

JURNAL KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN KEHIDUPAN HUBUNGAN SEKSUAL PADA IBU
MENOPAUSE UMUR 45-55 TAHUN DI POSYANDU
LANSIA KARANGDUWET KARANGREJEK
WONOSARI GUNUNGGKIDUL 2010**



Disusun Oleh :

Choiriyah Erna Tri Fibriyati

NIM : 070105062

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN JENJANG DIPLOMA III
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2010**

GAMBARAN KEHIDUPAN HUBUNGAN SEKSUAL PADA IBU MENOPAUSE UMUR 45-55 TAHUN DI POSYANDU LANSIA KARANGDUWET KARANGREJEK WONOSARI GUNUNGKIDUL 2010¹

Choiriyah Erna Tri Fibriyati², Sulistyaningsih³

Abstract : The purpose of this study is known picture of sexual life in women aged 45-55 years at menopause elderly posyandu Karangduwet Karangrejek Wonosari Gunungkidul 2010. The research is descriptive, approach to the time used was a cross sectional, sampling techniques sampling saturation was obtained by 40 respondents. The data were collected by interview. results showed that mothers still have sex as much as 24 people (60%) while that did not have sexual relations as much as 16 people (40%). The frequency of sexual relations for more than a week as many as 16 people (66.6%). Factors affecting sexual relationships menopausal mother is a psychological factor of anxiety were 26 people (65%), conflicts with the husband as much as 4 people (10%), diabetes mellitus as many as one person (2.5%)

Keywords : Intercourse, Menopause

PENDAHULUAN

Perilaku seksual wanita menopause semakin dirasakan penting mengingat proyeksi kependudukan menggambarkan bahwa jumlah penduduk wanita yang memasuki masa menopause akan terus meningkat. Dua belas persen dari populasi dunia pada tahun 2000 terdiri dari wanita berumur 45 tahun ke atas dan jumlahnya akan terus meningkat dari 467 juta pada tahun 1990 menjadi 1,2 miliar pada tahun 2030, setengah dari mereka tinggal di negara-negara berkembang (Zacky, 2002: 160). Menjelang tahun 2006 diperkirakan jumlah wanita usia 50-60 tahun di Indonesia sekitar 27 juta, sedangkan wanita usia 50-60 tahun di DIY tahun 2006 adalah sebesar 151.753 jiwa (www.bps.go.id, 2006).

Umur harapan hidup wanita Indonesia adalah 67 tahun. Badan kesehatan dunia WHO memperkirakan umur harapan hidup wanita Indonesia 75 tahun pada tahun 2025. Hal ini berarti wanita memiliki kesempatan hidup rata-rata 25 tahun lagi sejak awal menopause. Meningkatnya UHH yang terjadi

di Indonesia mengakibatkan bertambahnya jumlah wanita menopause (Pusdiknakes RI, 2003: 20).

Keluhan yang dialami wanita menopause meliputi merasa kehilangan femininitas karena fungsi reproduksi yang hilang, takut tidak bisa memenuhi kebutuhan biologis suami, rasa takut suami akan menyeleweng dengan wanita lain, keinginan seksual menurun dan sulit mencapai kepuasan (Anita, www.bima.ipb.ac.id, 29 Agustus 2009). Hasrat seksual secara perlahan-lahan akan menurun sesuai dengan usia tetapi bila kehidupan seksual baik, tubuh sehat dan hubungan pasangan mesra maka hasrat seksual akan berlangsung terus hingga lanjut usia (Pakasi, 2000: 33).

Peran petugas kesehatan yaitu memberikan penyuluhan untuk menerima menopause sebagai karunia yang patut disyukuri karena dilebihkan dari perempuan lain, dengan umur yang lebih panjang, dengan segala kesempatan.

¹ Judul Karya Tulis Ilmiah

² Mahasiswa Program Studi D III STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

³ Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

Menganggap menopause tidak hanya sebagai proses penuaan fisik tetapi sebagai proses pematangan menjadi perempuan bijaksana (Hidayat, 2005: 339). Wanita yang dalam cukup lama tidak melakukan senggama atau pasca menopause maka vagina akan *mengkerut*, mengecil dan memerlukan waktu perangsangan yang lebih lama sebelum siap menerima penis (Suparto, 2000: 217). Keinginan seksual menurun maka suami bisa menyeleweng dengan wanita lain (Anita, www.bima.ipb.ac.id, 29 Agustus 2009). Pasangan usia lanjut bercerai karena masalah seksual atau pria menikah lagi dengan perempuan yang jauh lebih muda dan menggairahkan (Pangkahila, 2005: 77).

Kehidupan seksual perempuan telah berakhir pada saat perempuan itu memasuki menopause. Anggapan itu beredar di masyarakat sehingga mengakibatkan suami menjauhi istrinya yang telah mengalami menopause. Sebagian suami menganggap menopause merupakan sebagai alasan untuk menikah lagi agar dapat melakukan hubungan seksual (Pangkahila, 2005: 77).

Wanita yang telah berusia lebih dari lima puluh tahun gairah seksnya telah berkurang dan hanya melakukan senggama untuk memuaskan atau melayani suami, sebenarnya anggapan tersebut lebih banyak dipengaruhi oleh salah pengertian atau karena mendengar cerita orang lain (Suparto, 2000: 182). Sebagian wanita mengaitkan proses menopause dengan berhentinya kehidupan seks, sebenarnya pendapat ini salah karena menurut Kolodny ahli seksologi Amerika Serikat tidak ada pengaruh menopause secara langsung kepada kehidupan seks dan kadang-kadang dorongan seks wanita akan meningkat. Ini disebabkan pengaruh turunnya hormon estrogen yang dianggap dapat mengganggu dorongan seks, selain itu di dalam tubuh wanita hormon testosteron masih tetap ada sehingga pengaruh hormon ini akan lebih menonjol sesudah menopause

yang akan meningkatkan dorongan seks (Pakasi, 2000: 28).

Survey penelitian yang diadakan di Cilacap menunjukkan bahwa frekuensi seksual pada masa menopause adalah 10% wanita menopause berhubungan seksual 3 kali seminggu, kemudian yang berhubungan seksual 2 kali dalam seminggu sebesar 13,33% dan 76,67% berhubungan seksual 1 kali dalam seminggu (www.prov.bkkbn.go.id, 28 November 2006). Berdasarkan penelitian Widianti dilakukan di RW 07 Notoprajan, Ngampilan, Yogyakarta pada tahun 2008, yaitu frekuensi hubungan seksual pada Ibu menopause dengan mayoritas rendah sebanyak 22 responden (68,75%) (Widianti, 2008: 6). Penelitian di Swedia memperlihatkan berkurangnya keinginan dalam melakukan hubungan seksual. Keadaan ini ditemukan pada 3-5 persen wanita menjelang usia menopause (Yatim, 2001: 57).

Penelitian di Amerika menunjukan bahwa perempuan masih tetap mempunyai nafsu seksual sampai pada usia yang lebih tua dibanding kaum laki-laki. Setiap tujuh antara 10 pasangan di Amerika masih tetap melakukan senggama sesudah usia 60 tahun. Alasan utama berhentinya kegiatan seksual mereka biasanya disebabkan oleh adanya gangguan kesehatan yang biasanya terjadi pada pihak laki-laki, sementara sebagian perempuan tidak mengalami perubahan pada keinginannya untuk berhubungan seks, sebagian lainnya tidak peduli jika ia tidak berhubungan dengan pasangannya selama berbulan-bulan (Zacky, 2002: 159). Wanita masih melakukan senggama usia 50 tahun sebanyak 93% dan 97% pria, sedangkan pada usia 60 tahun 84% wanita dan 94% pria (Suparto, 2000: 221). Studi yang dilakukan Duke University, AS, pada tahun 1999, menunjukkan bahwa tidak semua perempuan menopause mengalami penurunan hasrat seksual, 39 persen dari perempuan berusia

61-65 tahun memiliki aktivitas seksual dan 27 persen perempuan usia 66-71 tahun (www.prov.bkkbn.go.id, 28 November 2006).

Kebijakan pemerintah dalam mengatasi menopause antara lain bekerja sama dengan tim dari berbagai disiplin keahlian ilmu misalnya Psikologi dan Spesialis Obstetri Ginekologi melalui berbagai Posyandu lansia sebagai tempat efektif untuk memberikan informasi tentang pre-menopause, menopause dan pasca menopause, dan penyuluhan mengenai hubungan suami istri diusia lanjut untuk mencapai masa tua yang bahagia, Departemen Agama khususnya dalam pembinaan mental, agama dan spiritual dalam upaya pemenuhan kebutuhan rohani, Departemen Kesehatan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan mutu kehidupan lanjut usia untuk mencapai masa tua yang bahagia dan berdaya guna bagi keluarga dan masyarakat, penyertaan organisasi-organisasi wanita atau organisasi khusus menopause misalnya organisasi PPKW (Perhimpunan Penyantun Kesejahteraan Wanita), Komunitas International Menopause Society (IMS) sebagai salah satu organisasi dunia yang menangani masalah menopause (Pakasi, 2000: 19).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 13 Oktober 2009, peneliti mengambil sampel ibu menopause umur 45-55 tahun sebanyak 20 responden dengan cara angket hasilnya yaitu ibu yang masih melakukan hubungan seksual dalam satu minggu lebih dari satu kali sebanyak 7 orang (35%), ibu yang masih melakukan hubungan seksual satu bulan lebih dari satu kali sebanyak 7 orang (35%), bahkan ada yang ibu yang sudah tidak melakukan hubungan seksual sama sekali sebanyak 6 orang (30%).

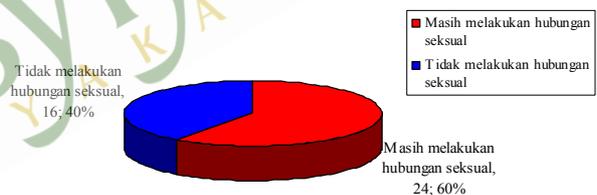
Tujuan penelitian tersebut diketahuinya gambaran kehidupan hubungan seksual pada ibu menopause umur 45-55

tahun di Posyandu lansia Karangduwet Karangrejek Wonosari Gunungkidul 2010.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah *deskriptif* yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif (Notoatmodjo, 2002: 138). Metode ini bertujuan untuk menggambarkan kehidupan hubungan seksual pada ibu menopause umur 45-55 tahun (Sugiyono, 2007). Pendekatan waktu yang digunakan adalah *Cross Sectional*, yaitu suatu metode pengambilan data yang dilakukan pada suatu waktu yang sama dan satu kali pengumpulan data dan metode ini bertujuan agar diperoleh data yang lengkap dalam waktu yang relatif cepat (Arikunto, 2002: 347).

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 2. Distribusi frekuensi hubungan seksual pada ibu menopause umur 45-55 tahun di Posyandu lansia Karangduwet Karangrejek Wonosari Gunungkidul
Sumber data: primer

Berdasarkan gambar 2, dapat diketahui bahwa ibu menopause umur 45-55 tahun masih banyak yang melakukan hubungan seksual tetapi ada ibu menopause yang sama sekali sudah tidak melakukan hubungan seksual sebanyak 16 orang (40%)

Tabel 3. Distribusi frekuensi hubungan seksual pada ibu menopause umur 45-55 tahun selama 1 minggu di Posyandu lansia Karangduwet Karangrejek Wonosari Gunungkidul 2010

No	Frekuensi hub.seks slma 1 mgg	Frekuensi	Persentase (%)
1.	0	16	66,6
2.	1	7	29,2
3.	2	1	4,2
4.	3	0	0
Jumlah		24	100

Sumber data : primer di Posyandu lansia Karangduwet 2010

Berdasarkan tabel 3, ibu menopause umur 45-55 tahun yang dalam 1 minggu banyak yang sudah tidak melakukan hubungan seksual sebanyak 16 orang (66,6%)

Tabel 4. Distribusi frekuensi hubungan seksual pada ibu menopause umur 45-55 tahun selama 1 bulan di Posyandu lansia Karangduwet Karangrejek Wonosari Gunungkidul 2010

No	Frekuensi hub. seks slma 1 bln	Frekuensi	Persentase (%)
1.	0	3	18,75
2.	1	8	50
3.	2	5	31,25
4.	3	0	0
Jumlah		16	100

Sumber data : primer di Posyandu lansia Karangduwet 2010

Berdasarkan tabel 4, dapat diketahui bahwa ibu menopause umur 45-55 tahun yang banyak melakukan hubungan seksual dalam satu bulan hanya satu kali adalah 8 orang (50%).

Tabel 5. Distribusi frekuensi faktor yang mempengaruhi hubungan seksual pada ibu menopause umur 45-55 tahun di Posyandu lansia Karangduwet Karangrejek Wonosari Gunungkidul 2010

No	Faktor yang mempengaruhi hubungan seksual	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Faktor psikologi berupa kecemasan	26	65
a.	gairah seksual menurun	12	46,2
b.	penampilan berubah akibat kekerutan	7	26,9
c.	takut suami mencari wanita lagi	8	30,7
2.	Faktor psikologi berupa mitos	0	0
3.	Faktor psikologi berupa konflik dengan suami	4	10
4.	Faktor fisik berupa gangguan saraf	0	0
5.	Faktor fisik berupa diabetes mellitus	1	2,5
6.	Faktor fisik berupa penyakit ginjal	0	0
7.	Faktor pengaruh budaya	0	0

Sumber data : primer di Posyandu lansia Karangduwet 2010

Tabel 6. Frekuensi hubungan seksual selama 1 minggu dan 1 bulan dengan faktor yang mempengaruhi hubungan seksual pada ibu menopause umur 45-55 tahun di Posyandu lansia Karangduwet Karangrejek Wonosari Gunungkidul 2010

Faktor yg mmpgrh hubngn seksual	Frekuensi slma 1 mgg		Frekuensi slma 1 bln		Jumlah	
	f	(%)	f	(%)	f	(%)
1. Kecemasan	5	29,4	0	0	7	41
2. Mitos	0	0	0	0	0	0
3. Konflik dgn suami	0	0	0	0	1	5,8
4. Pykit gguan saraf	0	0	0	0	0	0
5. Pykt diabetes mellitus	0	0	0	0	0	0
6. Pnykt ginjal	0	0	0	0	0	0
7. Pengruh budaya	0	0	0	0	0	0
Jumlah	5	29,4	0	0	8	47

Sumber data : primer di Posyandu lansia Karangduwet 2010

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa frekuensi melakukan hubungan seksual semakin menurun dan yang paling banyak dilakukan selama 1 bulan sebanyak 1X. Ibu menopause sebanyak 7 orang yang melakukan hubungan seksual dalam 1 bulan sebanyak 1X dipengaruhi oleh kecemasan.

Tabel 7. Status hubungan seksual dengan faktor yang mempengaruhi hubungan seksual pada ibu menopause umur 45-55 tahun di Posyandu lansia Karangduwet Karangrejek Wonosari Gunungkidul 2010

Fktor yg mmpgruhi hub.seksua	Status hub. seksual		Tidk melakukan hub.n seks		Jumlah	
	f	(%)	f	(%)	f	(%)
1. Kecemasan	19	61,3	7	26,9	26	83,9
2. Mitos	0	0	0	0	0	0
3. Konflik dgn suami	1	3,2	3	9,7	4	12,9
4. Pnykt gguan saraf	0	0	0	0	0	0
5. Pykt DM	0	0	1	3,2	1	3,2
6. Pnykt ginjal	0	0	0	0	0	0
7. Pengruh budaya	0	0	0	0	0	0
Jumlah	20	64,5	11	35,5	31	100

Sumber data : primer di Posyandu lansia Karangduwet 2010

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa ibu menopause yang masih melakukan hubungan seksual sebanyak 19 orang dipengaruhi oleh kecemasan.

Tabel 8. Alasan ibu menopause umur 45-55 tahun di Posyandu lansia Karangduwet yang sudah tidak melakukan hubungan seksual

No	Alasan sudah tidak melakukan hub. seksual (%)	Frekuensi	Persentase
1.	Merasa tua sehingga tidak melakukan hub. seksual lagi	5	15,15
2.	Terasa sakit pada vagina sehingga malas melakukan hub. seksual	3	9
3.	Beranggapan sudah tidak penting, tidak layak lagi setelah menopause	2	6
4.	Bertambahnya usia maka hasrat seksual menjadi menurun	8	24
5.	Sudah tidak tidur satu kamar lagi karena sudah tua	1	3
6.	Kondisi mudah capek, tenaga sudah tidak sekuat ketika masih muda	2	6
7.	Konflik dengna suami	3	9
8.	Kecemasan (cemas sudah tidak bisa memuaskan suami)	7	21

Sumber data : primer di Posyandu lansia Karangduwet 2010

Berdasarkan tabel 8 bahwa banyak ibu menopause yang sudah tidak melakukan hubungan seksual karena hasrat seksualnya sudah menurun sesuai dengan bertambahnya usia sebanyak 8 orang

Berdasarkan gambar 4 hal 44 bahwa masih banyak ibu menopause yang masih melakukan hubungan seksual yaitu sebanyak 24 (60%), mereka mengatakan hubungan seksual merupakan sebuah kebutuhan hanya saja frekuensinya sudah berkurang jika dibandingkan ketika masih muda, ada juga yang mengatakan dengan melakukan hubungan seksual tubuh menjadi lebih segar dan sehat karena ada ibu menopause yang mempunyai penyakit jantung tetapi dengan rutin untuk melakukan hubungan seksual maka kondisinya jauh lebih bagus dan penyakit jantungnya tidak sering kambuh. Ini menunjukkan bahwa hasrat seksual secara perlahan-lahan akan menurun sesuai dengan usia tetapi bila kehidupan seksual baik, tubuh sehat dan hubungan pasangan mesra maka hasrat seksual akan berlangsung terus hingga lanjut usia (Pakasi, 2000: 33).

Studi yang dilakukan Duke University, AS, pada tahun 1999, menunjukkan bahwa tidak semua perempuan menopause mengalami penurunan hasrat seksual, 39

persen dari perempuan berusia 61-65 tahun memiliki aktivitas seksual dan 27 persen perempuan usia 66-71 tahun (www.prov.bkkbn.go.id, 28 November 2006). Perilaku hidup seks sehat mampu memberi rasa aman, dapat memperpanjang usia, baik untuk penderita nyeri sendi, dapat membakar kalori, mencegah impotensi, menjaga kesehatan jantung, meningkatkan rasa percaya diri, menghilangkan stress, gairah kerja meningkat sehingga produktivitas kerja meningkat, meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan obat awet muda (www.ugm.ac.id, 21 Juli 2009). Ada juga ibu menopause yang mengatakan melakukan hubungan seksual merupakan suatu kewajiban untuk melayani suami, untuk menjaga supaya kondisi tetap kuat dan tidak mudah capek walaupun sudah menopause maka ada ibu menopause yang rutin untuk minum susu kedelai untuk menjaga kondisi tubuhnya sehingga masih tetap kuat untuk melakukan hubungan seksual.

Menurut Kolodny ahli seksologi Amerika Serikat tidak ada pengaruh menopause secara langsung kepada kehidupan seks dan kadang-kadang dorongan seks wanita akan meningkat. Ini disebabkan pengaruh turunnya hormon estrogen yang dianggap dapat mengganggu dorongan seks, selain itu di dalam tubuh wanita hormon testosteron masih tetap ada sehingga pengaruh hormon ini akan lebih menonjol sesudah menopause yang akan meningkatkan dorongan seks (Pakasi, 2000: 28). Gairah seks wanita setelah menopause bergantung pada kebiasaan dan aktivitas kehidupan seks selama masa reproduksi sehingga wanita yang selama pernikahannya jarang melakukan senggama maka saat menopause menurunkan gairah seknya (Suparto, 2000: 182).

Ibu menopause yang sudah tidak melakukan hubungan seksual sama sekali sebanyak 16 (40%). Mereka sudah tidak melakukan hubungan seksual lagi karena sudah merasa tua sehingga sudah tidak

memikirkan hubungan seksual lagi, ada juga yang mengatakan ketika melakukan hubungan seksual vagina kadang terasa sakit sehingga mereka merasa malas untuk melakukan hubungan seksual, selain itu ada yang mengatakan aktivitas seksualitas jarang dilakukan karena beranggapan sudah tidak penting, sudah tidak berarti lagi bagi suaminya dan tidak layak lagi untuk melakukan aktivitas seksualitas setelah menopause dan semakin tambah umur maka hasrat seksual untuk melakukan hubungan seksual juga menurun.

Perubahan yang ibu menopause alami ketika akan menopause adalah lebih emosional dan mudah capek serta dalam berhubungan intim ibu menopause merasa ada perubahan menjadi cepat capek. Hal ini selaras dengan pernyataan Dini Kasdu (2002: 78), yang menyatakan bahwa secara alamiah dengan tubuh yang tidak sehat maka *enggau* untuk melakukan aktivitas apapun selain beristirahat. Apalagi melakukan hubungan seksual yang tidak saja melibatkan hubungan fisik tetapi juga emosi. Selain itu ada juga responden yang mengatakan yang sudah tidak tidur satu kamar lagi dengan alasan sudah tua dan sudah mempunyai cucu sehingga malu jika masih melakukan hubungan seksual, hal ini karena kebanyakan dalam satu rumah di huni oleh banyak anggota keluarga sehingga responden tidurnya sudah terpisah dengan suaminya dan responden lebih sering tidur bersama cucunya. Efek dari sudah tidak melakukan hubungan seksual maka ada yang mengatakan keharmonisan rumah tangga mulai berkurang jika dibandingkan dengan masih aktif untuk melakukan hubungan seksual.

Frekuensi hubungan seksual adalah sebanyak 1 sampai 2 kali seminggu bagi seseorang yang berumur 40 sampai 50 tahun (Pangkhalila, 2005: 67). Dari hasil penelitian sesuai dengan tabel 3 dan 4 yaitu masih melakukan hubungan seksual selama 1 minggu dengan frekuensi satu kali sebanyak 7 orang (17,5%) dan frekuensi dua kali

sebanyak 1 orang (2,5%). Sedangkan yang masih melakukan hubungan seksual selama 1 bulan dengan frekuensi satu kali sebanyak 8 orang (20%) dan frekuensi dua kali sebanyak 5 orang (12,5%). Sedangkan yang paling banyak tidak melakukan hubungan dalam 1 minggu sebanyak 16 orang (66,6%). Mereka mengatakan bahwa rata-rata yang melakukan hubungan seksual lebih dari 1 minggu karena semakin tua usia maka frekuensi dalam melakukan hubungan seksual menurun. Ini menunjukkan bahwa bertambahnya usia, frekuensi hubungan seksual juga akan berkurang. Hasil penelitian dari tabel 3 dan 4 sesuai dengan penelitian-penelitian sebelumnya yaitu pada penelitian Call dkk, 1995 didapatkan bahwa yang berusia 19-24 tahun 96% melakukan hubungan seksual sedikitnya satu kali selama satu bulan terakhir, berusia 50-54 tahun menurun menjadi 83%.

Penelitian di Swedia memperlihatkan berkurangnya keinginan dalam melakukan hubungan seksual. Keadaan ini ditemukan pada 3-5 persen wanita menjelang usia menopause (Yatim, 2001: 57). Berdasarkan penelitian Widianti dilakukan di RW 07 Notoprajan, Ngampilan, Yogyakarta pada tahun 2008, yaitu frekuensi hubungan seksual pada Ibu menopause dengan mayoritas rendah sebanyak 22 responden (68,75%) (Widianti, 2008: 6). Survey penelitian yang diadakan di Cilacap menunjukkan bahwa frekuensi seksual pada masa menopause adalah 10% wanita menopause berhubungan seksual 3 kali seminggu, kemudian yang berhubungan seksual 2 kali dalam seminggu sebesar 13,33% dan 76,67% berhubungan seksual 1 kali dalam seminggu (www.prov.bkkbn.go.id, 28 November 2006)

Setiap hubungan seksual yang berlangsung antara suami-istri, terlebih dalam ikatan yang sah secara hukum dan agama, adalah sebuah kewajiban dan rutinitas yang memang sudah seharusnya dilakukan. Perspektif al-qur'an menurut Nasaruddin Umar, menunjukkan bahwa hubungan

seksual suami-istri dalam perkawinan memberikan arahan dan cara yang lebih manusiawi. Sebagaimana tercermin dari tiap kalimat melalui pilihan kata yang dipakai al-qur'an. Ada sistematika runtut di dalam mengawali suatu hubungan yang amat sakral. Konsep perkawinan yang dibina, dirumuskan sebagai 'aqd wadha'ahu al-Syaari' li yufid milk istimta' al-rajul bi al-mar'ah wa hill istimta' al-mar'ah bi al-rajul, yang artinya akad/transaksi/ikatan yang diatur agama (syar') dengan memberikan kepada laki-laki hak milik penikmatan seksual atas istrinya dan halalnya istri menikmati tubuh laki-laki. Yang dimaksud hak milik penikmatan seksual adalah hak milik pemanfaatan (milk al-intifa')

(Umar,

<http://infosocieta.depsos.go.id>, 18 Agustus 2009).

وَلَا كَرِهَ اللَّهُ النَّسَاءَ تَرْتُّوا أَنْ لَكُمْ يَحُلُّ لَا آمَنُوا الَّذِينَ أُيْهَا يَا
يَأْتِينَ أَنْ إِلَّا أَنْتُمْ هُنَّ مَا بَعْضٌ لِنَدَّهَبُوا تَعْصَلُوهُنَّ
كَرِهْتُمْ هُنَّ فَإِنَّ بِالْمَعْرُوفِ وَعَاشِرُوهُنَّ مُبَيَّنَةٌ بِفَاحِشَةٍ
* كَثِيرًا خَيْرًا فِيهِ اللَّهُ عَلَّوَيَجْ شَيْئًا تَكْرَهُوا أَنْ فَعَسَى
ءاسنلا قروس

(Wahai para laki-laki/suami) Dan bergaullah pada mereka (istri) dengan baik. Maka jika kalian tidak menyukai mereka, barangkali kalian tidak menyukai sesuatu (pada istri), padahal Allah telah menjadikan pada istri tersebut kebaikan yang banyak.

Ayat ini mengingatkan kepada para suami untuk bisa bergaul dan menggauli istri dengan baik. Jika suatu saat seorang suami menemui kekurangan pada istrinya, bersabarlah. Perlu diingat bahwa ada banyak kebaikan-kebaikan yang diberikan oleh Allah kepada seorang istri. Semua manusia pasti memiliki kekurangan, begitu juga dengan seorang istri. Selalu mengingat kebaikan istri adalah salah satu jalan agar kehidupan pernikahan selalu bisa berjalan dengan baik dan harmonis.

Sebaiknya ibu yang sudah mengalami menopause tetap masih melakukan hubungan seksual karena itu merupakan kebutuhan rohaniyah dan hubungan seksual suami-istri

sebagai lambang cinta dan kemesraan setiap pasangan muda maupun tua tetap diperlukan demi menjaga keharmonisan rumah tangga.

Setiap perempuan yang memasuki masa menopause sering kali merasa cemas. Berdasarkan tabel 5 hal 46 ibu menopause yang mengalami kecemasan tersebut meliputi gairah seksual menurun sebanyak 12 orang (46,2%) karena dipengaruhi oleh faktor psikologis yaitu merasa tua dan menyadari sudah tidak cantik lagi dan tidak pantas memikirkan seks lagi oleh karena itu gairah seksualnya menurun sehingga kadang tidak mempunyai nafsu untuk melakukan hubungan seksual dan jika melakukan hubungan seksual responden merasa khawatir jika tidak bisa memuaskan suaminya.

Penampilan berubah akibat kekerutan sebanyak 7 orang (26,9%). Pendapat ibu menopause tentang keriput adalah sudah tidak cantik lagi dan kalau keriput menurut responden badan sudah tidak segar dan bugar lagi. Responden merasa tidak bugar lagi karena ia sudah tua, keriput dan mudah capek. Responden juga tidak tahu bagaimana komentar suaminya dengan keadaan ibu saat ini, tapi responden merasa takut suaminya kecewa dengan keadaannya sekarang, tetapi responden tidak berani bertanya pada suaminya karena merasa takut. Sekarang ini hubungan intim responden dengan suaminya sudah mulai jarang dan ada perubahan. Responden merasa capek dan sakit bila berhubungan dengan suaminya. Responden juga merasa tidak tahu bagaimana pendapat suaminya mengenai hal tersebut karena responden merasa takut untuk bertanya dan juga takut suaminya kecewa karena responden sudah tidak seperti dulu lagi.

Ibu menopause mengalami kecemasan jika suami mencari wanita lain sebanyak 8 orang (30,7%) karena mereka berfikir sudah tua dan tidak cantik lagi. Kekhawatiran kehilangan suami karena tidak dapat memberikan kepuasan seksual dan dirinya sudah tidak berharga lagi. Selain ketiga faktor tersebut responden juga mengatakan bahwa responden mengalami kecemasan yang meliputi cemas akan rasa sakit pada

kemaluan jika melakukan hubungan seksual, cemas sudah tidak bisa memuaskan suami, cemas dengan kondisinya yang sudah tua sehingga tenaganya tidak sekuat ketika masih muda. Penelitian ini sesuai dengan penelitian Widiyanti yang dilakukan di RW 07 dusun Notoprajan, Ngampilan, Yogyakarta pada tahun 2008 bahwa kecemasan berpengaruh pada hubungan seksual.

Kecemasan bisa disebabkan oleh dorongan-dorongan seksual yang tidak mendapatkan kepuasan dan terhambat, sehingga mengakibatkan banyak konflik batin (Sumanto, <http://etd.eprints.ums.ac.id>, 6 Juni 2009). Gejala kecemasan didominasi oleh keluhan psikis (ketakutan dan kekhawatiran), tetapi dapat pula disertai keluhan somatis (fisik) Kekhawatiran karena kondisi seksualitas yang menurun juga menyebabkan kecemasan (Triana, www.respositry.gunadarm.ac.id, 5 September 2009).

Mitos merupakan kepercayaan yang turun temurun dari nenek moyang yang sampai sekarang orang menganggap mitos sebagai suatu kebenaran yang turun-temurun. Mitos sendiri merupakan suatu informasi yang sebenarnya salah tetapi dianggap benar karena telah beredar dari generasi ke generasi (www.pskslppm.ums.ac.id, 30 Juli 2009). Berdasarkan tabel 5 hal 46 bahwa di daerah itu tidak ada mitos sehingga mereka tidak terpengaruh oleh adanya mitos sebanyak 40 orang (100%).

Berdasarkan tabel 5 hal 46 bahwa ibu menopause yang mengalami konflik dengan suami sebanyak 4 orang (15%). Pertengkaran tersebut mulanya dari hal yang kecil misalnya suami datang dari kerja tapi ibu belum selesai masak dan suami sudah kelaparan sehingga marah-marah, kalau suami tidak punya uang dan kebutuhan semakin banyak maka suami sangat sensitif sehingga mudah marah. Pertengkaran tersebut kebanyakan dipengaruhi oleh faktor ekonomi karena tingkat pendidikannya juga masih rendah sehingga pendapatan dalam keluarga juga pas-pasan.

Ibu menopause mengatakan bahwa dengan adanya pertengkaran menurunkan hasrat untuk melakukan aktivitas hubungan seksual. Ini menunjukkan bahwa perasaan tertekan atau konflik dengan suami menyebabkan keinginan seks menurun. Hubungan yang tidak mesra menimbulkan keinginan mengadakan kontak seksual akan menurun dan frekuensi hubungan seks juga menurun (Pakasi, 2000: 29).

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا يَفْرَكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ عَاضِرًا لَهَا بَاتَكَ مَلْسَمٌ هَاوِرٌ * مِنْهَا آخِرٌ

Dari Abi Huroiroh, berkata dia: Bersabda Rosululloh SAW: "Janganlah seorang laki-laki membenci pada wanita (istrinya). Jika laki-laki tersebut membenci pada budi pekerti istrinya, maka agar ridho pada istrinya dari yang lain.

Arti dari dalil diatas adalah janganlah seorang suami membenci istrinya karena suatu hal, karena istri bukanlah musuhnya, namun merupakan partner dalam hidupnya. Jika dia tidak menyukai satu hal dari istrinya, maka lihatlah kelebihan yang lain dari istrinya.

عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّ مِنْ أَكْمَلِ الْمُؤْمِنِينَ إِيمَانًا أَحْسَنَهُمْ خُلُقًا نَامِيًا إِلَى بَاتِكَ يَذْمُرْتَلَا هَاوِرٌ * وَأَلْطَفَهُمْ بِأَهْلِهِ

Dari Aisyah, berkata dia: bersabda Rosululloh SAW, "Sesungguhnya sempurnanya orang iman yang beriman adalah yang baik budi pekertinya dan menyayangi keluarganya."

Suami-istri harus melihat konflik sebagai suatu titik yang menunjukkan adanya perbedaan, dan oleh karena itu ada yang harus dipertemukan, disepakati, serta dipahami bersama-sama. Komunikasi menjadi bagian yang sangat penting dalam berrumah tangga sehingga pasangan mengetahui keinginan dan harapan pasangannya kalau tidak adanya komunikasi yang baik sehingga keinginan dan harapan

tersampaikan dan tidak salah persepsi. Sebaiknya jika ada masalah dalam rumah tangga diselesaikan secara baik-baik sehingga tidak berkepanjangan dan tidak mengganggu keharmonisan dalam rumah tangga.

Gangguan saraf adalah gangguan pada sistem yang memiliki fungsi untuk menerima dan merespon rangsang yang terdiri dari otak, saraf tulang belakang, simpul-simpul syaraf dan serabut syaraf. Gangguan tersebut meliputi stroke, kejang (www.kdu.fk.ui.ac.id, 25 Januari 2008). Berdasarkan tabel 4 hal 46 bahwa ibu menopause tidak ada yang mengalami gangguan saraf sebanyak 40 orang (100%).

Berdasarkan tabel 5 hal 46 bahwa ibu menopause yang mempunyai penyakit diabetes mellitus sebanyak 1 orang (2,5%) sehingga menyebabkan tidak melakukan hubungan seksual. Mereka mengatakan tidak melakukan hubungan seksual dengan alasan vaginanya kering sehingga akan terjadi luka bila melakukan hubungan seksual dan luka tersebut pulihnya lama sehingga responden malas jika melakukan hubungan seksual. Ini merupakan masalah dari ibu menopause yaitu perubahan hormonal menyebabkan vagina mengering dan dapat menyebabkan rasa sakit baik pada isteri maupun pada suami pada waktu mengadakan hubungan seks (Yatim, 2001: 59).

Kekurangan estrogen menyebabkan liang vagina menjadi lebih tipis, lebih kering dan kurang elastis. Kekeringan vagina karena leher rahim sedikit sekali mensekresikan lendir (Anita, www.bima.ipb.ac.id, 29 Agustus 2009). Dinding vagina dapat menipis dan tidak mengembang pada saat terangsang seksual sehingga menimbulkan perasaan sakit waktu melakukan hubungan seks, kondisi tersebut mengganggu kehidupan seksual kedua belah pihak (Pakasi, 2000: 27). Kehidupan seseorang dipengaruhi perkawinannya sehingga tidak lepas dari kesehatan seksual pasangannya (Pakasi, 2000: 25).

Masa menopause adalah masa menurunnya berbagai hormon pada usia lanjut. Akibatnya pasangan yang mengalami menopause mengalami berbagai keluhan dalam menaiki puncak kenikmatan dalam berhubungan seksual. Masa menopause terjadi hambatan perlendiran vagina, sehingga perempuan yang sudah menopause mengeluh *kering* walaupun merasa terangsang. Akibatnya, timbul rasa sakit ketika melakukan hubungan seksual. Tentu saja rasa sakit ini akan mengganggu.

Penyakit ginjal adalah gangguan fungsi ginjal yang menahun bersifat progresif dan irreversibel, dimana kemampuan tubuh gagal untuk mempertahankan metabolisme dan keseimbangan cairan dan elektrolit, menyebabkan uremia (retensi urea dan sampah nitrogen lain dalam darah) (www.rmp.ums.ac.id, 5 Desember 2009). Berdasarkan tabel 5 hal 46 bahwa tidak ada yang mempunyai penyakit ginjal sebanyak 40 orang (100%).

Kebudayaan adalah keseluruhan yang mencakup pengetahuan, kepercayaan, seni, moral, hukum, adat istiadat, serta kemampuan dan kebiasaan lainnya yang diperoleh manusia sebagai anggotamasyarakat(www.diklat.sumbarpov.go.id.46.masterwebnet, 14 Oktober 2009). Berdasarkan tabel 5 hal 46 bahwa tidak ada budaya yang berhubungan dengan hubungan seksual ibu menopause sehingga ibu menopause tidak terpengaruh oleh budaya sebanyak 40 orang (100%).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian melalui wawancara yang telah dilakukan di Posyandu lansia yang terletak di Karangduwet Karangrejek Wonosari Gunungkidul pada bulan Maret sampai bulan Juni mengenai gambaran kehidupan hubungan seksual pada ibu menopause umur 45-55 tahun, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Ibu menopause umur 45-55 tahun yang masih melakukan hubungan seksual sebanyak 24 orang (60%) dengan frekuensi melakukan hubungan seksual lebih dari 1 minggu sebanyak 16 orang (66,6%) sedangkan yang sama sekali sudah tidak melakukan hubungan seksual sebanyak 16 orang (40%).
2. Faktor yang mempengaruhi hubungan seksual pada ibu menopause umur 45-55 tahun yang paling banyak adalah faktor psikologi berupa kecemasan sebanyak 26 (65%) yang kedua ibu yang mengalami konflik dengan suami sehingga mempengaruhi hubungan seksualnya sebanyak 4 orang (10%), yang ketiga yang mengalami penyakit diabetes mellitus sebanyak 1 orang (2,5%) sedangkan faktor mitos, penyakit gangguan saraf, pengaruh budaya sebanyak 0 (0%).

Saran

1. Ibu-ibu menopause
Diharapkan ibu-ibu menopause sebaiknya tidak cemas dalam melakukan hubungan seksual walaupun sudah datang menopause karena tidak apa-apa selain itu berhubungan seksual merupakan salah satu kebutuhan rohani yang memenuhi untuk keharmonisan rumah tangga.
2. Kader posyandu dan petugas Puskesmas
Diharapkan kader posyandu dan petugas Puskesmas memberikan pelayanan kesehatan sebagai proses penyebarluasan informasi dapat berupa penyuluhan tentang kesehatan reproduksi khususnya masalah hubungan seksual di masa menopause.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Untuk dapat melakukan penelitian yang komprehensif dan lebih luas serta menggali faktor-faktor lain yang mempengaruhi frekuensi hubungan seksual pada masa menopause dan melakukan wawancara secara mendalam

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an, www.ern.pendis.depag.go.id
- Anita, *Menopause*, www.bima.ipb.ac.id, 29 Agustus 2009.
- Arikunto, 2002, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Rineka Cipta, Jakarta.
- BPS, Juni 2006, *Data Statistik Indonesia*, www.bps.go.id, 31 Juli 2010.
- Dwi, 14 Oktober 2004, *Hubungan Antara Perubahan yang Terjadi pada Masa Menopause dengan Perubahan Aktivitas Seksual pada Wanita Usia 40-60 tahun di RW II Kelurahan Gading* Kasri, www.digilib.umm.ac.id, 5 September 2009.
- Gunarsa, S., 2004, *Psikologi olahraga prestasi*, BKP Gunung Mulia, Jakarta.
- Hidayat, A., 2005, *Bunga Rampai Obstetri dan Ginekologi Sosial*, YBP-SP, Jakarta.
- Hudi, 15 Maret 2005, *G-Spot sampai Menopause*, www.its.ac.id, 12 September 2009.
- Kasdu, D., 2002, *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*, Puspaswara, Jakarta.
- Kurniawan, C., 2006, *Sinopsis Fisiologi*, Pidi Publisher, Yogyakarta.
- Kusmiati, 2008, *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Menopause dengan Status Hubungan Seksual pada masa*

- Menopause Usia 50-60 Tahun di
Rw 12 Kelurahan Wirobrajan
Yogyakarta, *KTI STIKES 'Aisyiyah,
Yogyakarta.*
- Mansjoer, Triyanti, Wardhani, Setiowulan,
Tiara, Hamsah, 2001, *Kapita
Selekta Kedokteran*, Edisi ke-3
FKUI, Jakarta.
- Notoatmodjo, 2002, *Metodologi Penelitian
Kesehatan*, Adi Mahasatya, Jakarta.
- Pakasi, L.S., 2000, *Menopause Masalah dan
Penanggulangannya*, Edisi ke-2
FKUI, Jakarta.
- Pangkahila, Wimpie, 2005, *Bunga Rampai
Obstetri dan Ginekologi Sosial*,
YBP-SP, Jakarta.
- Pusdiknakes Depkes RI, 2003, *Asuhan
Kebidanan pada Ibu dengan
Gangguan Sistem Reproduksi*,
Pusdiknakes RI, Jakarta.
- Rostiana, 12 September 2007, *Kecemasan
pada Wanita yang Menghadapi
Menopause*, www.library.gunadarma.ac.id,
12 September 2009.
- Salahudin, *Konsep Dasar Pendidikan
Keluarga Sakinah dalam Perspektif
Al-Qur'an*,
www.ern.pendis.depag.go.id, 1
Februari 2010.
- Sofia, 29 Februari 2001, *Menopause*,
www.psy.staff.ugm.ac.id, 29
Agustus 2009.
- Subinarto, *Mitos Sex*, [www.gema
pria.bkkbn.go.id](http://www.gema
pria.bkkbn.go.id), 1 Februari 2010.
- Stuart, G.W., 2007, *Buku Saku Keperawatan
Jiwa*, Edisi ke-5. EGC. Jakarta.
- Sugiyono, 2007, *Statistik Untuk Penelitian*,
Alfabeta, Bandung.
- Suliswati, 2005, *Konsep Dasar Keperawatan
Kesehatan Jiwa*, Kedokteran EGC,
Jakarta
- Sumanto, 6 Juni 2009, *Persepsi Ibu
Menopause Terhadap Aktivitas
Seksualitas Pada Masa Menopause*,
<http://etd.eprints.ums.ac.id>, 10 Juli
2010.
- Suparto, 2000, *Seks Untuk Lansia*, Rosda,
Bandung.
- Tamtomo, 5 Maret 2009, *Perubahan
Anatomik Organ Tubuh pada
Penuaan*, www.pustaka.uns.ac.id, 5
September 2009.
- Tjiptorini, *Motivasi dan Emosi*,
www.pksm.mercubuana.ac.id, 29
Agustus 2009.
- Triana, *Kecemasan pada Wanita*,
www.repository.gunadarma.ac.id, 5
September
2009.
- Umar, 18 Agustus 2009, *Manajemen
Keluarga Sakina*,
<http://infosocieta.depsos.go.id>, 9
Juli 2010.
- Yatim, F., 2001, *Haid Tidak Wajar Dan
Menopause*, Pustaka Populer Obor,
Jakarta.
- Widianti, H., 2008, *Hubungan Tingkat
Kecemasan dengan Frekuensi
Hubungan Seksual pada Ibu
Menopause di Rw 07 Notoprajan
Ngampilan Yogyakarta, KTI
STIKES 'Aisyiyah, Yogyakarta.*

Wiknjosastro, H., 2005, *Ilmu Kandungan*, YBP-SP, Jakarta.

Zacky, A., 2001, *Perempuan dan Hak Kesehatan Reproduksi*, Galang Printika, Yogyakarta.

_____, 2002, *Informasi Kesehatan Reproduksi Perempuan*, Galang Printika, Yogyakarta.

www.diklat.sumbarprov.go.id.46.masterwebnet, 14 Oktober 2009, *Pengertian Budaya*, 20 Februari 2010.

www.kdu.fk.ui.ac.id, 25 Januari 2008, *Sistem Pengendali Tubuh*, 20 Februari 2010.

www.prov.bkkbn.go.id, 28 November 2006, *Kesehatan Reproduksi*, 29 Agustus 2009.

www.pskslppm.uns.ac.id, 30 Juli 2009, *Kehidupan Seksual Wanita Saat Memasuki Usia Menopause*, 20 Februari 2010.

www.rmp.ums.ac.id, 5 Desember 2009, *Pengertian Gagal Ginjal*, 15 Februari 2010.

www.ugm.ac.id, 21 Juli 2009, *Menopause dan Andropause*,



STIKES
Aisyiyah
YOGYAKARTA