0%) responden frekuensi dalam berhubungan seksual dengan pasangannya dilakukan seminggu > 1 kali.
5. Perubahan fisik merupakan variabel yang mempengaruhi aktivitas seksual wanita usia 45-55 tahun yang diperoleh melalui analisis dengan uji regresi ordinal di mana $p < 0,05$. Sedangkan variabel independen yang lainnya seperti faktor psikis, jumlah anak, pemakaian alat kontrasepsi, kesiapan menghadapi menopause dan perubahan psikologis tidak ada pengaruhnya dengan aktivitas seksual suami istri pada masa menopause karena tidak signifikan ($p > 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Aries D. 1999. *Menopause dan Seksualitas*. Pusat Penelitian Kependudukan UGM. Yogyakarta.
- Bambang AR. 2003. *Mengatasi Gejala Menopause Secara Medis dan Alami Hidup Sehat dengan Menopause*. Nirmala. Jakarta.
[http:// www.Depkes.go.id](http://www.Depkes.go.id)
[http:// www.BKKBN.go.id](http://www.BKKBN.go.id)
- Kasdu D. 2002. *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*. Puspa Swara. Jakarta.
- Lemeshow S. and David WH. 1990. *Adequacy of sample size in health studies*. John Wiley and Sons, Inc. New York.
- Notoatmodjo S. 2003. *Metedologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Nursalam. 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi dan Instrumen*. Salemba Medika. Jakarta.
- Pangkahila W. 1999. *Membina Keharmonisan Kehidupan Seksual*. PT. Gramedia. Jakarta.
- Suparto. 2002. *Sehat Menjelang Usia Senja*. PT. Remaja Rosdakarya. Bandung.