

**THE DESCRIPTION OF SEXUAL ACTIVITY AMONG MENOPAUSE
WOMEN IN RW 15 GAMPING TENGAH, AMBARKETAWANG,
GAMPING, SLEMAN IN 2013**

Rosiana Kriswandi², Suesti³

ABSTRACT

The number of menopause women have reached 15.5 million people or 7.6% of the total population. Meanwhile in 2020, the number will increase into 30.0 million or 11.5% of the total population. This research used descriptive quantitative method with cross sectional approach. The number of respondents were 31. The data collecting technique was saturated sampling, the statistical data analysis employed descriptive quantitative. The description of sexual activity of menopause based on normal menarche were 16 people (51,61%) still active, 18 people (58,06%) had smoking habit, 18 people (58,06%) had good nutritional status, 18 people (58,06%) didn't consume alcohol, 17 people (54,83%) did not have the history of diseases. 15 people (48,38%) of menopause women were aged more than 52 years, 18 people (58,06%) had good psychology, and 15 menopause women (48,38%) were physically healthy

Keywords : menopause, sexual activity

PENDAHULUAN

Masa menopause merupakan suatu masa ketika secara fisiologis siklus menstruasi berhenti, hal ini berkaitan dengan tingkat lanjut usia perempuan (Smart, 2010).

Jumlah dan proporsi penduduk perempuan yang berusia di atas 50 tahun diperkirakan sudah memasuki usia menopause dari tahun ketahun mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Perempuan menopause mencapai 15,5 juta orang atau 7,6 % dari total penduduk, sedangkan tahun 2020 jumlahnya diperkirakan meningkat menjadi 30,0 juta atau 11,5 % dari total penduduk (Depkes, 2005). Banyak yang dikeluhkan seorang perempuan pada tahun-tahun

menjelang berhentinya haid. Gejala-gejala yang dikeluhkan diantaranya adalah perubahan dalam gairah seksual. Berkurangnya cairan vagina, akan timbul rasa sakit kalau terjadi hubungan badan, selain itu rasa takut kehilangan suami, anak dan ditinggalkan sendiri dapat menyebabkan keinginan seks menurun dan sulit untuk dirangsang. Anggapan yang salah tentang seksualitas masa menopause dapat menimbulkan kecemasan, karena mereka takut tidak bisa melayani suami dengan baik akan mencari wanita lain atau malah menceraikannya, karena dari mereka tidak sedikit yang kemudian merasa tidak berarti lagi bagi suaminya,

² Student of Diploma of Midwifery program 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta

³ Lecturer of 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta

sehingga di sisi lain banyak juga suami yang menunjukkan sikap dan perilaku yang sangat mengganggu istri yang telah menopause. Dalam Pangkahila (1998) menyampaikan bahwa ada empat kemungkinan mengapa para suami enggan berhubungan seksual lagi dengan istrinya yaitu tidak tertarik lagi, ada anggapan salah bahwa menopause berarti padamnya dorongan seksual, kesulitan berhubungan intim akibat perlendiran vagina berkurang, sementara ereksi tetap kokoh seperti sedia kala, penolakan istri karena merasa sakit saat berhubungan seksual.

Pendapat yang dipengaruhi oleh karena kurang tepat dalam menerima informasi dengan adanya paradigma bahwa laki-laki mengatasi masalah tersebut dengan mencari pasangan lebih muda untuk melampiaskan gairah seksualnya dengan cara mencari pasangan lebih muda adalah karena pihak wanita tidak lagi tertarik pada seks setelah menopause, hal ini semakin diperparah dengan upaya menghindari berhubungan intim dengan suami disebabkan nyeri saat senggama akibat menipisnya selaput lendir liang senggama (Hidayana, 2004)

Perubahan yang terjadi pada organ tubuh wanita menopause disebabkan oleh bertambahnya usia dan juga faktor fisik, faktor psikis dapat mempengaruhi kehidupan mereka. Gejala psikologis yang menonjol ketika menopause adalah mudah tersinggung, sukar tidur, tertekan, gugup, kesepian, tidak sabar, cemas, depresi, dan merasa

kehilangan daya tarik fisik dan seksual, sehingga dia takut ditinggalkan suaminya (Purwoastuti, 2008).

Frekuensi hubungan seksual sangat bergantung pada dorongan seksual, keadaan fisik dan psikis, dan kehidupan kedua pihak, frekuensi hubungan seks tiap orang tidak sama tergantung umur, untuk pria dan wanita usia 40-55 tahun melakukan hubungan seks sebanyak 3 hari sekali, masih dalam kategori normal sedangkan untuk pria dan wanita usia 55 tahun keatas, apalagi yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas, melakukan hubungan seks seminggu sekali atau sebulan sekali masih dalam keadaan normal (Ayup, 2005).

Tanggapan wanita dan masyarakat terhadap menopause berbeda di setiap komunitas. Perbedaan ini terjadi karena menopause adalah masalah biopsikososial yang sangat berkaitan dengan budaya masyarakat. Wanita barat yang mengeluhkan gejala menopause sekitar 75%. Adapun insidens dan keparahan dari gejala klimakterium ini bergantung terutama pada adanya ketidakstabilan emosi sejak masa pra-menopause (Ismail, 2004).

Berdasarkan alasan diatas maka penulis melakukan penelitian dengan judul Gambaran Aktivitas Seksual Ibu Menopause di RW 15 Gamping, Tengah, Ambarketawang, Gamping, Sleman Yogyakarta.

Tujuan penelitian Diketahui gambaran aktivitas seksual ibu menopause di Gamping Tengah, Ambarketawang, Gamping, Sleman, Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dalam penelitian kuantitatif. Pendekatan waktu *cross sectional*. Jumlah responden 31 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu *sampling jenuh*. Alat pengumpulan data menggunakan kuisioner. Metode pengumpulan data menggunakan data primer. Uji validitas dilakukan dengan mengkorelasikan skor butir dengan skor total. reliabilitas dilakukan dengan cara *internal consistency*. peneliti menggunakan analisa *deskriptif kuantitatif*. Metode pengolahan data dengan *editing, coding, tabulating*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Usia Responden

No	Usia ibu	Frekuensi	Prosentase
1.	45-50 tahun	1	3,23%
2.	50-55 tahun	30	96,77%
	Jumlah	31	100%

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa umur responden terbanyak adalah 50-55 tahun terdapat 30 responden dan paling sedikit umur 45-50 tahun terdapat 1 responden atau 3,23 %.

Tabel 2. Distribusi Pendidikan Responden

No	Pendidikan ibu	Frekuensi	Prosentase
1.	SD	2	6,45%
2.	SMP	4	12,90%
3.	SMA	4	12,90%
4.	PT	21	67,74%
	Jumlah	31	100%

Tabel 4.2 menunjukkan pendidikan responden terbanyak adalah PT yaitu 21 responden atau 67,74 % dan pendidikan responden paling sedikit adalah SD yaitu 2

responden atau 6,45 %. Pendidikan terbanyak kedua adalah SMP dengan jumlah 4 responden atau 12,90 % juga SMA dengan jumlah 4 responden atau 12,90 %.

Tabel 3. Distribusi Pekerjaan Responden

No	Pekerjaan ibu	Frekuensi	Prosentase
1.	Ibu bekerja	4	12,90%
2.	Ibu tidak bekerja	27	87,10%
	Jumlah		100%

Tabel 4.3 menunjukkan pekerjaan responden yang terbanyak adalah ibu yang tidak bekerja atau disebut ibu rumah tangga sebanyak 27 responden atau 87,10% dan yang paling sedikit ibu yang bekerja yaitu 4 responden atau 12,90%.

Tabel 4. Distribusi Aktivitas Seksual Berdasarkan Menarche

		Menarche			Total
		Cepat	Normal	Lambat	
Aktivitas	Tidak Aktif	1 (3,23%)	12 (38,70%)	0	13 (41,94%)
Seksual	Aktif	1 (3,23%)	16 (51,61%)	1 (3,23%)	18 (58,06%)
	Total	2 (6,46%)	28 (90,31%)	1 (3,23%)	31 (100%)

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa aktivitas seksual paling aktif terdapat pada ibu menopause yang menarchenya normal yaitu sebanyak 16 responden atau 51,61% dari 31 responden.

Tabel 5. Distribusi Aktivitas Seksual Berdasarkan Kebiasaan Merokok

		Kebiasaan Merokok	
		Tidak Merokok	Total
Aktivitas Seksual	Tidak Aktif	13 (41,94%)	13 (41,94%)
	Aktif	18 (58,06%)	18 (58,06%)
Total		31 (100%)	31 (100%)

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa aktivitas seksual paling aktif pada ibu yang tidak merokok sebanyak 58,06% responden dari 31 responden.

Tabel 6. Distribusi Aktivitas Seksual Berdasarkan Status Gizi

		Status Gizi	
		Baik	Total
Aktivitas Seksual	Tidak Aktif	13 (41,94%)	13 (41,94%)
	Aktif	18 (58,06%)	18 (58,06%)
Total		31 (100%)	31 (100%)

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa aktivitas seksual yang paling aktif yaitu pada ibu menopause yang status gizinya baik yaitu 58,06% responden dari 31 reponden.

Tabel 7. Distribusi Aktivitas Seksual Berdasarkan Konsumsi Alkohol

		Konsumsi Alkohol	
		Tidak Konsumsi Alkohol	Total
Aktivitas Seksual	Tidak Aktif	13 (41,94%)	13 (41,94%)
	Aktif	18 (58,06%)	18 (58,06%)
Total		31 (100%)	31 (100%)

Tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari 31 responden yang aktif melakukan aktivitas seksual sebanyak 58,6% responden yang tidak mengonsumsi alkohol

Tabel 8. Distribusi Aktivitas Seksual Berdasarkan Riwayat Penyakit

		Riwayat Penyakit		Total
		Tidak Memiliki	Memiliki	
Aktivitas Seksual	Tidak Aktif	12 (38,70%)	1 (3,23%)	13 (41,94%)
	Aktif	17 (54,84%)	1 (3,23%)	18 (58,06%)
Total		29 (93,54%)	2 (6,46%)	31 (100%)

Tabel 4.8 menunjukkan bahwa aktivitas seksual yang paling aktif yaitu ibu yang tidak memiliki riwayat penyakit sebanyak 54,84% responden dari 31 responden.

Tabel 9. Distribusi Aktivitas Seksual Berdasarkan Umur

		Aktivitas Seksual		Total
		Tidak Aktif	Aktif	
Umur Ibu	<52	3 (9,68%)	3 (9,68%)	6 (19,35%)
	>52	10 (32,25%)	15 (48,38%)	25 (80,65%)
Total		13 (41,93%)	18 (58,06%)	31 (100%)

Tabel 4.9 menunjukkan bahwa ibu menopause yang berumur >52 paling aktif melakukan aktivitas seksual sebanyak 48,38% responden dari 31 responden.

Tabel 10. Distribusi Aktivitas Seksual Berdasarkan Psikologi

		Psikologis		Total
		Psikologis Baik	Psikologis Tidak Baik	
Aktivitas Seksual	Tidak Aktif	11 (35,48%)	2 (6,46%)	13 (41,94%)
	Aktif	18 (58,06%)	0	18 (58,06%)
Total		29 (93,54)	2 (6,46%)	31 (100%)

Tabel 4.10 menunjukkan bahwa aktivitas seksual yang paling aktif yaitu pada ibu yang psikologisnya baik yaitu sebanyak 58,06% responden dari 31 responden.

Tabel 11. Distribusi Aktivitas Seksual Berdasarkan Fisik

		Fisik		Total
		Sehat	Sakit	
Aktivitas Seksual	Tidak Aktif	7 (22,58%)	6 (19,35%)	13 (41,94%)
	Aktif	15 (48,38%)	3 (9,68%)	18 (58,06%)
Total		22 (70,96%)	9 (29,04%)	31 (100%)

Tabel 4.11 menunjukkan bahwa ibu yang aktivitas seksualnya paling aktif terdapat pada ibu yang kondisi fisiknya sehat sebanyak 48,38% responden dari 31 responden.

PEMBAHASAN

1. Menarche

Menarche normal sebanyak 16 responden atau 51,61% dari 31 responden. Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan Choiriyah Erna (2010) bahwa kebanyakan ibu-ibu aktif melakukan aktivitas seksual walaupun sudah memasuki masa menopause.

Menarche merupakan faktor yang mempengaruhi menopause. Beberapa ahli yang melakukan penelitian menemukan adanya hubungan antara menarche dengan usia seorang wanita memasuki menopause. Semakin muda seseorang mengalami haid pertama kalinya, semakin tua atau lama memasuki masa menopause. Banyak faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami menarche antara lain keturunan, keadaan gizi dan kesehatan umum (Sarwono,2010).

2. Kebiasaan merokok

Dalam penelitian ini responden tidak ada yang memiliki kebiasaan merokok sehingga ibu yang tidak memiliki kebiasaan merokok ini tidak terganggu aktivitas seksualnya.

Merokok dapat mempercepat datangnya masa menopause. Diketahui 59% wanita perokok aktif lebih mungkin beresiko terhadap menopause dini (Sukma, 2007). Perbandingannya wanita perokok sembilan kali lebih cepat mendapati masa menopausenya dibanding mereka yang tidak merokok. Ini karena kerusakan yang mungkin terjadi pada alat-alat reproduksinya seperti indung telur sehingga produksi hormon estrogen menurun.

3. Status Gizi

Dalam penelitian ini responden mengonsumsi makanan yang bergizi maka status gizi responden baik. Sehingga, aktivitas seksual responden di RW 15 Gamping Tengah aktif yaitu terdapat 18 responden atau 58% yang melakukan seksual dengan status gizi baik.

Kecukupan zat-zat gizi tersebut dalam tubuh akan mencegah terjadi impotensi pada pria dan menopause yang terlalu dini pada wanita. Selain itu, kualitas dan kuantitas makanan yang seimbang dan baik sesuai kebutuhan tubuh merupakan suatu keharusan untuk diperhatikan agar tubuh

ideal, bugar, dan dapat beraktivitas seksual dengan baik.

4. Konsumsi Alkohol

Aktivitas seksual ibu menopause yang paling aktif adalah ibu yang tidak mengonsumsi alkohol sebanyak 58,06% responden dari 31 responden.

Dalam penelitian ini tidak ada responden yang mengonsumsi alkohol sehingga tidak ada gangguan dalam aktivitas seksualnya.

Efek seksual alkohol pada wanita adalah menyebabkan menurunnya tingkat sensasi seksual dan orgasme intens berkurang. Penyalahgunaan alkohol kronis pada wanita memiliki efek buruk pada sistem reproduksi yang dapat menyebabkan kanker ovarium. Minum alkohol juga dapat menyebabkan ketidakteraturan menstruasi dan menopause dini.

5. Riwayat Penyakit

Aktivitas seksual ibu menopause yang paling banyak adalah ibu yang tidak memiliki riwayat penyakit sebanyak 54,83% responden dari 31 responden.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui ibu menopause masih melakukan aktivitas seksual dikarenakan mereka tidak memiliki riwayat penyakit, sehingga tidak ada keluhan.

Dengan melakukan hubungan seksual tubuh menjadi lebih segar dan sehat karena ada ibu menopause

yang mempunyai penyakit jantung tetapi dengan rutin 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, 2003)

6. Usia

Aktivitas seksual ibu menopause paling aktif adalah ibu yang usianya > 52 tahun sebanyak 48,38% dari 31 responden.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Widiyanti tahun 2008 meskipun wanita menjelang usia menopause masih ada ibu menopause yang melakukan hubungan seksual yaitu 10% berhubungan seksual 3 kali seminggu, berhubungan seksual 2 kali seminggu 13,33% dan 76,67% berhubungan seksual 1 kali dalam seminggu (www.prov.bkkbn.go.id)

Gairah atau hasrat seksual ibu menopause secara perlahan-lahan akan menurun sesuai dengan bertambahnya usia (Kasdu, 2004)

7. Psikologi

Aktivitas seksual ibu menopause paling aktif adalah ibu yang psikologisnya dalam keadaan baik sebanyak 58,06% responden dari 31 responden.

Di dalam penelitian ini mayoritas responden tidak memiliki gangguan psikologis sehingga aktivitas seksualnya masih aktif tidak terganggu.

Gangguan psikologis mempengaruhi seksual ibu menopause jika kondisi psikologisnya baik maka aktivitas seksualnya juga baik (unimus.ac.id)

8. Fisik

Bahwa aktivitas seksual ibu menopause paling aktif adalah ibu yang kondisi fisiknya sehat sebanyak 48,38% responden.

Dalam penelitian ini responden mayoritas dalam keadaan sehat sehingga aktivitas seksualnya tidak terganggu dan masih aktif melakukan.

Secara alamiah dengan tubuh yang tidak sehat maka akan enggan melakukan aktivitas apapun, selain beristirahat. Apalagi melakukan hubungan seksual yang tidak saja melibatkan hubungan fisik tetapi juga emosi (Kasdu, 2004)

PENUTUP

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut :

- a. Karakteristik Responden berdasarkan umur, pendidikan terakhir dan pekerjaan yaitu umur ibu menopause sebagian besar adalah 50-55 tahun sebanyak 30 responden 96,77%, pendidikan terakhir

ibu sebagian besar adalah PT sebanyak 21 responden 67,74%, status pekerjaan ibu sebagian besar ibu tidak bekerja sebanyak 27 responden 87,10%.

- b. Gambaran Aktivitas seksual paling aktif berdasarkan menarche, kebiasaan merokok, status gizi, kebiasaan minum alkohol, riwayat penyakit, usia, psikologis, fisik yaitu menarche normal 51,61% atau 16 responden, kebiasaan tidak merokok sebanyak 58,06% atau 18 responden, status gizinya baik yaitu 58,06% atau 18 responden, 58,06% atau 18 responden yaitu ibu yang tidak mengonsumsi alkohol, tidak memiliki riwayat penyakit sebanyak 54,83% atau 17 responden, ibu menopause yang berumur >52 paling aktif melakukan aktivitas seksual sebanyak 48,38% atau 15 responden, psikologisnya baik yaitu sebanyak 58,06% atau 18 responden, kondisi fisiknya sehat sebanyak 48,38% atau 15 responden.

2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang didapatkan, maka penulis memberikan saran-saran sebagai berikut :

- a. Bagi Ibu-Ibu Menopause
Diharapkan ibu-ibu menopause tetap melakukan aktivitas seksual supaya keharmonisan rumah tangga tetap terjaga.
- b. Bagi kader posyandu dan tenaga kesehatan

Diharapkan untuk kader dan tenaga kesehatan untuk meningkatkan pemberian informasi tentang kesehatan ibu menopause, gizi menopause, keluhan menopause dan cara menanganinya. Memberikan pelayanan kesehatan sesuai yang dibutuhkan ibu-ibu menopause.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian yang sama, disarankan untuk melakukan penelitian dengan metode yang berbeda.

Purwoastuti, Endang. 2008. *Menopause*. Yogyakarta: Kanisius.

Rey Sukma. (2007). Wanita merokok? waspadai menopause dini! website <http://workathome.co.id>

DAFTAR PUSTAKA

Choiriyah, Erna. 2010. *Gambaran Kehidupan Hubungan Seksual Pada Ibu Menopause umur 45-55 tahun di Posyandu Lansia Karangduwet, Karangrejek, Wonosari, Gunungkidul*. Stikes 'Aisyiyah: Yogyakarta.

Depkes. 2005. *Terjadinya Pergeseran Umur Menopause*. <http://www.itjen.depkes.id>. Diakses tanggal 21 Juni 2013

Hidayana, I.M. dkk. 2004. *Seksualitas: Teori dan Realitas*. Jakarta: Program Gender dan Seksualitas FISIP UI.

Kasdu, D., 2004. *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*. Jakarta: Puspawara.

Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Penerbit Rineka Cipta. Jakarta.

Pakasi. 2003. *Menopause: masalah dan penanggulangannya*. Jakarta: FK-UI.