

PENGARUH MENOPAUSE PADA WANITA UMUR 45-60 TERHADAP PERUBAHAN *BODY IMAGE* DI DUSUN KAWAE DESA MARIA UTARA KECAMATAN WAWO KABUPATEN BIMA TAHUN 2019

Nurwahidah^{1(CA)}

^{1(CA)} Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mataram, Indonesia; wahidahn18@gmail.com
(Corresponding Author)

ABSTRACT

Background: Menopause is the cessation of the menstrual cycle mainly due to the inability of the neurohumoral system to maintain its periodic stimulation of the endocrine system, baziad mentions menopause as the last uterine bleeding which is still managed by ovarian hormones.

Objective: To determine the effect of menopause on women aged 45-60 to change body image in Kawae Hamlet, Maria Utara Village, Wawo District.

Method: The design of this study used a descriptive analytic method with a cross sectional approach where the research was carried out by measuring or observing at the same time or once in a while between the independent variable and the dependent variable with a sample size of 28 respondents. The research instrument used was a questionnaire and analyzed data using the T test with a significant level ($\alpha = 0.00$).

Results: the study showed that respondents with menopause were 28 people (100%) and respondents who experienced a body image change of 19 people (67.9). The results of dialysis data with the T-Test $p = 0,000 < \text{value } \alpha 0.05$ because the value of $p = 0,000 < \text{value } \alpha = 0.05$ then it means that H_0 is rejected H_a accepted.

Conclusion: There is an effect of menopause on body image changes in women aged 45-60 in Kawae Hamlet, Maria Utara Village, Wawo District.

Keywords: Menopause, Body Image

ABSTRAK

Latar belakang : Menopause adalah berhentinya siklus haid terutama karena ketidak mampuan sistim neurohumoral untuk mempertahankan stimulasi periodiknya pada sistim endokrin, baziad menyebutkan menopause sebagai perdarahan Rahim terakhir yang masi di atur oleh hormone ovarium.

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh menopause pada wanita umur 45-60 terhadap perubahan *Body image* Di Dusun Kawae Desa Maria Utara Kecamatan Wawo.

Metode : Desain penelitian ini menggunakan metode *deskriptif analitik* dengan pendekatan *cross sectional* dimana penelitian ini dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan atau sekali waktu antara variable independen dan variable dependen dengan jumlah sampel sebanyak 28 responden, Adapun instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner dan data dianalisis menggunakan uji T test dengan tingkat signifikan ($\alpha = 0,00$).

Hasil: penelitian menunjukkan bahwa responden dengan menopause sebanyak 28 orang (100%) dan responden yang mengalami perubahan body image sebanyak 19 orang (67,9). Hasil data dialisis dengan uji T-Test $p = 0,000 < \text{nilai } \alpha 0,05$ karena nilai $p = 0,000 < \text{nilai } \alpha = 0,05$ maka artinya H_0 di tolak H_a di terima.

Kesimpulan : Terdapat pengaruh menopause terhadap perubahan body image pada wanita umur 45-60 Di Dusun Kawae Desa Maria Utara Kecamatan Wawo

Kata Kunci : Menopause, *Body Image*

PENDAHULUAN

Menopause menurut arti katanya, menopause berasal dari kata ‘men’ berarti bulan, ‘pause, pausis, paudo’ berarti priode atau tanda berhenti, sehingga menopause diartikan sebagai berhentinya secara definitif menstruasi. Menopause secara teknik menunjukkan berhentinya menstruasi, yang dihubungkan dengan berakhirnya fungsi ovarium secara gradual yang disebut klimakterium (Sujianti & Chandra, 2012).

Menopause adalah berhentinya siklus haid terutama karena ketidakmampuan sistem neurohumoral untuk mempertahankan stimulasi periodiknya pada sistem endokrin, biasanya menyebutkan menopause sebagai perdarahan rahim terakhir yang masih diatur oleh hormon ovarium. Istilah menopause digunakan untuk menyatakan suatu perubahan hidup dan pada saat itulah seseorang wanita mengalami periode terakhirnya masa haid.

Produksi hormon estrogen dan progesterone di ovarium sehingga masa reproduksi wanita menjadi berakhir. Konotasi positif dari kata berakhirnya masa reproduksi wanita adalah telah selesailah tugas mulia yang diemban oleh kaum wanita. Jadi masa menopause biasa berarti determinasi dimana kita mesti menyadari bahwa wanita memiliki dan mengemban tugas mulia melalui fungsi dan kemampuan reproduksinya.

Sementara itu, ilmu pengetahuan menerangkan menopause sebagai masa berakhirnya menstruasi atau haid, dan sering dianggap menjadi momok dalam kehidupan wanita. Padahal, sebagaimana penjelasan tafsir sebagian besar wanita mulai mengalami gejala menopause pada usia 40-an dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun. Kebanyakan mengalami gejala kurang dari 5 tahun dan sekitar 25% lebih dari 5 tahun. Namun bila diambil rata-ratanya, umumnya seorang wanita akan mengalami menopause sekitar usia 45-60 tahun (Koentoro Z, 2002).

Secara psikis, wanita yang sudah mengalami menopause merasa sangat stres dan depresi dengan kondisi yang mereka alami. Depresi yang dialami oleh wanita yang menopause akan sangat berdampak pada body image. Hal ini berkenaan dengan kehilangan perannya sebagai wanita dan harus menghadapi masa tuanya. Pada saat wanita memasuki usia menopause atau sudah mengalami menopause maka mereka akan mengalami krisis moral dan kepercayaan diri. Hal ini akan sangat mempengaruhi bagaimana body image yang ada pada wanita tersebut.

Gambaran diri (*Body image*) adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran dan bentuk, fungsi, penampilan, dan potensi tubuh. Gambaran diri merupakan sesuatu yang dinamis sebab terus-menerus berubah dengan persepsi dan pengalaman baru, yang merupakan sasaran atau pelindung penting dari perasaan-perasaan seseorang, kecemasan, dan nilai-nilai (Soeyanto, 2003).

Gambaran diri adalah bagian dari konsep diri yang mencakup sikap dan pengalaman yang berkaitan dengan tubuh, termasuk pandangan tentang maskulinitas dan femininitas, kegagahan fisik, daya tahan, dan kapabilitas. Gambaran diri berkembang secara bertahap selama beberapa tahun sejalan dengan anak belajar mengenai tubuh dan struktur mereka, fungsi, kemampuan, dan keterbatasan mereka.

Gambaran diri dapat berubah dalam beberapa, jam, hari, minggu atau bulan, bergantung pada stimuli eksternal pada tubuh dan perubahan aktual dalam penampilan, struktur atau fungsi. Cara orang lain melihat tubuh kita juga mempunyai pengaruh (Soeyanto, 2003).

Perubahan-perubahan yang terjadi baik fisik maupun psikologis tersebut sangat perlu untuk dipahami oleh wanita yang mengalami menopause itu sendiri, juga orang disekitarnya. Karena dengan mengetahui gejala-gejala fisik maupun psikologis yang menyertai menopause yang mungkin belum diketahui oleh sebagian besar wanita, maka akan sangat membantu kesiapan dan body image wanita yang mengalami menopause selain itu, pihak keluarga juga diharapkan dapat merespon secara tepat sehingga tidak membuat wanita yang mengalami menopause mereka tertekan dan sia-sia memandang hidupnya.

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 15 oktober 2018 peneliti memperoleh data berdasarkan wawancara, dan data yang dapat di masyarakat Dusun Kawae Desa Maria Utara Kecamatan Wawo Kabupaten Bima di 3 RT: 10,11,12 dengan masing-masing RT ada jumlah kartu keluarganya RT:10 kartu keluarganya sebanyak 54. RT:11 jumlah kartu keluarga sebanyak 92 dan RT:12 jumlah kartu keluarga sebanyak 66. dengan jumlah wanita menopause 28 orang wanita menopause, yang dilakukan wawancara 7 orang mereka mengatakan mereka merasakan badan mereka terasa berat.

Pemilihan lokasi penelitian didasarkan antara lain pada kemudahan aksesibilitas data maupun birokrasi kegiatan penelitian semacam ini. Alasan lainnya adalah karena masyarakat di lingkungan desa wawo berpendidikan rendah (90% SD-SMP), terutama warga yang usianya masuk dalam kategori usia menopause penelitian ini.

Dari uraian tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian untuk mempelajari " pengaruh menopause pada wanita umur 45-60 terhadap perubahan body image Tahun 2018-2019". Di Dusun Kawae Desa Maria Utara Kecamatan Wawo Kabupaten Bima. Dimana penelitian ini bertempat di Kecamatan Wawo Kabupaten Bima.

METODE

Desain penelitian menggunakan metode deskriptif analitik dengan one cross sectional. Dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh wanita yang masuk kedalam rentang usia wanita yang memasuki masa menopause, yaitu yang berumur 45 tahun - 60 tahun di dusun kawae desa maria utara kecamatan wawo kabupaten bima. Tehnik pengambilan sampel yang digunakan adalah "nonprobability sampling". Tehnik pengumpulan data, menggunakan pedoman observasi dan questioner. Dalam penelitian ini, lembar questioner yang digunakan adalah dengan menggunakan pertanyaan mengenai Body Image.

Pada kuesioner untuk menopause. Jika ibu menopause menjawab ya nilainya 2, tidak nilainya 1. body image Baik: Bila responden memperoleh skor 76%-100% dengan nilai 15-20, Cukup: Bila responden memperoleh skor 56%-75% dengan nilai 11-14 dan Kurang: Bila responden memperoleh skor $\leq 55\%$ dengan nilai ≤ 10 .

Untuk menghindari masalah etika penelitian, sebelum melakukan pengumpulan data, peneliti memberikan penjelasan tentang tujuan dan sifat keikutsertaan dalam kegiatan penelitian bersifat sukarela. Untuk menjaga agar identitas sampel penelitian tidak diketahui oleh umum, maka peneliti memberikan kode sampel penelitian untuk setiap kuesioner yang dibagikan dan data penelitian dipublikasikan atau dipresentasikan dalam bentuk data berkelompok bukan data individu.

HASIL

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan cross sectional. Tempat penelitian dilakukan di dusun kawae desa maria utara kecamatan wawo kabupaten bima. Total sample dalam penelitian ini adalah 28 responden.

1. Karakteristik penderita Menopause

Tabel 4.6 Distribusi frekuensi responden berdasarkan perubahan menopause di dusun kawae desa maria utara Kecamatan wawo kabupaten bima.

No	Menopause	N	%
1	Ya	28	100
2	Tidak	0	0
Total		28	100

2. Karakteristik perubahan *body image*.

Responden pada penelitian ini adalah semua ibu menopause yang berumur 45-60 di dusun kawae desa maria utara kecamatan wawo kabupaten bima :

Tabel 4.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan perubahan *body image* di dusun kawae desa maria utara Kecamatan wawo kabupaten bima.

No	Body image	N	%
1	Baik	19	67.9
2	Cukup	9	32.1
3	Kurang	0	0
Total		28	100

3. Analisis perbedaan

Analisis Bivariat dimaksudkan untuk melihat hubungan antara variabel-variabel yang diteliti dengan melihat hipotesis yang telah ditetapkan yaitu pengaruh menopause pada wanita umur 45-60 terhadap perubahan *body image* di dusun kawae desa maria utara Kecamatan wawo kabupaten bima. Tabel 4.9 Tabulasi Silang Hasil Pengukuran menopause dan *body image* di dusun kawae desa maria utara Kecamatan wawo kabupaten bima.

No	Menopause	Body image						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		N	%
		N	%	N	%	n	%	N	%
1	Ya	4	14,3	2	7,1	0	0	6	21,4
2	Tidak	15	53,6	7	25,0	0	0	22	78,6
Jumlah		19	67,9	9	32,1	0	0	28	100
Uji One Sample T-Test		Test		$p = 0,000$					

Berdasarkan hasil analisa One Sample T-Test diketahui nilai rata perubahan body image sebesar 1.32 dengan standar deviasi 0.90 menopause sebesar 2.00 dengan standar deviasi 0.90. nilai p.valaue (sig.2-tailed) sebesar 0.000 dimana kurang dari (<0.05) sehingga dapat ditarik kesimpulan H_0 di tolak dan H_a diterima yaitu ada pengaruh menopause pada wanita umur 45-60 terhadap perubahan body image.

PEMBAHASAN

Pembahasan pada penelitian ini akan difokuskan pada pengaruh menopause terhadap perubahan body image di dusun kawae desa maria utara Kecamatan wawo kabupaten bima.

Wanita yang menopause akan mengalami banyak perubahan, baik fisik maupun psikis yang dapat mempengaruhi berbagai kehidupan wanita. Pada saat menopause, wanita akan mengalami perubahan-perubahan di dalam organ tubuhnya yang di sebabkan oleh bertambahnya usi. Usia dari hari ke hari akan terus beralan dan setiap orang seiring dengan bertambahnya usia tidak akan lepas dari predikat tua. Dengan bertambahnya usia maka gerak-gerik ,tingkah laku, cara berpakaian dan bentuk tubuh mengalami suatu perubahan. Adapun berbagai gejala yang menyertai menopause akan di alami oleh wanita yang mengalami menopause tersebut antara lain jantung berdebar-debar, insomnia (susah tidur), depresi, gangguan libido (hasrat seks) berat badan bertambah, nyeri tulang otot, cepat lelah, mudah lupa. Hal ini karena pengaruh dari kerja hormon estrogen yang di miliki oleh wanita. Dimana, ketika menopause mak hormon akan mengalami penurunan atau kurang . tetapi tidak semua wanita yang mengalami menopause mengalami gejala secara lengkap seperti yang di sebutin di atas. Hal ini di pengaruhi oleh beberapa factor, antara lain pola makan ketika masih menstruasi dahu, kebiasaan olahraga cara berpikir, dalam arti cara mereka memandang hidupnya yang sekarang sudah berada di usia tua. Berdasarkan penelitian perubahan fisik yang di alami oleh responden adalah penglihatan Kabul, kekutan fisik menurun, mudah lelah, bentuk tubuh kurang ideal

Hubungan menopause pada wanita umur 45-60 dengan perubahan body image

Penelitian menunjukkan bahwa responden dengan menopause sebanyak 28 orang (100%) dan responden yang mengalami perubahan body image sebanyak 19 orang (67,9). Hasil data dialisis dengan uji T-Test $p = 0,000 < \text{nilai } \alpha 0,05$ karena nilai $p = 0,000 < \text{nilai } \alpha = 0,05$ maka artinya H_0 di tolak H_a di terima.

Pada table 4.2 menggambarkan bahwa responden sebanyak 28 Orang, yang berumur 45-50 sebanyak 11 orang (39,3%), yang berumur 51-60 orang sebanyak 17 orang(60,7%) Dari hasil penelitian yang saya lakukan banyak responden yang mengatakan bentuk tubuhnya tidak ideal lagi saat berhentinya menstruasi atau disebut menopause.

Body image adalah komponen yang penting dalam hidup manusia karna apabila terdapat gangguan pada body image dapat mengakibatkan banyak hal seperti gangguan pola makan, diet yang tidak sehat,depresi. Menurut ftriangel-moore dan franko,2002 .

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa responden mengatakan pengaruh menopause terhadap perubahan body image tergantung pola hidup

responden mengatakan tidak puas dengan wajah dan bentuk tubuhnya. Merujuk pada hasil penelitian pada master tabel menunjukkan bahwa responden yang termasuk dalam kategori ini adalah berjenis kelamin perempuan dengan usia 45-60 tahun memiliki tingkat pendidikan SD

Umur berhubungan dengan tingkat pengetahuan pasien dimana umur lebih tua memiliki pengalaman dalam hal pengetahuan mengenai pengaruh menopause terhadap perubahan body image dibandingkan dengan usia muda, selain itu usia lebih muda lebih cenderung khawatir tentang prognosis penyakitnya karena mereka berpikir tentang masa depannya sehingga mereka lebih mengharapkan pelayanan yang lebih optimal,

Tingkat pendidikan berhubungan dengan tingkat pengetahuan pasien dimana tingkat pendidikan kurang karna pendidikanya SD sehingga mempengaruhi persepsi pasien dalam menilai pelayanan yang diberikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan pada bab-bab sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Kejadian menopause pada wanita umur 45-60 Tahun di Dusun Kawae Desa Maria Utara Kecamatan Wawo
2. Perubahan body image pada wanita umur 45-60 di Dusun Kawae Desa Maria Utara Kecamatan Wawo dalam kategori baik.

Terdapat pengaruh menopause terhadap perubahan body image pada wanita umur 45-60 di Dusun Kawae Desa Maria Utara Kecamatan Wawo

DAFTAR PUSTAKA

- Dwi, s. (2011). Dampak menopause terhadap konsep diri wanita yang mengalami menopause dikelurahan trengguli kecamatan jenawi kabupaten karanganyar. Vol 2 (I) . (9-16)
- Damayanti, F. N. (2012). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Upaya Penanganan Ibu Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Kelurahan Genuksari Kecamatan Genuk Kota Semarang. *Jurnal Dinamika Kebidanan*, 2(1).

- Sujianti & Chandra. 2012. *Buku Ajar Psikologis Kebidanan*. Jakarta: CV.Trans Info Media.
- Lombogia, M. (2014). Hubungan Perubahan Fisik Dengan Kecemasan Wanita Usia 40-50 Tahun Dalam Menghadapi Menopause Di Kelurahan Papusungan Kecamatan Lembeh Selatan. *Jurnal Ilmiah Perawat Manado*, 3(2).
- Manuaba, I. A. C., Ida, B. G., Maryunani, A., PusPita, E., Medika, P. B. N. (2007). Asuhan Kebidanan, I. V. EGC.
- Nursalam, M. Nurs. 2015. *Panduan Penyusunan Studi Kasus*. *nursalam-studikamus-. pdf*,
- Nizam & Y. H. A (2014), factor-faktor yang mempengaruhi citra tubuh pasien diabetes mellitus yang mengalami ulkus diabetes.vol.1 no.2 oktober 2014.
- Ratri, DA, Sri Hartati. (2011). Hubungan Antara Body image dengan Asertivitas terhadap pasangan pada wanita menopause. Vol 1 (1-9)
- Sugiyono, P. D. (2010). Metode penelitian pendidikan. *Pendekatan Kuantitatif*.
- Sujarweni, V. W. (2014). *DMetodologi penelitian*.