

INFORMASI ARTIKEL

Received: November, 29, 2024

Revised: December, 20, 2024

Available online: December, 17, 2024

at : <https://e-jurnal.ipohrr.com/index.php/mchc>

Hubungan sindrom menopause dengan kualitas hidup wanita

Nurul Aulya*, Novita Dewi Iswandari, Sarkiah, Rabia Wahdah

Universitas Sari Mulia

Korespondensi penulis: Nurul Aulya. *E-mail: darinurulaulya@gmail.com

Abstract

Background: Menopause syndrome is a set of symptoms or complaints that women feel when they start entering menopause. The complaints in question are physical complaints and psychological complaints. It causes discomfort that interferes with daily work so that it can reduce the quality of life of menopausal women.

Objective: To determine the relationship of menopausal syndrome with the quality of life of menopausal women in the work area of the South Alalak Health Center, Banjarmasin City.

Methods: a quantitative analytic survey with a cross-sectional approach. The population was 110 menopausal women in the work area of the South Alalak Health Center, Banjarmasin City. The sample was selected using purposive sampling techniques, as many as 87 respondents. Data analysis using SPSS with the Spearman Rank test.

Results: The study showed 55 respondents (63.2%) did not experience menopausal syndrome, 28 respondents (32.2%) experienced mild menopausal syndrome, and 4 respondents (4.6%) experienced moderate menopausal syndrome. There were 29 respondents (33.3%) who had a poor quality of life, 54 respondents (62.1%) had a moderate quality of life, and 4 respondents (4.6%) had a good quality of life. The results of statistical tests using Rank Spearman stated that there was a relationship between menopausal syndrome and women's quality of life ($p\text{-value} = 0.000$, correlation coefficient = -0.739).

Conclusion: There is a relationship between menopausal syndrome and the quality of life of women in the work area of the South Alalak Health Center, Banjarmasin City. The direction of the relationship is negative (unidirectional) which can be seen from the correlation coefficient, meaning that the higher the intensity of menopausal syndrome, the lower the level of quality of life.

Suggestion: It is expected that the health center can continue to improve services for menopausal women and elderly posyandu.

Keywords: Menopause; Menopause Syndrome; Quality of Life.

Pendahuluan: Sindrom menopause merupakan sekumpulan gejala atau keluhan yang dirasakan wanita saat mulai memasuki masa menopause. Keluhan-keluhan yang dimaksud berupa keluhan fisik dan keluhan psikologis. Hal itu menimbulkan ketidaknyamanan yang mengganggu pekerjaan sehari-hari sehingga dapat menurunkan kualitas hidup wanita menopause.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan sindrom menopause dengan kualitas hidup wanita menopause di wilayah kerja Puskesmas Alalak Selatan Kota Banjarmasin.

Metode: Survei analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi sebanyak 110 wanita menopause di wilayah kerja Puskesmas Alalak Selatan Kota Banjarmasin. Sampel dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 87 responden. Analisis data menggunakan SPSS dengan uji *Rank Spearman*.

Hubungan sindrom menopause dengan kualitas hidup Wanita

Hasil: Penelitian menunjukkan 55 (63.2%) tidak mengalami sindrom menopause, 28 (32.2%) mengalami sindrom menopause kategori ringan, dan 4 (4.6%) mengalami sindrom menopause sedang. Ada 29 (33.3%) memiliki kualitas hidup buruk, 54 (62.1%) responden memiliki kualitas hidup sedang, dan 4 (4.6%) memiliki kualitas hidup baik. Hasil uji statistik menggunakan *Rank Spearman* menyatakan adanya hubungan antara sindrom menopause dengan kualitas hidup wanita ($p\text{-value} = 0.000$; $\text{correlation coefficient} = -0.739$).

Simpulan: Ada hubungan sindrom menopause dengan kualitas hidup wanita di wilayah kerja Puskesmas Alalak Selatan Kota Banjarmasin. Arah hubungan bersifat negatif (tidak searah) yang dapat dilihat *correlation coefficient*, artinya semakin tinggi intensitas sindrom menopause maka semakin rendah tingkat kualitas hidup.

Saran: Diharapkan puskesmas dapat terus meningkatkan pelayanan terhadap wanita menopause dan posyandu lansia.

Kata Kunci: Kualitas Hidup; Menopause; Sindrom Menopause.

PENDAHULUAN

Menopause adalah suatu fase yang pasti dihadapi wanita dalam siklus kehidupannya. Menopause ditandai dengan tidak datangnya menstruasi selama dua belas bulan berturut-turut (Diyaningrum, 2022). Usia menopause bervariasi pada setiap wanita, namun rata-rata mengalami menopause pada usia sekitar 51 tahun (Genazzani & Birkhaeuser, 2018). Di Indonesia, wanita mengalami menopause pada usia sekitar 51-54 tahun (Sari & Sudarmiati, 2021).

Wanita usia 50 tahun di dunia diperkirakan akan mengalami peningkatan dari 500 juta menjadi lebih dari 1 milyar pada tahun 2030. Wanita menopause di Asia pada tahun 2025 diperkirakan juga akan mengalami peningkatan dari 107 juta jiwa menjadi 373 juta jiwa (Roseyanti, Iswandari, & Hasanah, 2024). Di Indonesia, pada tahun 2021 wanita menopause mencapai 14 juta atau 7.4% dari total populasi yang ada dan pada tahun 2025 diperkirakan akan ada sekitar 60 juta wanita menopause di Indonesia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Penelitian terdahulu menyatakan adanya hubungan antara sindrom menopause dengan empat domain kualitas hidup, yaitu domain fisik, domain psikologis, domain sosial, dan domain lingkungan. Nilai rata-rata kualitas hidup tertinggi berada pada domain fisik dan nilai rata-rata terendah berada pada domain sosial (Sulistiyowati, & Susilawati, 2021).

Sindrom menopause merupakan sekumpulan gejala atau keluhan yang dirasakan wanita saat mulai memasuki masa menopause. Keluhan-keluhan yang dimaksud berupa keluhan fisik yang meliputi perubahan pola menstruasi, rasa panas (*hot flush*), mudah berkeringat, susah tidur (*insomnia*), vagina kering, dan terganggunya aktivitas seksual, serta keluhan psikologis yang meliputi penurunan daya ingat, mudah tersinggung

atau emosi, stress, dan cemas (Cory'ah & Wahyuni, 2019). Terdapat 81.3% wanita menopause mengalami *hot flush*, 65.3% mengalami insomnia, 58.7% mengalami kekeringan pada vagina, 57.3% mengeluh nyeri sendi, 81.3% merasa mudah tersinggung, 64% mengalami kecemasan, dan 44% mengalami penurunan memori (Hekhmawati, 2016). Hal itu menimbulkan ketidaknyamanan yang mengganggu pekerjaan sehari-hari sehingga dapat menurunkan kualitas hidup wanita menopause (Trisetiyaningsih, 2016). Menopause dibagi menjadi beberapa fase, yaitu fase klimakterium (*pramenopause*), fase menopause, dan fase senium (Suparni & Astutik, 2016).

Penting bagi wanita menopause untuk memiliki kualitas hidup yang baik, karena dengan demikian hidupnya dapat mengarah pada keadaan yang sejahtera atau *wellbeing* (Sari & Susilawati, 2021). Rendahnya kualitas hidup akan memengaruhi kelangsungan hidup wanita itu sendiri sebab berhubungan dengan harapan hidupnya. Apabila wanita tersebut memiliki kualitas hidup yang baik, maka harapan hidupnya akan baik pula (Enggune, Purba, & Kakumboti, 2019).

METODE

Penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Alalak Selatan Kota Banjarmasin pada tanggal 14 dan 15 Mei 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita menopause di wilayah kerja Puskesmas Alalak Selatan Kota Banjarmasin dengan sampel sebanyak 87 orang yang dipilih menggunakan metode *purposive sampling*.

Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner *Menopause Rating Scale* (MRS) dan *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL-BREF)

Nurul Aulya*, Novita Dewi Iswandari, Sarkiah, Rabia Wahdah

Universitas Sari Mulia

Korespondensi penulis: Nurul Aulya. *E-mail: darinurulaulya@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/mchc.v4i2.441>

Hubungan sindrom menopause dengan kualitas hidup Wanita

yang diisi pada waktu bersamaan. Menopause *Rating Scale* (MRS) adalah skala kualitas hidup yang digunakan untuk menilai tingkat keparahan gejala menopause dalam menanggapi kurangnya skala standar untuk mengukur tingkat keparahan penuaan dan dampaknya terhadap kualitas hidup. Skala ini dikembangkan pada awal tahun 1990-an oleh *The Berlin Center for Epidemiology and Health Research*.

Instrumen penelitian ini terdiri dari 26 item pertanyaan, di mana terdapat 2 pertanyaan tentang kualitas hidup secara umum dan 24 pertanyaan lainnya mencakup 4 domain yaitu kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis secara univariat untuk diolah dalam bentuk distribusi frekuensi dan dianalisis secara bivariat untuk mengetahui hubungan antara sindrom menopause dengan kualitas hidup wanita. Secara bivariat data dianalisis menggunakan uji statistik *Rank Spearman*.

Kategori menopause tidak ada adalah jika skor 0-11, ringan jika skor 12-22, sedang jika skor 22- 33 dan kategori menopause berat jika mendapatkan skor >34. Kategori gaya hidup dikatakan memiliki gaya hidup sangat buruk jika mendapatkan skor 0-20, buruk dengan skor 21-40, sedang dengan skor 41-6-, baik mendapatkan skor 61-80 dan baik dengan skor 81-100.

Dikatakan H_a diterima jika $p\text{-value} < 0.05$ yang berarti ada hubungan antar variabel yang diuji. Namun jika $p\text{-value} > 0.05$ maka H_a ditolak yang berarti tidak ada hubungan antar variabel yang diuji. Kekuatan hubungan dinyatakan dengan besarnya koefisien korelasi (*correlation coefficient*) yang berada pada rentang 0 sampai 1. Kekuatan korelasi dikatakan lemah jika nilainya berada pada rentang 0.0 sampai <0.2, dikatakan lemah jika nilainya berada pada rentang 0.2 sampai <0.4, dikatakan sedang jika nilainya berada pada rentang 0.4 sampai <0.6, dikatakan kuat jika nilainya berada pada rentang 0.6 sampai <0.8, dan dinyatakan sangat kuat jika nilainya berada pada rentang 0.8 sampai 1. Arah hubungan variabel dinyatakan dalam bentuk positif (+) dan negatif (-). Hubungan antar variabel dinyatakan positif apabila nilai suatu variabel meningkatkan nilai yang lain, sementara hubungan antar variabel dinyatakan negatif apabila nilai suatu variabel meningkat, maka akan menurunkan nilai variabel yang lain.

Penelitian ini sudah lulus kelayakan etik dari Komite Etik Pelaksanaan Penelitian Kesehatan Universitas Sari Mulia dengan nomor: 188/KEP-UNISM/IV/2024.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden (N=87)

Variable	Hasil
Umur (Mean±SD) (Rentang)(Tahun)	(67.02±8.171) (45-89)
45-59	11/12.6
60-74	71/81.6
75-90	5/5.8
Lama Menopause (n/%)	14/18.1
<5	73/83.9
>5	
Sindrom Menopause (n/%)	
Tidak Ada	55/63.2
Ringan	28/32.2
Sedang	4/4.6
Berat	0/0
Kualitas Hidup (n/%)	
Sangat Buruk	0/0

Nurul Aulya*, Novita Dewi Iswandari, Sarkiah, Rabia Wahdah

Universitas Sari Mulia

Korespondensi penulis: Nurul Aulya. *E-mail: darinurulaulya@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/mchc.v4i2.441>

Hubungan sindrom menopause dengan kualitas hidup Wanita

Buruk	30/34.5
Sedang	53/60.9
Baik	4/4.6
Sangat Baik	0/0

Tabel 1. Menunjukkan bahwa karakteristik usia rata-rata dan standar deviasi (67.02 ± 8.171) pada rentang usia 45-89 tahun. Berdasarkan lama menopause mayoritas responden dengan menopause sudah lebih dari 5 tahun yaitu 73 (83.9%), mayoritas responden tidak memiliki sindrom menopause yaitu 55 (63.2%), dan berdasarkan kualitas hidup mayoritas responden memiliki kualitas sedang yaitu 53 (60.9%).

Tabel 2. Hubungan Sindrom Menopause dengan Kualitas Hidup Wanita

Sindrom Menopause	Kualitas Hidup			Correlation Coefficient	p-value
	Buruk (n=30)	Sedang (n=53)	Baik (n=4)		
Tidak ada	4/13.3	47/88.7	4/100	-0.739	0.000
Ringan	22/73.4	6/65.3	0		
Sedang	4/13.3	0/0	0		

Tabel 2. menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak ada yang mengalami sindrom dengan kualitas hidup sedang 47 (88.7%), berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara sindrom menopause dengan kualitas hidup Wanita (Ha diterima). Dari hasil uji korelasi menggunakan *Rank Spearman* didapatkan p-value sebesar 0,000 (<0.05) dan nilai *correlation coefficient* sebesar -0,739. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan bersifat negatif (tidak searah), yang artinya semakin tinggi intensitas sindrom menopause maka semakin rendah tingkat kualitas hidup.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang berada pada rentang usia 45-59 tahun sebanyak 11 responden (12.6%), berada pada rentang usia 60-74 tahun sebanyak 71 responden (81.6%), dan yang berada pada rentang usia 75-90 tahun sebanyak 5 orang (5.7%).

Usia menopause seorang wanita bervariasi, namun rata-rata terjadi pada rentang usia 45-50 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa dari 70 wanita menopause yang hadir sebagai responden dalam penelitiannya, didapatkan sebanyak 24 orang (34%) berada pada rentang usia 45-59 tahun, sebanyak 43 orang (61%) berada pada rentang usia 60-

74 tahun, dan sebanyak 3 orang (4%) berada pada rentang usia 75-90 tahun (Kusumaningrum, & Hidayati, 2022). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebanyak 87 responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia normalnya seorang wanita mengalami menopause. Hal tersebut disebabkan oleh menurunnya hormon estrogen yang umum terjadi pada wanita dengan rentang usia seperti yang disebutkan di atas. Perbedaan usia terjadinya menopause pada setiap individu bisa saja dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti usia *menarche*, jumlah anak, usia melahirkan, dan indeks massa tubuh.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa responden yang memiliki lama menopause kurang dari 5 tahun sebanyak 14 (16.1%) dan responden yang memiliki lama menopause lebih dari 5 tahun sebanyak 73 (83.9%). Karena kadar estrogen yang menurun pada masa menopause, biasanya wanita akan merasakan berbagai keluhan seperti keluhan vasomotor, gangguan tidur, dan kelelahan. Kebanyakan wanita merasakan keluhan tersebut selama kurang dari lima tahun dan sekitar 25% merasakannya lebih dari lima tahun (Yulizawati & Yulika, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa dari 100 responden yang masuk kategori inklusi dalam penelitiannya, terdapat 47 orang (47%) yang mengalami menopause selama <5 tahun dan 53 orang (53%) yang

Nurul Aulya*, Novita Dewi Iswandari, Sarkiah, Rabia Wahdah

Universitas Sari Mulia

Korespondensi penulis: Nurul Aulya. *E-mail: darinurulaulya@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/mchc.v4i2.441>

Hubungan sindrom menopause dengan kualitas hidup Wanita

mengalami menopause >5 tahun (Ariesti, Sutiarsih, & Diantarti, 2023).

Mayoritas responden di lapangan yang mengalami menopause <5 tahun menyatakan keluhan yang paling banyak dirasakan mengarah pada keluhan badan terasa panas dan berkeringat, kelelahan fisik, ketidaknyamanan seksual, dan gangguan tidur. Sedangkan mayoritas responden yang mengalami menopause >5 tahun menyatakan keluhan yang paling banyak dirasakan mengarah pada keluhan kelelahan fisik, rasa tidak nyaman di bagian persendian dan otot, serta gangguan tidur. Hal tersebut bisa saja disebabkan oleh wanita menopause yang semakin lama masa menopause-nya berlangsung, maka usianya pun akan semakin bertambah. Wanita menopause akan semakin menua dan fungsi tubuhnya akan menurun. Keluhan yang dirasakan bisa jadi bukan lagi hanya keluhan yang berkaitan dengan sindrom menopause, melainkan komplikasi usia tua seperti penurunan fungsi tulang, sendi, dan otot yang menimbulkan ketidaknyamanan saat beraktivitas bahkan sampai mengganggu waktu tidur.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang tidak mengalami sindrom menopause sejumlah 55 (63.2%), responden yang mengalami sindrom menopause dengan kategori ringan sejumlah 28 (32.2%), dan responden yang mengalami sindrom menopause dengan kategori sedang sejumlah 4 (4.6%).

Sindrom menopause adalah sekumpulan keluhan yang dialami wanita akibat penurunan kadar hormon estrogen. Keluhan-keluhan tersebut seperti *hot flushes*, gangguan tidur, penurunan fungsi seksual karena penurunan libido, ingatan menurun, mudah cemas, mudah tersinggung, perubahan pada tulang, kardiovaskular, kulit, dan payudara (Yulizawati & Yulika, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa dari 96 wanita menopause yang hadir sebagai responden, terdapat sebanyak 81 responden (84.4%) yang mengalami keluhan menopause kategori ringan dan sebanyak 15 orang (15,6%) yang mengalami keluhan menopause dengan kategori berat (Juliana, & Yousriatin, 2023).

Kualitas hidup dapat didefinisikan sebagai konsep analisis kemampuan individu untuk memperoleh hidup yang normal berkaitan dengan pandangan individu tersebut terhadap tujuan, harapan, standar, dan perhatian secara spesifik mengenai kehidupan. Beberapa faktor yang memengaruhi kualitas hidup adalah jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan, status

pernikahan, penghasilan, dan hubungan dengan orang lain (Mahayani, 2019).

Data yang didapat di lapangan menyatakan bahwa mayoritas responden memiliki kualitas hidup dengan kategori sedang sebanyak 53 orang (60.9%) dan mayoritas responden berada pada rentang usia 60-74 tahun sebanyak 71 orang (81.6%). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa usia merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kualitas hidup. Ada banyak perubahan yang terjadi pada tubuh sebagai akibat dari penuaan (Oktavianti, & Setyowati, 2020).

Semakin tua usia seseorang, maka akan semakin menurun kemampuan tubuhnya. Khusus bagi wanita, semakin wanita bertambah tua, maka hormon-hormon di dalam tubuh akan ikut menurun. Salah satunya adalah hormon estrogen yang memiliki peran penting dalam sistem reproduksi. Penurunan hormon estrogen itulah yang akan menyebabkan wanita mengalami menopause atau henti haid. Menopause sering kali dibarengi dengan keluhan-keluhan yang membuat wanita tidak nyaman sehingga akan berpengaruh pada kualitas hidupnya (Suparni, & Yuli, 2016).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 55 responden yang tidak mengalami sindrom menopause, terdapat 4 responden (7.2%) yang memiliki kualitas hidup buruk, 47 responden (85.6%) yang memiliki kualitas hidup sedang, dan 4 responden (7,2%) memiliki kualitas hidup baik. Dari 28 responden yang mengalami sindrom menopause kategori ringan, terdapat 22 responden (78.5%) memiliki kualitas hidup buruk dan 6 responden (21.5%) memiliki kualitas hidup sedang. Sedangkan dari 4 orang yang mengalami sindrom menopause kategori sedang, semuanya memiliki kualitas hidup yang buruk (100%). Hasil analisis statistik menunjukkan adanya hubungan antara sindrom menopause dengan kualitas hidup wanita di wilayah kerja Puskesmas Alalak Selatan Kota Banjarmasin (Ha diterima). Jika dihubungkan dengan sindrom menopause, kualitas hidup seorang wanita jelas mengalami penurunan. Hal tersebut disebabkan oleh seluruh domain kualitas hidup yang mengalami perubahan selama masa menopause. Baik itu domain fisik, domain psikologis, domain sosial, maupun domain lingkungan (Yulizawati & Yulika, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan terdapat hubungan antara sindrom menopause dengan setiap domain kualitas hidup Wanita (Sulistyowati & Susilawati 2021).

Nurul Aulya*, Novita Dewi Iswandari, Sarkiah, Rabia Wahdah

Universitas Sari Mulia

Korespondensi penulis: Nurul Aulya. *E-mail: darinurulaulya@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/mchc.v4i2.441>

Hubungan sindrom menopause dengan kualitas hidup Wanita

Secara fisik, perubahan yang terjadi meliputi perubahan pada organ reproduksi di mana rugae dan elastisitas vagina mulai menghilang sehingga menimbulkan ketidaknyamanan ketika berhubungan seksual. Kulit tubuh dan payudara juga akan mulai mengendur sebagai akibat dari penurunan kadar estrogen. Hal ini bisa saja menimbulkan rasa tidak percaya diri pada wanita menopause karena merasa dirinya tidak cantik dan tidak menarik lagi yang pada akhirnya akan berujung pada perasaan tidak nyaman bagi wanita menopause dalam menjalani kehidupan sehari-hari (Jamilah, 2023).

Secara psikologis, masa menopause menimbulkan rasa khawatir yang cukup mengganggu. Kekhawatiran itu dimulai dari perubahan-perubahan fisik yang membuat wanita menopause merasa dirinya tidak secantik, sesehat, dan sebugar dulu lagi. Ditambah dengan menurunnya dorongan seksual dan kemampuan organ-organ untuk melakukan aktivitas seksual, hal ini membuat wanita menopause khawatir pasangannya tidak menyukainya lagi dan akan berpaling. Kekhawatiran ini bisa menjadi serius dan menimbulkan ketidaknyamanan yang cukup mengganggu wanita menopause secara psikologis (Nurlina, 2021).

Secara sosial, perubahan yang dapat memengaruhi kualitas hidup wanita menopause dapat berasal dari dukungan dan perhatian orang-orang sekitar, baik itu suami, anak, sanak-saudara, maupun teman. Di lapangan, tidak sedikit wanita menopause yang mengatakan suaminya sudah meninggal dunia dan anak-anaknya sudah berkeluarga. Anak-anak yang sudah berkeluarga cenderung akan mulai mandiri, menjalani hidupnya masing-masing, dan tinggal terpisah dari orang tua. Hal ini bisa saja menimbulkan perasaan kesepian, tidak dibutuhkan, dan tidak berguna lagi bagi wanita menopause sehingga membuatnya merasa tidak nyaman dalam menjalani kehidupan sehari-hari (Nurlina, 2021).

Secara lingkungan, penting bagi wanita menopause untuk mendapatkan lingkungan yang tidak jauh dari keramaian sehingga tidak merasa terkucilkan dan terbuang. Responden di lapangan mengatakan bahwa semenjak ditinggal suami dan anak-anak, mereka jadi lebih sering berkumpul dengan sesama wanita menopause yang ada di lingkungan tempat tinggal. Hal ini bisa jadi menimbulkan perasaan nyaman bagi wanita menopause karena merasa dirinya tidak lagi sendirian dan mengetahui bahwa serangkaian keluhan yang ia

rasakan bukan hanya dirinya sendiri yang mengalami, tapi wanita menopause lain juga merasakan keluhan yang sama secara umum.

Analisis tambahan, walau tidak harus selalu dikaitkan dengan masa lansia (karena rangkaian masa menopause tidak selalu dimulai saat lansia), namun seiring bertambahnya usia wanita menopause tetap akan sampai pada masa lansia. Pada saat itu, keluhan yang dialami bisa saja bukan lagi hanya keluhan yang berkaitan dengan masa menopause. Kualitas hidup juga bisa saja tidak lagi hanya dipengaruhi oleh sindrom menopause, melainkan oleh keluhan-keluhan lain pada masa lansia seperti osteoporosis dan masalah kardiovaskular.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan di Mexico menyatakan bahwa utamanya wanita memiliki kualitas hidup yang buruk pada masa perimenopause dan awal masa pasca menopause. Katakanlah seorang wanita mengalami menopause pada usia 50 tahun dan merasakan sindrom menopause selama lebih dari 5 tahun, maka ia akan mengalami masa pasca menopause itu pada usia pra lansia atau lansia. Sehingga, kualitas hidupnya bisa saja menjadi semakin buruk. Dalam hal ini, usia juga merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kualitas hidup (Velasco-Téllez, Cortés-Bonilla, Ortiz-Luna, Sánchez-Zelayeta, Méndez-Serrano, Salazar-Jiménez, & Sánchez-Cevallos, 2020).

DAFTAR PUSTAKA

- Ariesti, E., Sutiarsih, E., & Diantarti, N. (2023). Analisa Faktor Biopsikososial Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Wanita Menopause. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 19(2), 100-109.
- Cory'ah, F. A. N., & Wahyuni, I. G. A. P. S. (2019). Hubungan Sindrom Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menopause Diwilayah Kerja Puskesmas Ubung Kabupaten Lombok Tengah Tahun 2018. *Jurnal Kebidanan Akademi Kebidanan Jember*, 3(1), 8-16.
- Diyaningrum, F. (2022). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Hidup Pada Wanita Menopause di Wilayah Pesisir Desa Karanggondang. Diakses dari: https://eprints2.undip.ac.id/id/eprint/9617/1/Ferosa%20Diyaningrum_22020118120038-1.pdf

Nurul Aulya*, Novita Dewi Iswandari, Sarkiah, Rabia Wahdah

Universitas Sari Mulia

Korespondensi penulis: Nurul Aulya. *E-mail: darinurulaulya@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/mchc.v4i2.441>

Hubungan sindrom menopause dengan kualitas hidup Wanita

- Enggune, M., Purba, E., & Kakumboti, S. N. (2019). The anxiety of perimenopause women in facing menopause. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 2(1).
- Genazzani, M., & Birkhaeuser, A.R. (2018). Pre-Menopause, Menopause and Beyond. Diakses dari: <https://link.springer.com/book/10.1007/978-3-319-63540-8>
- Hekhmawati, S. (2016). Gambaran Perubahan Fisik dan Psikologis pada Wanita Menopause di Posyandu Desa Pabelan.
- Jamilah, A. (2023). Masalah-Masalah yang Terjadi pada Wanita Menopause di Desa Talusi Kecamatan Pamukan Selatan Kabupaten Kotabaru. Diakses dari: <https://repository.unism.ac.id/2454/>
- Juliana, D., & Yousriatin, F. (2023). Hubungan Spiritualitas Dengan Keluhan Masa Menopause Pada Wanita Pra-Lansia. *Jurnal Keperawatan'Aisyiyah*, 10(1), 81-86.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2022. Diakses dari: <https://www.kemkes.go.id/id/indonesia-health-profile-2022>
- Kusumaningrum, U. A., & Hidayati, R. N. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause.
- Mahayani, P. G. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Wanita Menopause di Desa Tegal Harum, Kecamatan Denpasar Barat. *Skripsi. Fakultas Kesehatan Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali (Stikkes Bali) Denpasar*.
- Nurlina, S. (2021). *Kualitas Hidup Wanita Menopause*. Media Sains Indonesia.
- Oktavianti, A., & Setyowati, S. (2020). Interaksi Sosial Berhubungan dengan Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 2(2), 120-129.
- Roseyanti, I. R., Iswandari, N. D., & Hasanah, S. N. (2024). Analisis Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Lok Batu. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 4(1), 37-55.
- Sari, A. S., & Susilawati, D. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause di Kelurahan Wonosari Kecamatan Ngaliyan Semarang. *Avicenna: Journal of Health Research*, 4(2).
- Sari, I. I., & Sudarmiati, S. (2021). Hubungan Tingkat Spiritualitas Wanita Menopause dengan Sindrom Menopause pada Daerah Pedesaan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 4(2), 38-46.
- Sulistiyowati, I., & Susilawati, D. (2021). Hubungan Sindrom Menopause Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause Di Kelurahan Genuk Kabupaten Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 4(2), 29-37.
- Suparni, I. E., & Yuli, R. (2016). *Menopause masalah dan penanganannya*. Deepublish.
- Trisetiyaningsih, Y. (2016). Hubungan Antara Gejala Menopause dengan Kualitas Hidup Perempuan Klimakterik. *Jurnal kesehatan samodra ilmu*, 7(1).
- Velasco-Téllez, C., Cortés-Bonilla, M., Ortiz-Luna, G., Sánchez-Zelayeta, L., Méndez-Serrano, H., Salazar-Jiménez, C., & Sánchez-Cevallos, A. (2020). Quality of life and menopause. In *Quality of Life-Biopsychosocial Perspectives*. IntechOpen.
- Yulizawati, Y., & Yulika, M. (2022). Mengenal Fase Menopause. Diakses dari: <http://repo.unand.ac.id/47678/1/Mengenal%20Fase%20Menopause%2Bcover.pdf?dbaaaimophlfcjceb>

Nurul Aulya*, Novita Dewi Iswandari, Sarkiah, Rabia Wahdah

Universitas Sari Mulia

Korespondensi penulis: Nurul Aulya. *E-mail: darinurulaulya@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/mchc.v4i2.441>