

# CITRA TUBUH, HARGA DIRI DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KUALITAS HIDUP WANITA MENOPAUSE

Nengah Runiari

Nyoman Hartati

D A Ketut Surinati

Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar

[Jurkep\\_runiarin@yahoo.co.id](mailto:Jurkep_runiarin@yahoo.co.id)

**Abstract:** *Body image, self-esteem and self-confidence with the quality of life of menopausal women. The aim of this study was to determine the relationship between body image, self-esteem and self-confidence with the quality of life of menopausal women. The study design was correlational study design. The study was conducted in Banjar village Bejuh Sesetan Outspoken South Denpasar in 2014. The sample with purposive sampling technique with a sample size of 45 people. The instrument used to measure body image is MBSRQ - US (Multidimensional Body - Self Relations Questionnaire-Appearance Scale), measuring instruments for self-esteem is Rosenberg Self Esteem and measuring devices for the confidence with Epsilon Sigma Scale and quality of life measurement tool that WHOQoL. Data analysis using logistic regression. Based on the results of the study found no relationship between body image (  $p = 0.019$ ,  $OR = 6667$  ) and confidence with the quality of life of menopausal women (  $p = 0.049$ ,  $OR = 5,063$  ), but there was no relationship between self-esteem to quality of life (  $p = 0082$  ). The dominant factor is the quality of life associated with body image (  $p = 0.016$ ,  $OR = 6.87$  ).*

**Abstrak :** **Citra Tubuh, Harga Diri dan Kepercayaan Diri dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh, harga diri dan kepercayaan diri dengan kualitas hidup wanita menopause. Desain penelitian adalah rancangan studi korelasional. Penelitian dilakukan di Banjar Lantang Bejuh Kelurahan Sesetan Denpasar Selatan pada tahun 2014. Pemilihan sampel dengan tehnik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 45 orang. Instrumen yang digunakan untuk mengukur citra tubuh yaitu MBSRQ-AS (*Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire - Appearance Scale*), alat ukur untuk harga diri yaitu *Rosenberg Self Esteem* dan alat ukur untuk kepercayaan diri dengan *Skala Sigma Epsilon* serta alat ukur kualitas hidup yaitu WHOQoL. Analisis data dengan menggunakan regresi logistic. Hasil penelitian ditemukan ada hubungan antara citra tubuh ( $p=0.019$ ,  $OR=6.667$ ) dan kepercayaan diri dengan kualitas hidup wanita menopause ( $p=0.049$ ,  $OR=5.063$ ), tetapi tidak ada hubungan antara harga diri dengan kualitas hidup ( $p=0.082$ ). Faktor yang paling dominan berhubungan dengan kualitas hidup adalah citra tubuh ( $p=0.016$ ,  $OR=6.87$ ).

**Kata kunci:** Citra tubuh, harga diri, kepercayaan diri, kualitas hidup menopause

Pembangunan di Indonesia saat ini bisa dikatakan cukup berhasil di berbagai bidang baik ekonomi, sosial maupun kesehatan sehingga tingkat kesejahteraan masyarakat Indonesia saat ini sudah cukup meningkat, namun masih banyak masalah kesehatan terutama kesehatan perempuan yang belum

banyak berubah. Indikator keberhasilan di bidang kesehatan salah satunya adalah meningkatnya umur harapan hidup. Umumnya, perempuan memiliki Umur Harapan Hidup (UHH) lebih tinggi daripada pria (Ruwaida, 2010).

Seiring dengan meningkatnya umur harapan hidup maka angka harapan hidup perempuan pun meningkat dan semakin bertambah pula jumlah perempuan menopause dan hal ini berdampak terhadap kesehatan perempuan. Secara kodrati, perempuan mengalami fase perubahan fisiologis yang berbeda dengan yang dialami laki-laki. Mengawali masa remajanya wanita mengalami menstruasi yang kemudian secara normal terjadi setiap bulan selama masa usia reproduktif. Selanjutnya mereka akan menjalani masa hamil dan menyusui yang melelahkan. Fase reproduktif ini diakhiri dengan datangnya masa menopause yang umumnya mulai terjadi pada usia 45 tahun (De Santis & Lydia dalam Palupi, 2010)

Berdasarkan data dari WHO (*World Health Organization*) tahun 2010 jumlah wanita di dunia yang memasuki fase menopause diperkirakan mencapai 1.2 milyar orang. Jumlah wanita menopause di Indonesia tahun 2012 sebanyak 14 juta orang bahkan pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta wanita yang akan mengalami menopause (Achadiat, 2012). Peningkatan umur harapan hidup juga terjadi di Propinsi Bali, berdasarkan hasil Rikesdas tahun 2007 jumlah umur harapan hidup pada tahun 2012 adalah 70 tahun. Pada tahun 2012 di Provinsi Bali jumlah wanita diperkirakan mengalami fase menopause sebanyak 522.350 orang (BPS, 2012).

Menopause merupakan proses dimana terjadi penurunan produksi hormon estrogen secara tajam sehingga mengakibatkan wanita mengalami perubahan status fisik dan emosional (Reeder, 2011 dan Vikar, 2009). Umumnya wanita Indonesia mengalami menopause di usia 45-53 tahun (Depkes, 2005).

Walaupun menopause menjadi hal yang alamiah bagi wanita, namun efek sampingnya banyak mempengaruhi kehidupan sosial dan kehidupan pribadi bila tidak siap menghadapinya. Gejala-gejala dan perubahan-perubahan yang terjadi khususnya perubahan fisik tersebut dapat

mengakibatkan perubahan gambaran diri atau citra tubuh. Citra tubuh merupakan penampilan seseorang terhadap dirinya untuk dihadapkan atau ditujukan kepada orang lain (Kinanti, 2009). Cash 2000 (dalam Sari 2009) menyatakan ada lima komponen citra tubuh yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan persepsi terhadap ukuran tubuh. Cara individu memandang dirinya mempunyai dampak yang penting dalam aspek psikologisnya mempengaruhi kualitas hidup (Ravi, 2011 dan Sari, 2009).

Pada wanita menopause muncul kekhawatiran menjadi tua dan berkurang daya tariknya. Di samping itu dengan menurun bahkan berhentinya hormon estrogen berpengaruh pada hilangnya tanda-tanda kecantikan yang selama ini menjadi ciri khas wanita yang dibanggakan. Mereka sangat cemas dan takut membayangkan munculnya keriput-keriput pada kulitnya dan tanda-tanda lainnya. Keyakinan ini membuat wanita merasa dirinya sudah tidak menarik lagi. Kecemasan pada wanita menopause menjadi bertambah karena merasa khawatir kalau suaminya mencari pasangan lagi yang lebih muda. Rasa kurang daya tarik diwujudkan dalam bentuk mudah tersinggung atau bahkan marah yang meledak-ledak, peka dan gampang berubah-ubah. Bagi sebagian wanita timbul krisis kepercayaan diri sehingga mulai menarik diri dari lingkungan.

Hasil penelitian yang dilakukan Damayanti & Purnamasari (2012) tentang harga diri wanita menopause di penduduk Desa Kondangjajar ditemukan bahwa wanita yang mengalami masa menopause cenderung merasa tidak percaya diri dengan perubahan yang terjadi dalam dirinya terutama perubahan fisik sehingga individu berusaha untuk memperbaiki penampilan dengan menggunakan berbagai obat kecantikan. Bahkan muncul rasa sudah tidak berguna lagi sehingga menjadikan kualitas hidupnya negatif.

Kualitas hidup merupakan keadaan dimana seseorang mendapatkan kepuasan

atau kenikmatan dalam kehidupan sehari-hari. Kualitas hidup tersebut menyangkut kesehatan fisik dan kesehatan mental (Saragih, 2010). Menurut WHO (2002), ada lima domain kualitas hidup wanita menopause yaitu *health* (kesehatan fisik), *psychological health* (kesehatan psikologis), *level of independence* (tingkat aktivitas), *social relationship* (hubungan social) dan *environment* (lingkungan). Hasil penelitian Saputra (2011) mengenai kualitas hidup wanita menopause di Posyandu Lansia Puskesmas Nanggalo Kota Padang, dari 17 responden dengan depresi, 8 orang (47%) mempunyai kualitas hidup yang kurang. Dari 83 responden tanpa depresi, 33 orang (39,7%) memiliki kualitas hidup yang kurang. Secara total, 41% responden mempunyai kualitas hidup yang kurang.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui faktor dominan yang berhubungan dengan kualitas hidup wanita menopause di Banjar Lantang Bejuh Kelurahan Sesetan Denpasar Selatan.

## METODE

Penelitian ini menggunakan jenis rancangan studi korelasional dengan pendekatan cross sectional. Instrument penelitian terdiri dari alat ukur citra tubuh yaitu MBSRQ-AS (*Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire - Appearance Scale*), alat ukur untuk harga diri yaitu *Rosenberg Self Esteem Test*, alat ukur kepercayaan diri menggunakan Kuesioner Skala Sigma- Epsilon dan alat ukur kualitas hidup menggunakan Kuesioner WHOQoL.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh wanita usia 45-50 tahun yang berdomisili di Banjar Lantang Bejuh Kelurahan Sesetan Denpasar Selatan sebanyak 50 orang. Sampel diambil dari wanita usia 45-53 tahun memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Dalam Penelitian ini digunakan teknik *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling*.

Analisis data dengan menggunakan regresi logistik untuk menentukan faktor dominan yang berhubungan dengan kualitas hidup wanita menopause.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik wanita menopause dalam penelitian ini meliputi: pendidikan, pekerjaan dan penghasilan. Hasil penelitian dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Responden berdasarkan Pendidikan, Pekerjaan dan Penghasilan

| No | Karakteristik Responden  | Jml | %    |
|----|--------------------------|-----|------|
| 1. | Tingkat Pendidikan :     |     |      |
|    | a. SD                    | 7   | 15.6 |
|    | b. SMP                   | 2   | 4.4  |
|    | c. SMA                   | 8   | 17.8 |
|    | d. Perguruan Tinggi      | 28  | 62.2 |
|    | Jumlah                   | 45  | 100  |
| 2. | Pekerjaan                |     |      |
|    | a. Tidak Bekerja         | 10  | 22.2 |
|    | b. Bekerja               | 35  | 77.8 |
|    | Jumlah                   | 45  | 100  |
| 3. | Penghasilan              |     |      |
|    | a. Tidak ada penghasilan | 10  | 22.2 |
|    | b. < 1.7 juta/bulan      | 8   | 17.8 |
|    | c. >1.7 juta/bulan       | 27  | 60.0 |
|    | Jumlah                   | 45  | 100  |

Berdasarkan pada tabel 1, diketahui bahwa sebagian besar (62.2%) responden berpendidikan terakhir perguruan tinggi. Ditinjau dari pekerjaan sebagian besar responden (77.8%) bekerja dengan penghasilan terbanyak > 1.7 juta/bulan.

Citra Tubuh responden dikategorikan menjadi citra tubuh negatif (nilai 0-111) dan Citra tubuh positif (nilai  $\geq 112$ ). Berdasarkan perhitungan didapatkan citra tubuh responden sebagai berikut:

Tabel 2. Citra Tubuh Wanita Menopause

| No | Citra Tubuh         | Jml | %    |
|----|---------------------|-----|------|
| 1. | Citra Tubuh negatif | 22  | 48.9 |
| 2. | Citra Tubuh positif | 23  | 51.1 |
|    | Jumlah              | 45  | 100  |

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa hampir berimbang antara citra tubuh positif dengan citra tubuh negatif. Sebagian responden (51.1%) dengan citra tubuh positif.

Harga diri responden dikategorikan menjadi harga diri rendah (nilai 0-15) dan Harga Diri Tinggi (nilai 16-30). Berdasarkan perhitungan didapatkan harga diri responden sebagai berikut:

Tabel 3. Harga Diri Wanita Menopause

| No | Harga Diri        | Jml | %    |
|----|-------------------|-----|------|
| 1. | Harga Diri Rendah | 4   | 8.9  |
| 2. | Harga Diri Tinggi | 41  | 91.1 |
|    | Jumlah            | 45  | 100  |

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa hampir seluruhnya (91.1%) wanita menopause di Banjar Lantang Bejuh memiliki harga diri tinggi, hanya 8.9% yang memiliki harga diri rendah.

Kepercayaan diri responden dikategorikan menjadi kepercayaan diri rendah (nilai 0-17) dan Kepercayaan diri tinggi (nilai 18-25). Berdasarkan perhitungan didapatkan kepercayaan diri responden sebagai berikut:

Tabel 4. Kepercayaan Diri Wanita Menopause

| No | Kepercayaan Diri        | Jml | %    |
|----|-------------------------|-----|------|
| 1. | Kepercayaan Diri Rendah | 10  | 22.2 |
| 2. | Kepercayaan Diri Tinggi | 35  | 77.8 |
|    | Jumlah                  | 45  | 100  |

Mengacu pada tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar (77.8%) responden mempunyai kepercayaan diri tinggi.

Kualitas hidup responden dikategorikan menjadi kualitas hidup kurang (nilai 0-87) dan kualitas hidup baik (nilai  $\geq 88$ ). Berdasarkan perhitungan didapatkan kualitas hidup responden sebagai berikut:

Tabel 5. Kualitas Hidup Wanita Menopause

| No | Kualitas Hidup        | Jml | %    |
|----|-----------------------|-----|------|
| 1. | Kualitas Hidup Kurang | 14  | 31.1 |
| 2. | Kualitas Hidup Baik   | 31  | 68.9 |
|    | Jumlah                | 45  | 100  |

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa sebagian besar (68.9%) mempunyai kualitas hidup baik.

Hasil analisis hubungan Citra Tubuh Dengan Kualitas Hidup Wanita menopause dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Tabel Silang Hubungan Citra Tubuh Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

| Citra Tubuh                                | Kualitas Hidup Kurang | Kualitas Hidup Baik | Total     |
|--|-----------------------|---------------------|-----------|
|  | Jml (%)               | Jml (%)             | Jml (%)   |
| Citra Tubuh negatif                        | 11 (50%)              | 11 (50%)            | 22 (100%) |
| Citra Tubuh Positif                        | 3 (13%)               | 20 (87%)            | 23 (100%) |
| Total                                      | 14                    | 31                  | 45 (100%) |
| P value = 0.019, OR = 6.667 (1.528-29.095) |                       |                     |           |

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa pada responden yang memiliki citra tubuh negatif, sebagian kualitas hidupnya kurang (50%) dan sebagian kualitas hidupnya baik (50%). Pada responden yang memiliki citra tubuh positif sebagian besar (87%) kualitas hidupnya baik.

Hasil uji statistik didapatkan  $p = 0.019$  ( $< 0.05$ ) artinya dapat disimpulkan ada hubungan signifikan Antara citra tubuh dengan kualitas hidup wanita menopause. Analisis keeratan hubungan dua variabel didapatkan OR: 6.667 (1.528-29.095) artinya wanita menopause yang memiliki citra tubuh positif mempunyai peluang 6.667 kali memiliki kualitas hidup lebih baik dibandingkan wanita menopause yang memiliki citra tubuh negatif.

Citra tubuh berhubungan dengan kepribadian. Cara individu memandang dirinya sangat berdampak pada aspek psikologisnya. Individu yang memiliki citra tubuh positif cenderung memiliki kepribadian sehat yang diasosiasikan dengan peningkatan kualitas hidup, seperti peningkatan harga diri, kepercayaan diri, dan kesehatan mental. Sebaliknya, individu yang memiliki citra tubuh negatif cenderung mengembangkan kepribadian yang tidak sehat, seperti penurunan harga diri, kemampuan interpersonal yang buruk, bahkan dalam banyak kasus berkembang menjadi patologis, seperti anorexia dan bulimia (Sari, 2009).

Berdasarkan analisis chi square didapatkan ada hubungan signifikan antara citra tubuh dengan kualitas hidup wanita menopause ( $p=0.019$ ). Analisis keeratan hubungan dua variabel didapatkan OR: 6.667 (1.528-29.095) artinya wanita menopause yang memiliki citra tubuh positif mempunyai peluang 6.667 kali memiliki kualitas hidup baik dibandingkan wanita menopause yang memiliki citra tubuh negatif.

Wanita yang sudah menopause mengalami banyak perubahan, baik fisik maupun psikis yang dapat mempengaruhi berbagai kehidupan wanita tersebut. Pada saat menopause, wanita akan mengalami perubahan-perubahan di dalam organ tubuhnya yang disebabkan oleh bertambahnya usia. Usia dari hari ke hari akan terus berjalan 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 dialami oleh wanita yang mengalami menopause tersebut, antara lain jantung berdebar-debar, insomnia (susah tidur), depresi, gangguan libido (hasrat seks), berat badan bertambah, nyeri tulang dan otot, cepat lelah, sulit konsentrasi dan mudah lupa serta kurang tenaga. Hal ini karena pengaruh dari kerja hormon estrogen yang dimiliki oleh wanita.

Dimana, ketika menopause maka hormon akan mengalami penurunan atau berkurang. Tetapi tidak semua wanita yang mengalami menopause mengalami gejala-gejala secara lengkap seperti yang tersebut diatas. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain pola makan ketika masih menstruasi dahulu, kebiasaan berolahraga dari wanita tersebut, juga cara berpikir wanita tersebut, dalam arti cara mereka memandang hidupnya yang sekarang sudah berada di usia tua.

Penelitian Sulisetyawati, 2007 menunjukkan bahwa responden tidak mengalami perubahan yang jauh berbeda dengan kondisi mereka sebelum menopause. Mulai dari bentuk badan, responden tidak ada perubahan. Responden memiliki berat badan yang sama dengan berat badan sebelum menopause. Bahkan, responden mengatakan bahwa responden badannya lebih ringan.

Hasil analisis hubungan harga diri dengan kualitas hidup wanita menopause dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 7. Tabel Silang Hubungan Harga Diri Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

| Harga Diri                                  | Kualitas Hidup Kurang | Kualitas Hidup Baik | Total     |
|---|-----------------------|---------------------|-----------|
|   | Jml (%)               | Jml (%)             | Jml (%)   |
| Harga Diri Rendah                           | 3 (75%)               | 1 (25%)             | 4 (100%)  |
| Harga Diri Tinggi                           | 11 (26.8%)            | 30 (73.2%)          | 41 (100%) |
| Total                                       | 14 (31.1%)            | 31 (68.9%)          | 45 (100%) |
| Pvalue = 0.082<br>OR : 8.182 (0.768-87.198) |                       |                     |           |

Berdasarkan tabel 7 diketahui bahwa pada responden yang memiliki harga diri rendah, sebagian besar kualitas hidupnya kurang. Pada responden yang memiliki harga diri tinggi sebagian besar (73.2%) kualitas hidupnya baik. Hasil statistik menunjukkan  $p= 0.082 (> 0.05)$  artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara

harga diri dengan kualitas hidup wanita menopause.

Harga diri mengandung pengertian “siapa dan apa diri saya”. Segala sesuatu yang berhubungan dengan seseorang, selalu mendapat penilaian berdasarkan kriteria dan standard tertentu, atribut-atribut yang melekat dalam diri individu akan mendapat masukan dari orang lain dalam proses berinteraksi dimana proses ini dapat menguji individu yang memperlihatkan standard dan nilai diri yang terinternalisasi dari masyarakat dan orang lain. Harga diri seseorang diperoleh dari diri sendiri dan orang lain.

Hasil analisis bivariat chi square didapatkan tidak ada hubungan yang signifikan antara harga diri dengan kualitas hidup wanita menopause ( $p= 0.082$ ). Harga diri diperoleh dari diri sendiri dan orang lain. Aspek utama yang mempengaruhi harga diri adalah dicintai dan menerima penghargaan dari orang lain. Wanita yang mengalami menopause memiliki coping yang positif atau harga diri yang baik ketika mereka bisa menerima kenyataan bahwa mereka telah menopause dan adanya dukungan dan penerimaan dari orang-orang sekitar mereka. Sebaliknya, bila penerimaan dan dukungan dari orang-orang sekitar tidak optimal maka terjadi harga diri rendah.

Hasil analisis hubungan Kepercayaan diri dengan kualitas hidup wanita menopause dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 8. Tabel Silang Hubungan Harga Diri Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

| Kepercayaan Diri                   | Kualitas Hidup Kurang | Kualitas Hidup Baik | Total       |
|------------------------------------|-----------------------|---------------------|-------------|
|                                    | Jml %                 | Jml %               | Jml         |
| Kepercayaan Diri Rendah            | 6 (60%)               | 4 (40%)             | 10 (100%)   |
| Kepercayaan Diri Tinggi            | 8 (30%)               | 27 (73.2%)          | 77.1 (100%) |
| Total                              | 14 (31.1%)            | 31 (68.9%)          | 45 (100%)   |
| Pvalue = 0.049 , OR : 5.063 (1.140 |                       |                     |             |

Berdasarkan tabel 8 diketahui bahwa pada responden yang memiliki kepercayaan diri rendah, sebagian besar (60%) kualitas hidupnya kurang. Pada responden yang memiliki kepercayaan diri tinggi sebagian besar (73.2%) kualitas hidupnya baik.

Hasil uji statistik didapatkan  $p= 0.049$  ( $<0.05$ ) artinya dapat disimpulkan ada hubungan signifikan antara kepercayaan diri dengan kualitas hidup wanita menopause. Analisis keeratan hubungan dua variabel didapatkan OR: 5.063 (1.140-22.485) artinya wanita menopause yang memiliki kepercayaan diri tinggi berpeluang 5.063 kali memiliki kualitas hidup baik dibandingkan dengan wanita menopause yang memiliki kepercayaan diri rendah.

Berdasarkan analisis chi square didapatkan ada hubungan signifikan antara kepercayaan diri dengan kualitas hidup wanita menopause ( $p= 0.049$ ). Analisis keeratan hubungan dua variabel didapatkan OR: 5.063 (1.140-22.485) artinya wanita menopause yang memiliki kepercayaan diri tinggi berpeluang 5.063 kali memiliki kualitas hidup baik dibandingkan dengan wanita menopause yang memiliki kepercayaan diri rendah.

Kadang perasaan tidak dihargai muncul akibat terlalu sensitif terhadap suatu hal yang dirasakan. Subjek merasa kurang puas dengan penampilan saat *menopause* karena merasa tidak menarik lagi. Tapi subjek selalu berpikir optimis dengan begitu apa yang dikerjakan akan tampak baik hasilnya. Subjek membayangkan hal-hal buruk sebelum melakukan sesuatu. Jika perasaan itu muncul subjek selalu beristigfar dengan begitu perasaan negatif tidak muncul lagi. Subjek percaya diri untuk bisa menerima diri sendiri walau saat ini subjek telah mengalami *menopause*.

Faktor yang mempengaruhi subjek mempunyai kualitas hidup yang positif adalah karena semua kegiatan yang subjek jalani mendapat dukungan dari keluarga dan orang-orang terdekat subjek. Dengan begitu subjek merasa percaya diri Subjek juga optimis dapat mengerjakan segala sesuatunya dengan baik karena rasa kasih

dan sayang dari semua pihak. Hal ini terlihat dari faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup subjek dalam hal mengenali diri sendiri yaitu subjek dapat menyelesaikan semua masalah sendiri, adaptasi misalnya subjek suka berkumpul dengan teman-teman, merasakan penderitaan orang lain subjek sering bercerita tentang keluh-kesah antar sesama teman, perasaan kasih dan sayang keluarga tetap menyayangi dan menghormati subjek seperti sebelumnya, bersikap optimis dengan tetap melakukan aktivitas yang menyenangkan, mengembangkan sikap empati subjek selalu menolong orang yang mengalami musibah (Larasati, 2013).

Langkah awal untuk menentukan faktor yang paling dominan berhubungan dengan kualitas hidup dilakukan uji bivariate Antara citra tubuh, harga diri dan kepercayaan diri dengan kualitas hidup. Hasil didapatkan bahwa ketiga faktor memiliki  $p < 0.25$ .

Selanjutnya setelah diujikan ketiga faktor dengan menggunakan analisa regresi logistik ditemukan hasil bahwa variabel yang memiliki nilai signifikansi log-likelihood terbesar adalah variabel harga diri ( $p=0.101$ ) sehingga variabel harga diri tidak diikutkan untuk analisis berikutnya.

Hasil analisis antara variabel citra tubuh dan kepercayaan diri didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 9. Hasil Analisis Regresi Logistik Antara Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

| Variabel         | B     | pWald | OR    | 95%CI        |
|------------------|-------|-------|-------|--------------|
| Citra Tubuh      | 1.927 | 0.016 | 6.870 | 1.434-32.915 |
| Kepercayaan Diri | 1.665 | 0.51  | 0.189 | 0.036-1.004  |

Mengacu pada tabel 11, terlihat bahwa berdasarkan  $p$  value ( $<0.05$ ), dapat disimpulkan bahwa variabel citra tubuh merupakan variabel yang paling dominan berhubungan dengan kualitas hidup wanita menopause ( $p=0.016$ ). Wanita menopause yang memiliki citra tubuh positif berpeluang memiliki kualitas hidup positif sebesar 6.87 kali (95% CI 1.434-32.915) dibandingkan wanita yang memiliki citra tubuh negatif setelah dikontrol dengan variabel kepercayaan diri.

Hasil uji analisis multivariate dengan regresi logistic didapatkan dari ketiga variabel, citra tubuh merupakan variabel yang paling dominan berhubungan dengan kualitas hidup wanita menopause ( $p=0.016$ ). Wanita menopause yang memiliki citra tubuh positif berpeluang memiliki kualitas hidup positif sebesar 6.87 kali (95% CI 1.434-32.915) dibandingkan wanita yang memiliki citra tubuh negatif setelah dikontrol dengan variabel kepercayaan diri.

Selain fisik perubahan psikis juga sangat mempengaruhi kualitas hidup seorang wanita dalam menjalani masa menopause sangat tergantung pada masing-masing individu, pengaruh ini sangat tergantung pada pandangan masing-masing wanita terhadap menopause, termasuk pengetahuannya tentang menopause.

Hasil penelitian dan kajian, diperoleh data bahwa 75% wanita yang mengalami menopause akan merasakan sebagai masalah atau gangguan, sedangkan sekitar 25% tidak memasalahkannya. Beberapa hal yang mempengaruhi persepsi seorang perempuan terhadap menopause, antara lain faktor kultural, sosial ekonomi, gaya hidup, kebutuhan terhadap kehidupan seksual, dan sebagainya (Achadiat, 2007).

Wanita pada masa menopause mengalami gangguan fisik, seksual, social dan gangguan psikologis serta ada juga wanita tanpa mengalami berbagai keluhan baik fisik, psikologis, dan sosial. Perbedaan ini dipengaruhi oleh berat ringannya stress yang dialami wanita dalam menghadapi dan mengatasi menopause sebagai akibat penilaiannya terhadap menopause (Rostiana

2009). Pemberian informasi yang kurang saat Posyandu Lansia, dan pada saat kunjungan pemeriksaan ke pelayanan kesehatan, sehingga wanita menopause hanya mengerti arti dasar menopause, gejala atau tanda yang biasa terjadi bila seseorang menopause, apa yang harus dilakukan.

## SIMPULAN

Penurunan hormon estrogen pada wanita menopause menyebabkan terjadinya perubahan fisik dan psikologis yang akhirnya berdampak pada kualitas hidup. Ada hubungan signifikan antara citra tubuh dengan kualitas hidup wanita menopause ( $p=0.019$ , OR: 6.667 (1.528-29.095) dan ada hubungan signifikan antara kepercayaan diri dengan kualitas hidup wanita menopause ( $p= 0.049$ , OR: 5.063 (1.140-22.485). Tapi, tidak ada hubungan yang signifikan antara harga diri dengan kualitas hidup wanita menopause ( $p= 0.082$ ).

Dari ketiga variabel, citra tubuh merupakan variabel yang paling dominan berhubungan dengan kualitas hidup wanita menopause ( $p=0.016$ ). Wanita menopause yang memiliki citra tubuh positif berpeluang memiliki kualitas hidup positif sebesar 6.87 kali (95% CI 1.434-32.915) dibandingkan wanita yang memiliki citra tubuh negatif setelah dikontrol dengan variabel kepercayaan diri.

## DAFTAR RUJUKAN

- Achadiat, 2012, *Fitoestrogen untuk Wanita Menopause*. Available from : <http://www.kesrepro.info>. Diakses pada 7 Juli 2013
- Badan Pusat Statistik, 2012, *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Badan Pusat statistik.
- Cash, T. F. 2000. *The Multidimensional Body-Self Relation Questionnaire : MBSRQ User's Manual (3rd Revision)*. Virginia: Old Dominion, University Norfolk.
- Damayanti, E. S dan Purnamasari, A. 2012. *Berfikir Positif dan Harga Diri Wanita yang Mengalami Masa Premenopause*. Skripsi. Fakultas

Psikologi Universitas Ahmad Dahlan (online), (<http://www.journal.uad.ac.id/index.php/HUMANITAS/article/view/238>, diakses 3 Desember 2013).

- Depkes. 2005. *Terjadinya Pergeseran Umur Menopause*. (online) (<http://www.itjen.depkes.id> diakses tanggal 25 November 2012
- Kinanti. 2009. *Gambaran Citra Tubuh pada Remaja yang Obesitas*. (online), (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/14505/1/10E00246.pdf>, diakses 29 november 2012).
- Palupi, P.2010. *Pengalaman Seksualitas Perempuan Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas kecamatan Pasar Rebo, Jakarta Timur*. Tesis. Magister keperawatan Kekhususan Keperawatan Maternitas FIK UI.
- Rostiana Triana. 2009. *Kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause [skripsi]*. Depok : Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma.
- Ruwaida, 2010, *Haid Tidak Wajar dan Menopause*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Reeder, Koniak & Griffin. 2011. *Keperawatan Maternitas*. Diterjemahkan oleh Mardella dll. Edisi 18, Jakarta: ECG
- Ravi, T. 2011. *Kualitas Hidup pada Pasien Akne Vulgaris*. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.
- Saputra, M. 2011. *Depresi pada Wanita Menopause dan Hubungannya dengan Kualitas Hidup*. Skripsi. Universitas Andalas Malang.
- Saragih, W. S. 2011. *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Harga Diri Pasien TB Paru Yang Dirawat di Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang*, (online), (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/26518/7/Cover.pdf>, diakses 2 Januari 2013).
- Sari, T. M. 2009. *Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Penyesuaian Diri Remaja Puteri*. (online), (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/23054/5/Cover.pdf>, diakses 1 Januari 2013).



Sulisetyawati Dampak Menopause Terhadap Konsep Diri Wanita yang mengalami Menopause di Kelurahan Trengguli Kecamatan Jenawi Kabupaten Karanganyar, Jurnal KesMaDaSka Vol 2 No 1 Januari 2011.

Vikar, L. 2009. *Kiat Menghadapi Menopause*, (online), (<http://luluvikar.wordpress.com/2009/08/26/kiatmenghadapimenopause-2/>, diakses 31 oktober 2012).

WHO. 2002. *The World Health Organization Quality of Life (WHOQOL) BREF*. (online), [http://www.who.int/substance\\_abuse/research\\_tools/en/indonesian\\_whoqol.pdf](http://www.who.int/substance_abuse/research_tools/en/indonesian_whoqol.pdf), diakses pada tanggal 27 November 2012).