

**PENGARUH USIA MENARCHE TERHADAP USIA MENOPAUSE
PADA WANITA MENOPAUSE DI DESA JINGKANG BABAKAN
KACAMATAN AJIBARANG KABUPATEN BANYUMAS
TAHUN 2012**

*Dewi Rohmatika, Sumarni, dan Fitria Prabandari
Akademi kebidanan YLPP Purwokerto
Telp. (0281)641655, email : s_oemarnie@yahoo.com*

ABSTRACT

Introduction: Many factors related to the age of menopause. According Kasdu (2002), several factors, namely age at first menstruation, stress, use of contraceptive methods, family status (such as marital status, number of children and child-bearing age last), family history, occupation, income, smoking, and drinking alcohol. According Kasdu (2002), the younger a first menstruation, the older or the longer he is entering the age of menopause.

Objective: Describing the influence of menarche age to menopause age in postmenopausal women in the village of Babakan-Jingkang-Ajibarang-Banyumas in 2012.

Methods: This study is an analytical survey with a retrospective approach. The sample used is total sampling, and the respondents of this study were 76 postmenopausal women with simple regression linear analysis.

Results: The result showed that the average age of menarche is 14 years old and the average age of menopause is 49 years old. The Sign. value based on the calculated value of 0.001 is $\alpha = 0.05$ so that it can be concluded that the Sign. Value is <0.05 . Hence, H_0 is rejected and H_a is accepted. The correlation value (R_{xy}) is 0.373 less than 0.5. So, it can be concluded that the influence of menarche age to menopause age in menopausal women is categorized weak. With regression model $y = 57,760 - 0,643x$ (y =age menopause and x = age menarche).

Conclusion: There is an influence of menarche age to menopause age in menopausal women.

Suggestion: Health forces are expected to provide health education and comprehensive services to the human life cycle especially women, because they suffer two important things which are the specificity of women namely menarche and menopause.

Literature : 25 (2000-2010)

Key words: The age of menarche and menopause

ABSTRAK

Latar Belakang: Banyak faktor yang berhubungan dengan usia *menopause*. Menurut Kasdu (2002), beberapa faktor tersebut yaitu usia pertama kali menstruasi, stress, pemakaian metode kontrasepsi, status keluarga (seperti status perkawinan, jumlah anak dan usia melahirkan anak terakhir), riwayat keluarga, pekerjaan, pendapatan, merokok, dan minum alkohol. Menurut Kasdu (2002), semakin muda seorang mengalami haid pertama kalinya, semakin tua atau lama ia memasuki usia *menopause*.

Tujuan : Mengetahui pengaruh usia *menarche* terhadap usia *menopause* pada wanita *menopause* di Desa Jingsang Babakan Kecamatan Ajibarang Kabupaten Banyumas Tahun 2012.

Metode Penelitian : Penelitian ini adalah penelitian Survey analitik dengan pendekatan *retrospektif*. Sampel yang digunakan adalah *total sampling*, sampel penelitian ini adalah wanita *menopause* sebanyak 76 responden dengan analisa *regresi linear sederhana*.

Hasil : Dari hasil penelitian didapatkan rata-rata usia *menarche* 14 tahun dan rata-rata usia *menopause* 49 tahun. Nilai Sign. berdasarkan hasil perhitungan sebesar 0,001 dengan nilai $\alpha = 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa Sign. $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. nilai korelasi (R_{xy}) sebesar 0,373 kurang dari 0,5 dapat disimpulkan ada pengaruh usia *menarche* terhadap usia *menopause* pada wanita *menopause*, dengan kategori lemah. Model regresi yang diperoleh $y = 57,670 - 0,643x$ (y = usia *menopause* dan x = usia *menarche*).

Kesimpulan : Ada pengaruh usia *menarche* terhadap usia *menopause* pada wanita *menopause*,

Saran : Tenaga kesehatan diharapkan memberikan penyuluhan dan pelayanan yang komperhensif terhadap siklus kehidupan manusia terutama wanita, karena wanita mengalami dua hal penting yaitu *menarche* dan *menopause*.

Daftar pustaka : 25 (2000-2010)

Kata Kunci : Usia *menarche* dan *menopause*

PENDAHULUAN

Perkembangan laki-laki dan wanita masing-masing mempunyai karakteristik yang berbeda. Sepanjang hidupnya wanita mengalami dua hal penting, yang merupakan kekhususan bagi seorang wanita yaitu *menarche* dan *menopause*. Berdasar angka sementara sensus penduduk tahun 2000 rasio jenis kelamin penduduk Indonesia masih dibawah 100, menggambarkan penduduk

wanita Indonesia lebih banyak daripada penduduk pria. Sejalan dengan keadaan tersebut kualitas hidup perempuan perlu mendapat perhatian dari sejak lahir sampai menjelang usia tua (usia menopause). **Wanita di kota besar seperti Jakarta** rata-rata mengalami *menopause* di akhir usia 40-an tahun atau di awal 50 tahun, namun kini menurut penelitian terbaru, 1 dari 16 wanita berisiko *menopause* dini (Kartikawati, 2011). *Menopause* yang terjadi sebelum usia 45 tahun dianggap sebagai *menopause* yang cepat, tetapi *menopause* dini biasanya didefinisikan sebagai *menopause* yang terjadi sebelum usia 40 tahun. Akan tetapi, jika *menopause* anda tertunda sampai setelah usia 55 tahun, maka hal tersebut dianggap terlambat.

Seperti profil penduduk yang tergambar di salah satu Desa Jingkrang Babakan yang berada dalam Kecamatan Ajibarang Kabupaten Banyumas, pada tahun 2011 jumlah penduduk menurut umur dan jenis kelamin, di desa tersebut jumlah penduduk perempuan jauh lebih banyak dari laki-laki. Disana juga didapatkan jumlah usia lansia yang cukup banyak. Ada sekitar 76 jiwa perempuan sudah mengalami *menopause*, setelah dilakukan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada 10 wanita yang berusia diatas 40 tahun dan 6 wanita mengatakan telah tidak mengalami haid setelah umur 50 tahun dan usia *menarche* mereka dibawah 10 tahun, 2 wanita setelah 40 tahun dengan usia *menarche* 13 dan 14 tahun dan 2 diantaranya tidak mengalami haid lagi sebelum usia 40 tahun dengan usia *menarche* lebih dari 15 tahun.

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Menarche*

Menarche adalah perdarahan pertama dari uterus yang terjadi pada seorang wanita (Wiknjosastro, 2005). *Menarche* adalah periode menstrual yang pertama pada wanita (Kartono, 2000).

Usia remaja yang mendapat *menarche* bervariasi yaitu antara usia 10-16 tahun, tetapi rata-rata 12,5 tahun (Wiknjosastro, 2005), antara 11-15 tahun. Dengan penggolongan : *Menarche* dini yaitu usia 10-11 tahun, *menarche* normal yaitu usia 11-15 tahun, dan *menarche* terlambat yaitu usia > 15 tahun.

Menurut wiknjosastro (2005) faktor-faktor yang mempengaruhi *menarche* ada 3 yaitu faktor keturunan, keadaan gizi, dan kesehatan umum.

Gangguan dalam masa *menarche* meliputi *menarche* prekoks dan perdarahan (Prawiroharjo, 2007). *Menarche* dini, yaitu terjadinya menstruasi sebelum umur 10 tahun yang dikarenakan pubertas dini dimana hormone gonadotropin diproduksi sebelum anak usia 8 tahun. Hormon ini merangsang *ovarium* yang memberikan ciri-ciri kelamin sekunder. Disamping itu hormone gonadotropin juga akan mempercepat terjadinya menstruasi dini dan fungsi dari organ reproduksi itu sendiri (Prawirohardjo, 2009). Lamanya siklus dan perdarahan pada haid sangat bervariasi selama beberapa bulan sesudah *menarche*. Ada kalanya haid terjadi dengan perdarahan yang banyak, sehingga menggelisahkan orang tua, dalam keadaan tersebut perlu dilakukan pemeriksaan umum dan *ginekologik*. Selanjutnya perdarahan yang banyak pada wanita berusia antara 12 tahun sering disebut perdarahan juvenile (*juvenile bleeding*) yang ada kalanya dapat menyebabkan kematian (Prawirohardjo, 2009).

Menstruasi atau haid ialah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (*deskuamasi*) *endometrium* (Prawirohardjo, 2009). Pada siklus haid *endometrium* dipersiapkan secara teratur untuk menerima *ovum* setelah terjadi *ovulasi*, di bawah pengaruh secara ritmik hormone-hormon *ovarium*: *estrogen* dan *progesterone*. Pada setiap siklus haid, FSH (*Folikel Stimulating Hormon*) dikeluarkan oleh *lobus anterior hipofise* yang menimbulkan beberapa folikel primer yang dapat berkembang dalam *ovarium*. Folikel ini akan berkembang menjadi *folikel de graaf* yang membuat *estrogen*. *Estrogen* ini menekan produksi FSH, sehingga *lobus anterior hipofise* dapat mengeluarkan hormone gonadotropin yang kedua, yakni LH (*Luteninising hormone*). Bila penyaluran *relasing hormones* berjalan baik maka produksi gonadotropin akan baik pula, sehingga *folikel de graaf* selanjutnya makin lama makin menjadi matang dan makin banyak berisi *likuor follikuli* yang mengandung *estrogen*.

Estrogen mempunyai pengaruh terhadap endometrium yang menyebabkan endometrium tumbuh dan berfoliferasi disebut masa *poliferasi*. Dibawah pengaruh LH *folikel de graaf* menjadi lebih matang, mendekati permukaan *ovarium*, dan kemudian terjadilah *ovarium*. Setelah *ovulasi* terjadi, terbentuklah *korpus ruberum*, yang akan menjadi *korpus luteum* dibawah pengaruh hormone LH dan LTH (*luteotrophic hormone*). *Korpus luteum* menghasilkan hormone *progesterone*. *Progesterone* ini mempunyai pengaruh terhadap *endometrium* yang telah berpoliferasi dan menyebabkan kelenjar-kelenjarnya berkeluk-keluk dan bersekresi (masa sekresi). Bila tidak ada pembuahan, *korpus luteum* berdegenerasi dan mengakibatkan kadar *estrogen* dan *progesterone* menurun. Menurunnya kadar *estrogen* dan *progesterone* menimbulkan efek pada arteri yang berkeluk-keluk di *endometrium*. Tampak dilatasi dan statis dengan hyperemia yang diikuti oleh spasme dan iskemia. Setelah itu terjadi degenerasi serta perdarahan dan pelepasan *endometrium* yang *nekrotik*. Proses ini disebut haid atau menstruasi (Wiknjosastro, 2008).

B. Menopause

Dr. Boyke Dian Nugraha, Sp.O.G dalam Northrup (2006), menyebutkan bahwa menopause didefinisikan secara klinis sebagai waktu dimana seorang wanita tidak mengalami menstruasi selama satu tahun, yang diawali dengan tidak teraturnya periode menstruasi dan diikuti dengan berhentinya periode menstruasi. Menopause merupakan fase dalam kehidupan seorang wanita yang ditandai dengan berhentinya masa subur. Uwie (2008), mengatakan bahwa masa klimakterium ini berlangsung secara bertahap sebagai berikut : *Pre menopause*, *Menopause*, dan *Post menopause*.

Menopause adalah terhentinya ovulasi yang disebabkan oleh tidak adanya respon oosit indung telur (*ovarium*). *Menopause* bersamaan dengan penurunan estrogen (hormon seks wanita yang utama) menjadi 1/10 dari jumlah sebelumnya (Camellia, 2008). Penurunan hormon estrogen akan berlangsung dimulai pada awal masa klimakterium dan makin menurun pada

menopause, serta mencapai kadar terendah pada saat *pasca menopause* (Grady, Deborah, 2006).

Spencer & Brown (2007), menyatakan bahwa usia wanita memasuki *menopause* adalah 51 tahun, namun *menopause* juga dialami wanita pada rentang usia 45-55 tahun. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa usia seseorang mengalami *menopause* sangat bervariasi. Jika diambil rata-ratanya, seseorang akan mengalami *menopause* sekitar usia 45-55 tahun. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi usia *menopause* seorang wanita, antara lain: Usia saat haid pertama (*menarch*), beban pekerjaan, status perkawinan, jumlah anak, usia melahirkan, pemakaian kontrasepsi, kebiasaan alkohol, merokok, dan penyakit.

Gejala-gejala yang umum terjadi pada wanita *menopause* adalah gejala fisik seperti ketidakaturan siklus haid, *hot fluses* atau rasa panas pada wajah, leher dan dada yang berlangsung selama beberapa menit, berkeringat di malam hari, susah tidur, kekeringan vagina, dan libido ,menurun. Sedangkan gejala psikologis seperti mudah tersinggung, cemas, depresi, sering lupa, dan susah berkonsentrasi.

Menurut Kasdu (2002), upaya untuk mengurangi keluhan *menopause* diantaranya yaitu : Terapi Sulih Hormon (TSH), Olahraga, Nutrisi, Gaya hidup pemeriksaan kesehatan, Meningkatkan kehidupan religi dan Penggunaan jelly.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian Survey analitik dan menggunakan pendekatan *retrospektif*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode wawancara dan jawaban dituliskan dalam lembar *observasi*. Populasi penelitian ini adalah seluruh wanita *menopause* di Desa Jinkang Babakan tahun 2012. Pengambilan sampel dengan total sampling dimana semua anggota populasi diambil sebagai sampel yaitu sebanyak 76 responden.

Data yang sudah diperoleh akan dianalisis dalam berbagai bentuk analisis, yaitu: analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat menggunakan

rumus $\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n X_i}{n}$ sedangkan analisis bivariatnya menggunakan uji *regresi linear* sederhana. Analisis bivariat dilakukan dengan cara:

- 1) Menentukan koefisien regresi (R) untuk mengetahui pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat. Lalu mencari nilai Koefisien determinasi/KD untuk mengetahui seberapa besar pengaruh tersebut.
- 2) Menentukan tingkat signifikansi dari persamaan garis yang akan dibuat dengan menggunakan tabel Anova. Dikatakan signifikan apabila nilai sig < 0,05 atau kurang dari α .
- 3) Menentukan persamaan garis dengan menggunakan uji regresi linear sederhana, adapun persamaan garis regresinya sebagai berikut :

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1$$

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Univariat

Analisa univariat ini dilakukan terhadap tiap variabel dan menghasilkan distribusi, frekuensi dan presentase dari tiap variabel.

1) Usia *menarche*

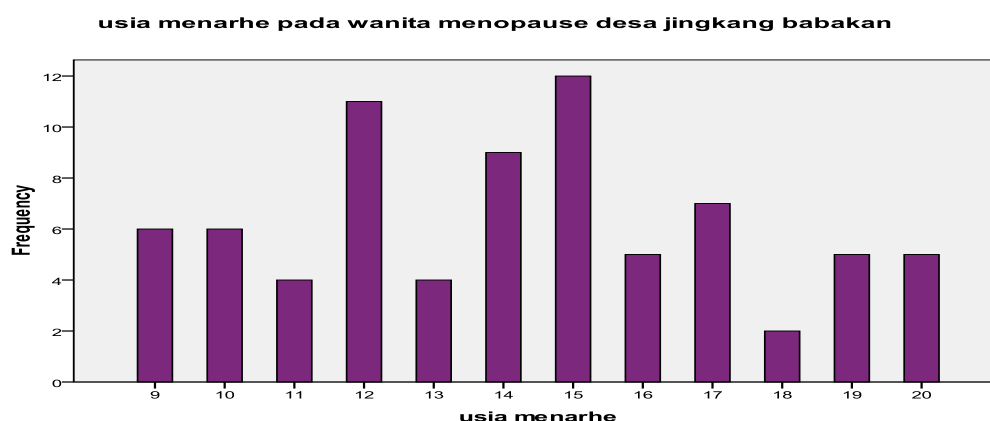


Diagram. 1. Distribusi Frekuensi Usia *Menarche* Responden di Desa Jingkrang Babakan Kecamatan Ajibarang Kabupaten Banyumas Tahun 2012

Berdasarkan diagram 1. diatas diketahui bahwa dari 76 responden wanita *menopause* rata-rata usia *menarche* yaitu 14,18 (14 tahun), usia

menarche minimum 9 tahun, dan usia *menarche* maksimum 20 tahun, dan usia *menarche* paling sering terjadi pada usia 15 tahun.

Menurut Wiknjosastro (2005), usia remaja yang mendapat *menarche* bervariasi yaitu antara usia 10-16 tahun, tetapi rata-rata 12,5 tahun antara 11-15 tahun. Dengan penggolongan sebagai berikut : *Menarche* dini yaitu usia 10-11 tahun, *Menarche* normal yaitu usia 11-15 tahun, dan *Menarche* terlambat yaitu usia > 15 tahun.

2) Usia *menopause*

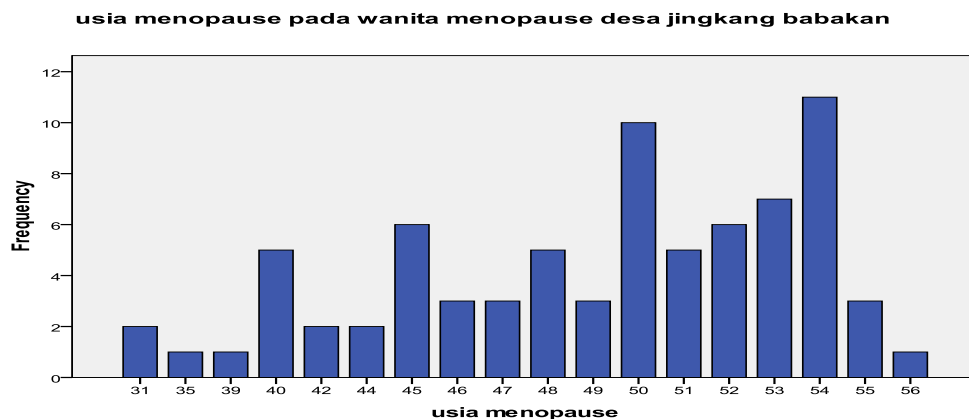


Diagram. 2. Distribusi Frekuensi Usia *Menopause* di Desa Jingkang Babakan Kecamatan Ajibarang Kabupaten Banyumas Tahun 2012

Berdasarkan Diagram 2. Di atas diketahui bahwa dari 76 responden wanita *menopause* rata-rata usia *menopause* 48.64 (49 tahun), usia *menopause* minimum yaitu 31 tahun, usia *menopause* maksimum 56 tahun, dan usia *menopause* paling sering terjadi pada usia 50 tahun. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori menurut Purwastyastuti (2005) mengatakan bahwa umumnya wanita Indonesia mengalami *menopause* di usia 45-55 tahun, tetapi ada beberapa wanita yang mengalami menstruasi terakhir sebelum umur 45 tahun, ada pula wanita yang sesudah berumur 57 tahun baru mendapatkan menstruasi terakhir (Purwanto, 2007).

		Change Statistics					
Analisis			R Square	F			Sig. F
BivariatModel	R	R Square	Change	Change	df1	df2	Change
1	.373 ^a	.139	.139	11.952	1	74	.001

Pengaruh Usia *Menarche* terhadap Usia *Menopause* di Desa Jingsang Babakan Kecamatan Ajibarang Kabupaten Banyumas Tahun 2012 berdasarkan tabel di atas dapat diketahui nilai Sign. berdasarkan hasil perhitungan diatas sebesar 0,001 dengan nilai $\alpha = 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa Sign. < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan ada pengaruh usia *menarche* terhadap usia *menopause* pada wanita *menopause*, dengan kategori lemah berdasarkan nilai korelasi (R_{xy}) sebesar 0,373 kurang dari 0,5 artinya pengaruh lemah antara usia *menarche* terhadap usia *menopause* di desa Jingsang Babakan. Pengaruh usia *menarche* sebesar 13, 9% usia *menopause* dan sisanya 86,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain.

Banyak faktor yang berhubungan dengan usia *menopause*. Menurut Kasdu (2002), beberapa faktor tersebut yaitu usia pertama kali menstruasi (*menarche*), stress, pemakaian metode kontrasepsi, status keluarga (seperti status perkawinan, jumlah anak dan usia melahirkan anak terakhir), riwayat keluarga, pekerjaan, pendapatan, merokok, dan minum alkohol. Selain itu, ada juga beberapa faktor lain diantaranya polusi air/udara, pengaruh toksin pathogen atau radiasi, perilaku gaya hidup modern, kebiasaan diet, olahraga, pengaruh matahari, perilaku seksual, dan gangguan mental (Aina Safitri, 2009).

Tabel 6. Coeficients

		B	Std. Error	Beta	sig.
1	(Constant)	57.760	2.701		.000
	usia menarhe pada wanita menopau se desa jingsang babakan	-.643	.186	-.373	.001

Berdasarkan table 6. diperoleh persamaan garis sebagai berikut :
 $Y = 57,760 - 0,643 X$

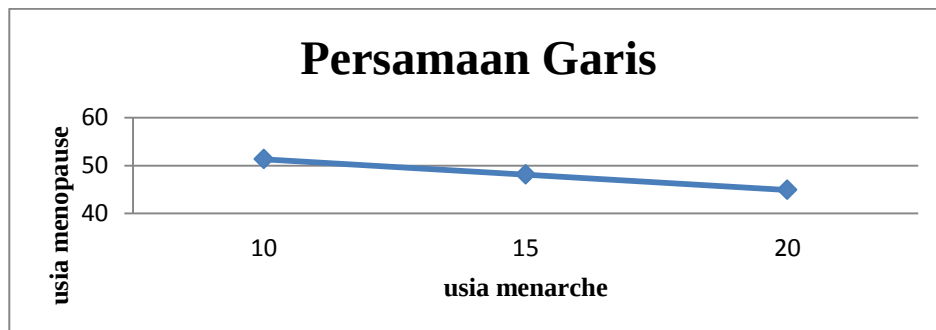
dimana y = usia *menopause*, x = usia *menarche*..

Jadi, jika $X = 9$ maka nilai $Y = 57,760 - 0,643.9 = 51,973$ (52 tahun)

jika $X = 15$ maka nilai $Y = 57,760 - 0,643.15 = 48,115$ (48 tahun)

jika $X = 20$ maka nilai $Y = 57,760 - 0.643.20 = 44,90$ (45 tahun)

Yang dapat digambarkan dalam sebuah grafik sebagai berikut :



Grafik 1.Persamaan Garis

Grafik diatas menunjukkan semakin dini usia *menarche* maka semakin lambat mengalami usia *menopause* dan semakin lambat mengalami *menarche* maka semakin dini mengalami *menopause*. Penelitian ini sesuai teori Kasdu (2002) yang mengatakan bahwa ada hubungan antara usia pertama kali mendapat haid dengan usia seorang wanita memasuki menopause. Semakin muda seorang mengalami haid pertama kalinya, semakin tua atau lama ia memasuki usia menopause.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang “Pengaruh Usia *Menarche* terhadap Usia *Menopause* pada Wanita *Menopause* di Desa Jingkang Babakan Kabupaten Banyumas Tahun 2012” disimpulkan sebagai berikut:

1. Rata-rata usia menarchenya yaitu 14 tahun, usia *menarche* minimum 9 tahun, usia *menarche* maksimum 20 tahun, dan yang sering terjadi pada usia 15 tahun.
2. Rata-rata usia *menopausenya* 49 tahun, usia *menopause* minimum yaitu 31 tahun, usia *menopause* maksimum 56 tahun, dan yang sering terjadi pada usia 50 tahun.

3. Ada pengaruh antara usia *menarche* dengan usia saat terjadinya *menopause* pada wanita *menopause*. Makin dini *menarche* terjadi, makin lambat *menopause* timbul. Sebaliknya, makin lambat *menarche* terjadi makin cepat *menopause* timbul. Model regresi yang diperoleh: $y = 57,760 - 0,643x$.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2006). Prosedur penelitian dan pendekatan praktek. Jakarta :Rineka Cipta

Departemen Kesehatan RI. (2005). Terjadi pergeseran usia menopause. <http://www.depkes.go.id/index.php?option=articles&task=viewarticle&artid=280>. Diakses 30 Oktober 2011

Departemen Kesehatan RI. (2007). Tips mempersiapkan menopause. Pada <http://www.depkes.go.id/index.php?option=articles&task=viewarticle&artid=53&itemid=3>. Diakses 30 Oktober 2011

Fox-Spencer, Rebecca dan Pam Brown. (2007). Simple guide menopause. Jakarta : Erlangga

Handayani, S. (2008). Menopause dini. <http://mimi-breastfriend.blogspot.com/2008/01/menopause-dini.html>. Diakses 30 Oktober 2011

Hidayat, A. A. (2007). Metode penelitian kebidanan dan teknik analisa data. Jakarta : salemba Medika

Irawati T. (2006). Menopause dalam usia lanjut kesrepro dot Info, Jakarta. Pada www.kesreproinfo.com. Diakses 30 Oktober 2011

J. Bohme, Caroline dan Rona B. Wharton. (2001). Kesehatan Wanita di Bawah Umur 40 Tahun. Jakarta : PT. Elex Media Komputindo

Jones, I, D. (2005). Setiap wanita. Jakarta : Delapratasa Publishing

Kartono,K. (2000). Kamus Psikologi. Bandung : Pionir Jaya

Kasdu, D. (2002). Kiat sehat dan bahagia di usia menopause. Cetakan pertama, penerbit pustaka pembangunan swadaya nusantara, Jakarta : Puspa swara

Lestari, Dwi. (2010). Seluk beluk menopause. Jogjakarta : Garai ilmu

Livoti, carol dan Elizabeth Topp. (2006). Menyingkap Tabir yang Selama Ini Tersembunyi tentang Vagina. Jakarta : PT. Indeks

Manuaba, I,B,G. (2005). Memahami kesehatan reproduksi wanita. Jakarta : Arcan

Northrup C. (2006). Bijak di saat menopause. Jakarta : Q-Press
Notoatmodjo, S. (2005). Promosi Kesehatan teori dan aplikasi. Jakarta : Rineka Cipta

Paath, E dkk. (2005). Gizi dalam Kesehatan Reproduksi. Jakarta : EGC

Prawiryohardio, S. (2007). Ilmu Kandungan . Jakarta : Tridasa Printer

Safitri, Aina. (2009). Beberapa Faktor yang Mempengaruhi Menopause pada Wanita Kelurahan Titi Papan Kota Medan Tahun 2009 [skripsi]. Medan: Fakultas Kedokteran, Universitas Sumatera Utara

Santjaka, A.(2009). Bio statistik untuk praktisi tentang kesehatan dan mahasissea kedokteran, kesehatan lingkungan, keperawatan, kebidanan, gizi, kesehatan masyarakat. Purwokerto : Global Internusa

Spencer, R. F., & Brown, P. (2007). Menopause. Jakarta : Erlangga

Varney, dkk. (2004). Buku ajar asuhan kebidanan Vol 1 edisi 4. Jakarta : EGC

Wiknjosastro, H. (2005). Ilmu Kebidanan. Jakarta : YBP-BP

Yatim, F. (2001). Haid tidak wajar dan menopause. Edisi Pertama. Jakarta : Pustaka Populer Obor

Yuniati, S. (2010). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Waktu Menarche pada Remaja Putri Siswi Kelas VII di SMP Negeri 1 Patikraja Thun 2010. Purwokerto : AKBID YLPP PURWOKERTO