

**HUBUNGAN FASE MENOPAUSE DENGAN TINGKAT  
KECEMASAN DALAM BERHUBUNGAN SEKSUAL  
DI PADUKUHAN KUWON SIDOMULYO  
BAMBANGLIPURO BANTUL  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun oleh:  
Dwi Laely Mei Antika  
201510104068**



**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA  
2016**

**HUBUNGAN FASE MENOPAUSE DENGAN TINGKAT  
KECEMASAN DALAM BERHUBUNGAN SEKSUAL  
DI PADUKUHAN KUWON SIDOMULYO  
BAMBANGLIPURO BANTUL  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Sains  
Terapan pada Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV  
Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta



Disusun oleh:  
Dwi Laely Mei Antika  
201510104068

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIAH YOGYAKARTA  
2016**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN FASE MENOPAUSE DENGAN TINGKAT  
KECEMASAN DALAM BERHUBUNGAN SEKSUAL  
DI PADUKUHAN KUWON SIDOMULYO  
BAMBANGLIPURO BANTUL  
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

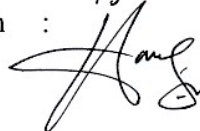


Disusun oleh:  
**Dwi Laely Mei Antika**  
201510104068



Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui untuk Dipublikasikan  
Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV  
Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh:  
Pembimbing : Hanifa Andisetyana Putri, S.ST., M.Kes  
Tanggal : 6/9-2016  
Tanda Tangan :

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Hanifa', is written over the 'Tanda Tangan' label.

# HUBUNGAN FASE MENOPAUSE DENGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM BERHUBUNGAN SEKSUAL DI PADUKUHAN KUWON SIDOMULYO BAMBANGLIPURO BANTUL YOGYAKARTA<sup>1</sup>

Dwi Laely Mei Antika<sup>2</sup>, Hanifa Andisetyana Putri<sup>3</sup>

## INTISARI

**Latar Belakang:** Menopause merupakan proses alamiah sejalan dengan bertambahnya usia wanita ditandai dengan berhentinya menstruasi. Fase menopause terdiri dari pra menopause, menopause, dan pasca menopause. Perubahan yang dirasakan pada setiap fase berbeda, termasuk perubahan aktivitas seksual. Hasil penelitian menyebutkan bahwa 70% disfungsi seksual disebabkan faktor psikologis seperti kecemasan, dan 53,3% wanita menopause merasakan kecemasan berat terhadap perubahan yang dialami termasuk perubahan dalam berhubungan seksual.

**Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan fase menopause dengan tingkat kecemasan dalam berhubungan seksual di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul Yogyakarta

**Metode penelitian:** Desain penelitian menggunakan *analitik-korelational* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi berjumlah 162 wanita dalam fase menopause. Sampel yang digunakan sebanyak 30 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan kriteria inklusi eksklusi. Analisis data menggunakan uji statistik korelasi *Kendal Tau*.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden yang diteliti terdapat 7 responden (23,3%) berada pada masa pre menopause, 13 responden (43,3%) berada pada masa menopause, dan 10 responden (33,3%) berada pada masa post menopause. Sebanyak 14 responden (46,7%) mengalami kecemasan berat, 9 responden (64,3%) diantaranya berada dalam masa menopause. Hasil uji *Kendall Tau* diperoleh nilai koefisien korelasi 0,619 dan signifikan pada 0,000 ( $p\text{-value} < 0,05$ ).

**Simpulan dan Saran:** Ada hubungan fase menopause dengan tingkat kecemasan dalam berhubungan seksual di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipura Bantul Yogyakarta. Diharapkan puskesmas mampu membuat suatu perkumpulan menopause sebagai wadah untuk komunikasi, dialog, dan bertukar pikiran berkaitan dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada wanita menopause.

Kata kunci : fase menopause, kecemasan, hubungan seksual

## PENDAHULUAN

Menopause merupakan suatu proses alamiah sejalan dengan bertambahnya usia wanita yang ditandai dengan berhentinya menstruasi (Lestary, 2010). Fase menopause ini terjadi akibat menurunnya produksi hormon seks wanita yaitu estrogen dan progesteron pada ovarium yang menyebabkan perubahan fisik, psikologis dan seksual (Proverawati, 2010). Setiap wanita umumnya akan mengalami masa menopause pada usia 45-55 tahun. Sedangkan, di Amerika Serikat perempuan mengalami menopause pada rentang usia 50-52 tahun. Menopause dapat terjadi lebih cepat ataupun lebih lambat, faktor yang berpengaruh antara lain *menarche*; pemakaian kontrasepsi; sosial ekonomi; budaya dan lingkungan; status gizi; psikis (cemas, stress) (Mulyani, 2013).



Tahapan fase menopause terdiri dari pra menopause, menopause, dan pasca menopause (Smart, 2010). Perubahan yang dirasakan wanita pada setiap tahapan fase menopause berbeda-beda. Saat awal memasuki masa menopause, wanita akan mengalami kecemasan salah satunya dalam melakukan hubungan seksual. Namun, seiring dengan berjalannya waktu kecemasan cenderung berkurang bahkan hampir tidak ada karena telah tercapainya keseimbangan hormon yang baru dalam tubuh wanita (Mulyani, 2013).

Hasil penelitian dan kajian diperoleh data bahwa 75% wanita menopause akan mengalami masalah atau gangguan (Rostiana, 2009). Gangguan yang muncul pada wanita menopause antara lain mudah tersinggung, takut, gelisah dan mudah marah (90%); gejalak panas/ *hot flushes* (70%), depresi (70%); sakit kepala (70%); cepat lelah, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, kurang tenaga (65%); nyeri tulang dan otot (50%); gangguan (penurunan) libido (30%). Penurunan libido merupakan salah satu gangguan masa menopause yang berhubungan dengan aktivitas seksual. Penurunan libido menimbulkan efek rasa sakit saat berhubungan seksual yang memicu kecemasan wanita menopause dalam melakukan hubungan seksual (Mulyani, 2013).

Frekuensi aktivitas seksual dan kepuasan dengan kehidupan seksual akan cenderung berkurang secara bertahap antara rentang usia 40-50 tahun (Papalia, 2009). Hasil penelitian di Amerika Serikat tahun 2006 yang melibatkan 32.000 responden wanita berusia di atas 40 tahun, menyebutkan bahwa hampir 40% wanita menopause mengalami masalah seksual. Masalah seksual yang dirasakan antara lain 39% mengalami hasrat atau gairah menurun, 26% mengalami masalah rangsangan, dan 21% mengeluhkan masalah pencapaian orgasme (Perez, 2008 dalam Antasari, 2011). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Winarsih (2008), menunjukkan bahwa 53,3% wanita menopause merasakan kecemasan berat terhadap perubahan yang dialami termasuk perubahan dalam berhubungan seksual. Penelitian Sunthari (2012), juga menunjukkan bahwa wanita menopause 40% lebih cemas dan 35% lebih depresi dari wanita usia reproduksi.

Pandangan dan penilaian wanita tentang menopause banyak dipengaruhi mitos atau keyakinan yang salah. Beberapa pakar psikologi menunjukkan banyak perempuan yang masih memandang menopause sebagai pengalaman negatif (Prasetya, 2012). Beberapa wanita beranggapan sesudah menopause tidak bisa memberi kepuasan bagi suaminya. Bahkan ada anggapan wanita yang sudah menopause tidak diperbolehkan melakukan hubungan seksual karena akan mengakibatkan munculnya penyakit. Keyakinan tersebut akan menyebabkan kecemasan, sehingga wanita menopause cenderung akan mengurangi atau menghindari aktivitas seksual (Mulyani, 2013).

Peran serta pemerintah dan masyarakat dalam mengatasi masalah menopause antara lain bekerjasama dengan tim kesehatan termasuk bidan melalui kegiatan posyandu lansia sebagai tempat efektif untuk memberikan informasi tentang masa premenopause, menopause, dan pasca menopause. Posyandu lansia merupakan salah satu bentuk dari Paket Pelayanan Kesehatan Reproduksi Komprehensif (PKRK) dalam menanggulangi masalah usia lanjut (menopause), termasuk di dalamnya masalah seksualitas pada menopause (Depkes RI, 2008).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 20 Mei 2016 di Padukuhan Kuwon, Sidomulyo, Bambanglipuro, Bantul jumlah wanita dalam fase menopause yang masih memiliki suami 162 orang. Hasil wawancara terhadap 12 orang responden, 3 orang mengatakan sudah tidak melakukan hubungan seksual, 6 orang mengatakan mengalami penurunan aktivitas seksual, dan 3 orang mengatakan masih melakukan hubungan seksual seperti sebelum memasuki fase menopause.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan *analitik-korelational* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 162 wanita dalam fase menopause di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul Yogyakarta. Sampel yang digunakan sebanyak 30 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan kriteria inklusi eksklusif. Alat yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah lembar observasi untuk menentukan fase menopause yang sedang dialami responden, dan kuesioner HARS untuk mengetahui tingkat kecemasan responden dalam berhubungan seksual. Analisis data menggunakan uji statistik korelasi *Kendal Tau*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

#### 1. Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Karakteristik Responden di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul

No	Karakteristik	Frekuensi (N)	Prosentase (%)
1	Usia		
	40-45 tahun	7	23,3
	46-55 tahun	13	43,3
	>55 tahun	10	33,3
	Total	30	100,0
2	Pendidikan		
	SMP	13	43,3
	SMA	12	40,0
	Diploma	1	3,3
	S1	4	13,3
	Total	30	100,0
3	Pekerjaan		
	IRT	13	43,3
	PNS	2	6,7
	Swasta	3	10,0
	Wiraswasta	2	6,7
	Petani	5	16,7
	Buruh	5	16,7
	Total	30	100,0

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 46-55 tahun yaitu sebanyak 13 orang (43,3%), sebagian besar responden berpendidikan SMP yaitu sebanyak 13 orang (43,3%), dan sebagian besar responden berstatus sebagai ibu rumah tangga (IRT) yaitu sebanyak 13 orang (43,3%).

#### 2. Analisis Data

##### a. Analisis *Univariat*

##### 1) Fase Menopause

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Fase Menopause di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul

No	Fase Menopause	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Pra Menopause	7	23,3
2	Menopause	13	43,3
3	Post Menopause	10	33,3
	Total	30	100,0

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam masa menopause yaitu sebanyak 13 orang (43,3%), responden dalam masa post menopause sebanyak 10 orang (33,3%), dan 7 orang (23,3%) dalam masa pramenopause.

2) Tingkat Kecemasan dalam Berhubungan Seksual

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Menopause dalam Berhubungan Seksual di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Tidak ada	1	3,3
2	Kecemasan ringan	4	13,3
3	Kecemasan sedang	8	26,7
4	Kecemasan berat	14	46,7
5	Panik	3	10,0
	Total	30	100,0

Tabel 4.3 menunjukan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan berat yaitu sebanyak 14 orang (46,7%), kecemasan sedang sebanyak 8 orang (26,7%), kecemasan ringan 4 orang (13,3%), panik atau kecemasan berat sekali sebanyak 3 orang (10,0%), dan tidak ada kecemasan sebanyak 1 orang (3,3%).

b. Analisis *Bivariat*

Tabel 4.4 Tabulasi Silang Fase Menopause dengan Tingkat Kecemasan dalam Berhubungan Seksual di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul

Fase Menopause	Kecemasan dalam Berhubungan Seksual										Total	
	Tidak		Ringan		Sedang		Berat		Panik		N	%
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Pra Menopause	0	0	0	0	1	14,3	4	57,1	2	28,6	7	23,3
Menopause	0	0	0	0	3	23,1	9	69,2	1	7,7	13	43,3
Post Menopause	1	10,0	4	40,0	4	40,0	1	10,0	0	0	10	33,3
Total	1	3,3	4	13,3	8	26,7	14	46,7	3	10,0	30	100

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa responden yang berada dalam masa pra menopause sebanyak 7 orang (23,3%). Sebagian besar diantaranya mengalami kecemasan berat sebanyak 4 orang (57,1%), panik sebanyak 2 orang (28,6%), dan kecemasan sedang 1 orang (14,3%).

Responden yang berada dalam masa menopause sebanyak 13 orang (43,3%). Sebagian besar diantaranya mengalami kecemasan berat sebanyak 9 orang (69,2%), kecemasan sedang 3 orang (23,1%), dan panik sebanyak 1 orang (7,7%).

Responden yang berada dalam masa post menopause sebanyak 10 orang (33,3%). Sebagian besar diantaranya mengalami kecemasan sedang dan ringan yaitu masing-masing sebanyak 4 orang (40%), dan sebagian kecil mengalami kecemasan berat dan tidak ada kecemasan yaitu masing-masing sebanyak 1 orang (10%).

Tabel 4.5 Hasil Uji Statistik *Kendall Tau*

			Fase Menopause	Tingkat Kecemasan
<i>Kendall's tau_b</i>	Fase Menopause	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	.619**
		<i>Sig. (2-tailed)</i>		.000
		N	30	30
	Tingkat Kecemasan	<i>Correlation Coefficient</i>	.619**	1.000
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	
		N	30	30

\*\* . *Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed)*

Tabel 4.5 menunjukkan hasil uji *Kendall Tau* diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,619 dan signifikan pada 0,000 ( $p\text{-value}<0,05$ ). Berdasarkan pada nilai  $p\text{-value}<0,05$  maka  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak, dan nilai koefisien korelasi berada pada interval 0,600 - 0,799 yang berarti tingkat keeratan hubungan antar variabel kuat. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan fase menopause dengan tingkat kecemasan dalam berhubungan seksual di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul dengan tingkat keeratan hubungan kuat.

## PEMBAHASAN

### 1. Fase Menopause

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden pada kategori masa menopause yaitu sebanyak 13 orang (43,3%). Menopause merupakan masa berhentinya menstruasi secara permanen yang diakibatkan hilangnya folikel *ovarium* karena menurunnya produksi hormon estrogen dan progesteron (Lestary, 2010). Umumnya menopause terjadi pada rentang usia 45-55 tahun, karena pada rentang usia ini terjadi penurunan fungsi reproduktif terutama penurunan fungsi ovarium (Smart, 2010). Pada penelitian ini mayoritas responden berada pada rentang usia 46-55 tahun yaitu sebanyak 13 orang (43,3%).

Pada kategori post menopause terdapat 10 orang responden (33,3%). Post menopause adalah masa yang berlangsung 3-5 tahun setelah menopause. Pada masa ini sebagian besar responden sudah merasa nyaman dengan kondisinya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Smart (2010), yang menyatakan bahwa pada masa post menopause biasanya seorang wanita telah mampu untuk menyesuaikan diri dengan kondisinya karena telah tercapai keseimbangan hormonal yang baru.

Sedangkan pada kategori pre menopause terdapat 7 responden (23,3%). Masa pra menopause terjadi 4-5 tahun sebelum menopause dan dimulai pada usia 40 tahun. Pada fase ini terdapat penurunan produksi hormon estrogen dan kenaikan hormon gonadotropin (Smart, 2010). Terjadinya penurunan produksi hormon tersebut dirasakan oleh sebagian besar responden pada masa pra menopause yang ditandai dengan siklus menstruasi menjadi tidak teratur, *hot flushes*, insomnia, berkeringat di malam hari, serta kekeringan vagina.

### 2. Tingkat Kecemasan dalam Berhubungan Seksual

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan berat dalam berhubungan seksual yaitu sebanyak 14 orang (46,7%). Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah. Perasaan yang tidak menentu tersebut pada umumnya tidak menyenangkan yang nantinya akan menimbulkan perubahan fisiologis dan



psikologis (Rochman, 2010). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan berat, hal ini berarti responden beranggapan bahwa saat menopause akan mengalami banyak hal atau kejadian yang tidak menyenangkan dalam hidupnya. Berdasarkan pada hasil pengisian kuesioner diketahui bahwa mayoritas responden mengalami gejala kecemasan berupa merasa tegang, gelisah, gemetar, mudah tersinggung dan lesu. Selain itu, sebagian besar responden juga mengalami gejala ketakutan, merasakan firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri, dan mudah tersinggung.

Tingkat kecemasan dalam kategori berat dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan wanita tentang menopause, karena pendidikan akan mempengaruhi pengetahuan dan kemudahan dalam menerima informasi. Dalam penelitian ini, sebagian besar responden berpendidikan SMP yaitu sebanyak 13 orang (43,3%). Pendidikan adalah proses pengubahan sikap dan tata laku melalui upaya pengajaran dan pelatihan baik di sekolah ataupun luar sekolah. Makin tinggi pendidikan, makin mudah seseorang menerima pengetahuan. Tingkat pendidikan juga mempengaruhi persepsi seseorang untuk lebih menerima ide-ide dan teknologi baru karena dapat membuat seseorang untuk lebih mudah mengambil keputusan dan bertindak (Irmayanti, 2007). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2009), yang menyebutkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang masa menopause dengan persepsi keluhan masa menopause. Menurut Kasdu (2008), pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause, wanita yang berpendidikan tinggi akan lebih mengerti tentang menopause.

Faktor lain yang berhubungan dengan tingkat kecemasan adalah lingkungan kerja. Dalam penelitian ini, sebagian besar responden berstatus sebagai ibu rumah tangga (IRT) yaitu sebanyak 13 orang (43,3%). Soekanto (2006), menjelaskan bahwa seseorang yang bekerja diluar rumah tentu memiliki cakupan sosial yang lebih luas dibandingkan dengan mereka yang tidak bekerja. Hampir segala sesuatu yang difikirkan, dirasakan, bertahan dengan orang lain, bahasa, kebiasaan makan, pakaian, dan sebagainya dipelajari dari lingkungan sosial budaya termasuk di dalamnya lingkungan kerja. Wanita yang berstatus sebagai ibu rumah tangga lebih banyak menghabiskan waktu, perhatian, dan aktivitas sehari-hari di dalam lingkungan keluarga untuk mengurus segala kebutuhan rumah tangga, sehingga mereka tidak memiliki banyak kesempatan untuk memperoleh sumber-sumber informasi kesehatan tentang menopause dan cenderung memiliki kecemasan yang tinggi.

Meskipun sebagian besar responden mengalami kecemasan berat, namun terdapat 8 orang (26,7%) mengalami kecemasan sedang, sebanyak 4 orang (13,3%) mengalami kecemasan ringan, sebanyak 3 orang (10,0%) mengalami kecemasan berat sekali atau panik, dan 1 orang (3,3%) tidak mengalami kecemasan. Hal ini berarti bahwa kecemasan yang dialami setiap wanita dalam fase menopause berbeda-beda. Pendapat tersebut didukung oleh Lestary (2010), yang menyatakan bahwa kecemasan pada wanita menopause umumnya bersifat relatif, artinya ada orang yang cemas dan dapat tenang kembali setelah mendapatkan semangat/dukungan dari orang di sekitarnya, namun ada juga yang terus-menerus cemas meskipun orang-orang disekitarnya telah memberi dukungan. Akan tetapi ada juga wanita menopause yang tidak mengalami perubahan yang berarti dalam kehidupannya.

Adanya keragaman dan perbedaan tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Menurut Nugraha (2007), tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause dipengaruhi oleh psikis, peran keluarga, informasi dan budaya. Psikis yaitu pikiran negatif mengenai menopause bahwa menopause adalah permulaan kemerosotan memasuki usia tua, hilangnya kualitas feminisme dan seksual wanita. Menurut Kusdu (2008), sikap dan kesiapan seorang wanita dalam mempersiapkan dan mengatasi suatu hal yang terjadi antara individu satu dengan yang lainnya berbeda-beda, seperti halnya kesiapan dalam menghadapi menopause

### 3. Hubungan Fase Menopause dengan Tingkat Kecemasan dalam Berhubungan Seksual

Hasil uji statistik *Kendall Tau* diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,619 dan signifikan pada 0,000 ( $p\text{-value} < 0,05$ ), hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang kuat antara fase menopause dengan tingkat kecemasan dalam berhubungan seksual di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul. Hal tersebut didukung oleh penelitian Hastuti (2008), bahwa sejalan dengan bertambahnya usia, terjadi perubahan pada wanita baik perubahan fisik dan psikologis yang mempengaruhi penurunan potensi dan fungsi seksual pada masa menopause. Hal tersebut juga sependapat dengan Wiknjastro (2012) yang menjelaskan bahwa penurunan kadar estrogen dalam tubuh wanita menopause menyebabkan kekeringan vagina, yang selanjutnya menimbulkan rasa tidak nyaman selama berhubungan seksual dan menurunnya libido. Penelitian yang dilakukan oleh Udayani (2012), juga menyatakan bahwa ada hubungan antara menopause dengan kenyamanan pasangan suami-istri berhubungan seksual. Hasil uji statistik adalah  $P_{(value)} 0,001$  pada  $\alpha 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan berat dalam berhubungan seksual yaitu sebanyak 14 orang (46,7%) dan 9 orang (64,3%) diantaranya berada pada fase menopause, 4 orang (28,6 %) berada pada fase pre menopause dan 1 orang (7,1 %) berada pada fase post menopause. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Rostiana (2009), yang menemukan sebagian besar wanita menopause mengalami kecemasan berat dalam menghadapi masa menopause. Menopause merupakan masa alami yang dihadapi setiap wanita. Namun bagi sebagian wanita, masa menopause merupakan saat yang paling menyedihkan dalam hidup. Ada banyak kekhawatiran yang menyelubungi pikiran wanita ketika memasuki fase ini. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa 75% wanita yang mengalami menopause merasakan menopause sebagai masalah atau gangguan, sedangkan 25% lainnya tidak memperlmasalahkannya.

Banyaknya wanita menopause yang mengalami kecemasan dalam berhubungan seksual di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul disebabkan karena kurangnya informasi tentang menopause dan dukungan dari keluarga. Hal ini sesuai penelitian Kaheksi (2013), dukungan keluarga dan dukungan suami juga mempengaruhi kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Pada umumnya, wanita kurang mendapat dukungan dan perhatian dari keluarga, sehingga wanita merasa sendirian dalam menghadapi menopause.

Selain itu, tingginya tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul juga disebabkan oleh adanya anggapan bahwa wanita yang mengalami menopause akan kehilangan daya tarik seksualnya dan menurun aktivitas seksualnya. Ada

beberapa wanita yang beranggapan bahwa sesudah menopause tidak bisa memberikan kepuasan seksual bagi suaminya, bahkan ada anggapan wanita yang sudah menopause sudah tidak melakukan hubungan seksual karena akan mengakibatkan munculnya penyakit. Hal ini menimbulkan kekhawatiran munculnya permasalahan suami-istri yang lebih kompleks.

Pendapat tersebut sesuai dengan hasil penelitian Rostiana (2009), yang menyebutkan bahwa perubahan seksualitas diusia menopause juga dapat dipengaruhi oleh kecemasan saat menghadapi usia menopause dan mitos yang masih beredar luas di masyarakat yang menyatakan bahwa kehidupan seksual perempuan telah berakhir pada saat perempuan tersebut memasuki masa menopause. Anggapan ini sering mengakibatkan suami menjauhi istrinya yang telah mengalami menopause. Bahkan bagi sebagian suami, menopause digunakan sebagai alasan untuk menikah lagi karena sang istri dianggap sudah tidak mampu lagi melakukan hubungan seksual. Di pihak lain, para perempuan merasa tidak layak lagi dan tidak mampu melakukan hubungan seksual setelah menopause. Anggapan yang salah ini sering berakibat buruk, seperti pasangan usia lanjut bercerai karena masalah seksual.

Perubahan seksualitas yang dirasakan wanita pada setiap tahapan fase menopause berbeda-beda. Saat awal memasuki masa menopause, wanita akan mengalami kecemasan untuk melakukan hubungan seksual. Namun, seiring dengan berjalannya waktu kecemasan cenderung berkurang bahkan hampir tidak ada karena telah tercapainya keseimbangan hormon yang baru dalam tubuh wanita (Mulyani, 2013). Pendapat tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa pada masa post menopause wanita cenderung mengalami kecemasan ringan dan sedang dengan prosentase masing-masing sebesar 40% atau sekitar 4 responden merasakan kecemasan ringan dan sedang.

Hal tersebut dapat terjadi karena diusia menopause, khususnya pada masa post menopause seorang wanita dapat menikmati seksualitas secara utuh tanpa harus perlu takut akan terjadinya kehamilan dan keperluan akan alat kontrasepsi untuk mencegah kehamilan. Selain itu wanita merasa tidak dibebankan lagi dengan pemikiran tentang kebutuhan anak-anak yang sudah beranjak dewasa (Mulyani, 2013).

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul dari 30 responden yang diteliti terdapat 7 responden (23,3%) berada pada masa pre menopause, 13 responden (43,3%) berada pada masa menopause, dan 10 responden (33,3%) berada pada masa post menopause.
2. Sebagian besar wanita dalam fase menopause di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul mengalami kecemasan berat dalam berhubungan seksual yaitu sebanyak 14 responden (46,7%), dan 9 responden (64,3%) diantaranya berada dalam masa menopause.
3. Ada hubungan antara fase menopause dengan tingkat kecemasan dalam berhubungan seksual di Padukuhan Kuwon Sidomulyo Bambanglipuro Bantul dengan keeratan hubungan kuat. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji statistik *Kendall Tau* diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,619 dan signifikan pada 0,000 ( $p\text{-value} < 0,05$ ).



## Saran

Sebagai penutup dalam penelitian ini, peneliti mengemukakan beberapa saran yaitu sebagai berikut:

### 1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan wanita menjelang menopause sehingga dapat menumbuhkan sikap positif dan mengurangi kecemasan menghadapi masa menopause, khususnya kecemasan dalam berhubungan seksual. Hendaknya wanita dalam fase-fase menopause memiliki pengetahuan, sikap dan perilaku positif dalam menghadapi masa menopause sebagai bagian dari siklus alamiah bagi setiap wanita, sehingga tidak perlu mengalami kecemasan yang berlebihan.

### 2. Bagi Puskesmas

- a. Pemanfaatan posyandu lansia dan meningkatkan peran posyandu lansia untuk memecahkan masalah yang dihadapi oleh wanita menopause khususnya masalah seksualitas.
- b. Membuat suatu perkumpulan menopause sebagai wadah untuk komunikasi, dialog, bertukar pikiran dan saling mengungkapkan perasaan berkaitan dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada wanita menopause.
- c. Pembuatan “Klinik Menopause dan Lansia” sebagai pengembangan salah satu program kesehatan reproduksi yaitu “Paket Pelayanan Kesehatan Reproduksi Komprehensif (PKRK)” sebagai tempat yang dapat digunakan untuk konseling masalah-masalah yang dihadapi oleh wanita menopause dan usia lanjut baik fisik maupun psikis.
- d. Membentuk forum komunikasi antara Dinas Kesehatan, Dinas Sosial, dan kelompok menopause dan usia lanjut untuk melakukan kegiatan dan pembinaan pada menopause dan usia lanjut

## DAFTAR PUSTAKA

Anantasari, Ririn. 2011. *Efektifitas Pijat dengan Minyak Beraroma Frangipani terhadap Tingkat Kenyamanan Hubungan Seksual pada Ibu Menopause di Dusun Jabon dan Sawojajar II Kabupaten Malang*. Jurnal Keperawatan, Vol. 2, No. 2, Juli 2011

Depkes RI. 2008. *Program Kesehatan Reproduksi dan Pelayanan Intergratif di Tingkat Pelayanan Dasar*. Jakarta: Direktorat Jendral Bia Kesehatan Masyarakat

Hastuti, Lidia, Muhammad Hakimi, Djaswadi Dasuki. 2008. *Hubungan antara Kecemasan dengan Aktivitas dan fungsi Seksual pada Wanita Usia Lanjut di Kabupaten Purworejo*. Berita Kedokteran Masyarakat Vol. 24, No. 4, Desember 2008

Irmayanti. 2007. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menopause Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Kecemasan Wanita Premenopause dalam Menghadapi Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kalikah Jembrana Bali*. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan. UNRIYO. Yogyakarta

Kaheksi, I. E., Yuliadi, I., Andayani, T. R. 2013. *Hubungan antara Penerimaan Diri dan Dukungan Suami dengan Kecemasan Wanita dalam Menghadapi Menopause*. Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa. Vol. 2. No. 1 (1-10)



- Kasdu, D. 2008. *Solusi Problem Wanita Dewasa*. Jakarta: Puspa Sehat
- Lestary, Dwi. 2010. *Seluk Beluk Menopause*. Yogyakarta: Garailmu
- Mulyani, Nina Siti. 2013. *Menopause akhir Siklus Menstruasi pada Wanita di Usia Pertengahan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Nugraha, W. 2007. *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta: ECG
- Pangkahila, W. 2007. *Memperlambat Penuaan, Meningkatkan Kualitas Hidup*. Jakarta: Sagung Seto
- Papalia, D. E. et al. 2009. *Human Development (Perkembangan Manusia) Edisi 10*. Jakarta: Salemba Humanika
- Prasetya, dkk. 2012. *Peran Religiusitas Mengatasi Kecemasan Masa Menopause*. Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora. Vol . 1. No. 3. Maret 2012
- Proverawati, Atikah. 2010. *Menopause dan Sindrome Premenopause*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Purwoastuti, E. 2008. *Menopause Siapa Takut?*. Yogyakarta: Kanisius
- Rochman, K. L. 2010. *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press
- Rostiana, T. & Kurniati, T., Ni Made. 2009. *Kecemasan pada Wanita yang Menghadapi Menopause*. Jurnal Psikologi Volume 3, No.1. Depok: Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
- Sari, U. R. 2009. *Hubungan antara Tingkat Pengetahuan tentang Masa Menopause dengan Persepsi Keluhan Masa Menopause di Kelurahan Tlogosari Kulon Semarang*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang
- Smart, Aqila. 2010. *Bahagia di Usia Menopause*. Yogyakarta: A Plus Books
- Soekanto. 2007. *Sosiologi sebagai Suatu Pengantar*. Jakarta: CV Rajawali
- Sunthari, G. T. G. 2012. *Perbedaan Tingkat Kecemasan dan Depresi pada pasien Wanita Menopause dan Usia Reproduksi*. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret
- Udayani, N. P. 2012. *Hubungan Menopause dengan Kenyamanan Pasangan Suami Istri Berhubungan Seksual di Banjar Pasekan Desa Buduk Kecamatan Mengwi Kabupaten Badung*. Skripsi. STIKES Bina Usaha Bali
- Wiknjosastro, H. 2012. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono
- Winarsih, H. 2008. *Hubungan Perubahan Fisik Wanita dengan Kecemasan Wanita dalam Menghadapi Menopause di Dusun Sinangoh Kecamatan Kajen Pekalongan*. Skripsi. UMP