

KUALITAS HIDUP WANITA MENOPAUSE

**Nengah Runiari
Santiningih**

Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar
Jurkep_runiarin@yahoo.co.id

Abstract: Quality Of Life Menopausal Women. *The aim of this study was to knowing quality of life for menopausal women was conducted at Ngis village of Manggis subdistrict. This research uses descriptive research with cross sectional approach. The sampling technique used non propability sampling with purposive sampling technique. Respondents in this study were menopausal women aged 45-55 years at Ngis village. The number of respondents in this study is 117 people. Based on the research, quality of life of menopausal women are mostly good, with 74 people (63.2%). Most of respondents completed elementary school with the majority of quality of life in good level is 61 people (52,1 %). Most of respondents working with the majority of quality of life in good level is 62 people (53 %). Most of respondents income less than Rp .1.542.600 , 00 with the majority of quality of life in good level is 47 people (40,2 %).*

Abstrak : Kualitas Hidup Wanita Menopause. Tujuan penelitian ini adalah mngetahui gambaran kualitas hidup wanita menopause dilakukan di Desa Ngis Kecamatan Manggis. Responden pada penelitian ini adalah wanita menopause berusia 45-55 tahun di Desa Ngis. Jumlah responden pada penelitian ini adalah 117 orang. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan *non propability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Berdasarkan hasil penelitian, kualitas hidup wanita menopause sebagian besar baik yaitu 74 orang (63,2 %). Responden terbanyak berpendidikan SD dengan kualitas hidup mayoritas baik yaitu sebanyak 61 orang (52,1%). Berdasarkan pekerjaan, responden terbanyak bekerja dengan kualitas hidup baik yaitu sebanyak 62 orang (53 %). Mengacu pada penghasilan perbulan, responden terbanyak berpenghasilan kurang dari Rp. 1.542.600, 00 dengan kualitas hidup baik yaitu sebanyak 47 orang (40,2 %).

Kata kunci : Kualitas hidup, Wanita, Menopause

Usia harapan hidup di Indonesia mengalami peningkatan secara signifikan setiap tahunnya. Hal ini dikarenakan meningkatnya tingkat kesejahteraan dan kemajuan di bidang kesehatan. Sejalan dengan peningkatan usia harapan hidup, populasi lanjut usia juga akan mengalami peningkatan. Berdasarkan Pusat Data dan Informasi, Kemenkes RI tahun 2013 jumlah penduduk lanjut usia mengalami peningkatan karena usia harapan hidup yang semakin tinggi, yaitu dari 69,43 pada tahun 2010 menjadi 69,65 pada tahun 2012. Peningkatan jumlah populasi wanita lanjut

usia juga mengindikasikan meningkatnya wanita yang sudah memasuki masa menopause.

Berdasarkan Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI tahun 2013, jumlah penduduk wanita di Indonesia yang berada pada fase menopause sekitar 17.511.166 jiwa. Menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Bali (2012) jumlah wanita berusia 45-64 tahun yang berada pada fase menopause adalah 401.973 jiwa dan untuk Kabupaten Karangasem jumlah wanita yang berusia 45-64 tahun sekitar 43.700 jiwa (BPS, 2012). Selain itu, menurut Badan

Pusat Statistik Kabupaten Karangasem tahun 2013, jumlah penduduk usia 55 tahun ke atas didominasi oleh penduduk perempuan. Hal ini mengindikasikan banyak penduduk perempuan di Kabupaten Karangasem yang sudah memasuki masa menopause. Meningkatnya jumlah populasi wanita yang berada pada fase menopause memberikan kemungkinan bagi wanita untuk hidup lebih lama dan perpanjangan usia ini terjadi dalam periode menopause.

Masa menopause merupakan proses penuaan yang sangat alamiah dan normal pada setiap wanita. Menopause terjadi ketika persediaan sel telur habis dan ovarium mulai menghentikan produksi estrogen yang mengakibatkan haid tidak muncul lagi. Hal ini dapat diartikan sebagai berhentinya kesuburan, yang umumnya terjadi pada umur 45-55 tahun (Sukarni, 2013). Penurunan kadar hormon estrogen dan progesteron pada fase menopause menyebabkan terjadinya perubahan pada wanita menopause, baik itu perubahan yang bersifat fisik maupun psikologis.

Perubahan fisik yang dialami wanita menopause meliputi gangguan vasomotor (*hot flushes*), *night sweat* (keringat di malam hari), *dryness vaginal* (kekeringan pada vagina), *insomnia* (susah tidur) mudah lelah), penurunan libido, rasa sakit saat berhubungan seksual, *inkontinensia urin*, gangguan punggung dan tulang. Perubahan psikologis pada wanita menopause yaitu mudah tersinggung, lesu, emosi labil, stress, penurunan daya ingat, cemas, dan depresi. Selain mengalami perubahan fisik dan psikologis, wanita yang memasuki masa menopause memiliki risiko tinggi untuk terkena osteoporosis, penyakit kardiovaskuler, dan *Dementia Alzheimer* (Sukarni, 2013).

Perubahan fisik dan psikologis dapat mempengaruhi kualitas hidup wanita menopause. Gejala berkeringat pada malam hari merupakan salah satu gejala vasomotor yang dapat mempengaruhi kualitas tidur wanita menopause. Wanita menopause yang mengalami keringat berlebihan di malam hari seringkali terbangun di sela-sela

tidurnya dan kesulitan untuk tertidur kembali. Gangguan tidur yang dialami wanita menopause juga akan berpengaruh terhadap pola tidur pasangannya. Wanita yang sudah memasuki masa menopause juga mengalami tekanan emosional karena merasa tidak menarik lagi dan tidak bisa menghasilkan keturunan. Berbagai komplikasi penyakit dan gejala-gejala yang menyertai pada wanita menopause seringkali mengganggu aktivitasnya, sehingga hal tersebut dapat menurunkan kualitas hidupnya.

WHO (1996 dalam Hilditch, 2008) mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu mengenai posisi individu hidup dalam konteks budaya dan sistem nilai dimana individu hidup dan hubungannya dengan tujuan, harapan, standar yang ditetapkan dan perhatian seseorang. Dimensi kualitas hidup berdasarkan *Menopause Specific Quality of Life Questionnaire (MENQOL)* terdiri dari domain vasomotor, domain psikososial, domain fisik, dan domain seksual. Dari keempat dimensi kualitas hidup ini akan dapat diketahui, apakah kualitas hidup seseorang tersebut baik, atau tidak.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dessy Irwienna Putri tahun 2013 di Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember mengenai kualitas hidup wanita menopause dengan menggunakan *Menopause Rating Scale (MRS) and WHO Quality of Life BREF (WHOQOL-BREF) questionnaire* mengemukakan bahwa lebih dari separuh responden merasa memiliki kualitas hidup biasa-biasa saja (56,2%), disusul berturut-turut dengan kualitas hidup baik (21,1%), buruk (20,3%), sangat baik (1,6%), dan sangat buruk (0,8%). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kualitas hidup subjektif cenderung lebih baik pada wanita menopause yang berpendidikan tinggi, melakukan olahraga rutin, tidak memiliki penyakit kronis, dan bergejala menopause ringan.

Kualitas hidup pada wanita menopause dipengaruhi oleh seberapa besar gejala - gejala menopause mengganggu

kehidupannya. Penurunan kualitas hidup pada wanita menopause dapat berdampak negatif terhadap psikologis dan fisiknya. Dampak negatif secara psikologis yaitu wanita menopause akan mengalami depresi dan secara fisik akan terjadi gangguan pada fungsi fisiknya serta peningkatan risiko untuk terkena penyakit osteoporosis dan penyakit kardiovaskuler.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Ngis pada bulan Desember 2013 didapatkan data bahwa jumlah wanita berusia 45-55 tahun di Desa Ngis sekitar 165 orang. Desa Ngis terdiri dari tiga banjar, yaitu Banjar Kajanan, Banjar Kelodan dan Banjar Pekarangan. Berdasarkan ketiga banjar tersebut, jumlah wanita usia 45-55 tahun tertinggi adalah di Banjar Kelodan yaitu 60 orang, sedangkan di Banjar Kajanan 48 orang dan Banjar Pekarangan 57 orang. Peneliti memilih pedesaan sebagai tempat penelitian, karena selama ini penelitian banyak dilakukan di daerah perkotaan dan jarang dilakukan di daerah pedesaan. Secara demografi, menurut Paul Landis masyarakat pedesaan mempunyai pergaulan hidup yang saling mengenal, mempunyai pertalian perasaan, dan hubungan dengan orang lain memiliki kontribusi yang cukup besar dalam menjelaskan kualitas hidup subjektif.

Hasil wawancara terhadap 5 orang wanita berusia 45-55 tahun yang sudah menopause di Desa Ngis, didapat data bahwa tiga orang dari wanita tersebut mengalami keluhan saat memasuki menopause. Mereka mengeluhkan pernah merasakan panas yang menjalar dari wajah ke leher, semakin cepat lelah setelah melakukan pekerjaan dibandingkan sebelum menopause dan mengeluhkan gairah seksual mereka menurun serta pernah merasa gatal pada area kewanitaannya, sehingga mempengaruhi kualitas hidupnya. Sementara itu satu orang wanita mengatakan takut, jika ternyata dia menderita penyakit sehingga tidak menstruasi lagi. Sedangkan seorang wanita lainnya mengatakan tidak merasakan

keluhan yang mengganggu kehidupannya sehari-hari, karena telah mengetahui masa menuju menopause ini adalah hal normal yang akan terjadi.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui kualitas hidup wanita menopause di Desa Ngis, Kecamatan Manggis .

METODE

Jenis penelitian adalah penelitian deskriptif yaitu menggambarkan kualitas hidup pada wanita menopause. Model pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*.

Populasi dalam penelitian ini adalah wanita yang berada dalam usia menopause yaitu wanita berusia 45-55 tahun di Desa Ngis, Kecamatan Manggis. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 165 orang. Dengan menggunakan teknik *purposive sampling* didapatkan sampel sebanyak 117 orang.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini, menggunakan instrumen yang sudah baku yaitu *Menopause Specific Quality of Life Questionnaire* (MENQOL). Kualitas hidup wanita menopause dikategorikan menjadi tiga kategori yaitu kualitas hidup baik jika skor berkisar antara 29 - 96, kualitas hidup cukup jika skor berkisar antara 97 - 164 dan kualitas hidup kurang jika skor berkisar antar 165 - 232.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun karakteristik subyek penelitian berdasarkan pendidikan adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir

No	Pendidikan	F	(%)
1	Tidak Sekolah	4	3,4
2	SD	99	84,6
3	SMP	7	6
4	SMA	3	2,6
5	Perguruan Tinggi	4	3,4
Jumlah (Σ)		117	100

Berdasarkan tabel 1, didapatkan bahwa wanita menopause di Desa Ngis sebagian besar berpendidikan SD sebanyak 99 orang (84,6 %) dan yang terendah berpendidikan SMA sebanyak 3 orang (2,6 %).

Adapun karakteristik subyek penelitian berdasarkan pekerjaan adalah sebagai berikut :

Tabel 2 Distribusi Responden berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	F	(%)
1	Tidak Bekerja	51	43,6
2	Bekerja	66	56,4
Jumlah (Σ)		117	100

Berdasarkan tabel 3, didapatkan bahwa wanita menopause di Desa Ngis sebagian besar bekerja sebanyak 66 orang (56,4 %).

Penghasilan tersusun mulai dari rendah, sedang, hingga tinggi, yang dipengaruhi oleh UMR (Upah Minimum Regional) masing-masing Kabupaten. Upah Minimum Regional (UMR) Kabupaten Karangasem tahun 2015 adalah Rp. 1.542.600, 00. Adapun karakteristik subyek penelitian berdasarkan penghasilan adalah sebagai berikut :

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan penghasilan

No	Penghasilan	F	(%)
1	< Rp. 1.542.600	89	76,1
2	Rp. 1.542.600,00 - Rp. 3.542.600,00	27	23,1
3	> Rp. 3.542.600,00	1	0,9
Jumlah (Σ)		117	100

Berdasarkan tabel 3, didapatkan bahwa wanita menopause di Desa Ngis sebagian besar berpenghasilan kurang dari Rp. 1.542.600, 00 sebanyak 89 orang (76,1 %).

Adapun hasil pengamatan terhadap subyek penelitian kualitas hidup wanita menopause, digambarkan sebagai berikut :

Tabel 4 Distribusi Responden berdasarkan Kualitas Hidup

No	Kualitas Hidup	F	(%)
1	Baik	74	63
2	Cukup	41	
3.	Kurang	2	2
Jumlah (Σ)		117	100

Berdasarkan tabel 4 dapat dinyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas hidup baik yaitu sebanyak 74 orang (63 %) dan responden yang memiliki kualitas hidup kurang sebanyak 2 orang (2 %).

Adapun hasil pengamatan terhadap subyek penelitian kualitas hidup berdasarkan pendidikan, didistribusikan sebagai berikut :

Tabel 5. Distribusi Kualitas Hidup Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Kualitas hidup			Total
	Baik	Cukup	Kurang	
	n/%	n/%	n/%	
Tidak Sekolah	1 (0.9)	2 (1.7)	1 (0.9)	4 (3.4)
SD	61 (52.1)	37 (31.6)	1 (0.9)	99 (84.6)
SMP	6 (5.1)	1 (0.9)	0	7 (6)
SMA	2 (1.7)	1 (0.9)	0	3 (2.6)
Perguruan Tinggi	4 (3.4)	0	0	4 (3.4)
Jumlah	74 (63.2)	41 (35)	2 (1.7)	117 (100)

Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa responden terbanyak berpendidikan SD dengan kualitas hidup mayoritas baik yaitu sebanyak 61 orang (52,1%) dan responden terendah berpendidikan SMA dengan kualitas hidup hampir seluruhnya baik yaitu 2 orang (1,7%).

Adapun hasil pengamatan terhadap subyek penelitian kualitas hidup berdasarkan pekerjaan, didistribusikan sebagai berikut :

Tabel 6 Distribusi Kualitas Hidup Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Kualitas hidup			Total
	Baik	Cukup	Kurang	
	n/%	n/%	n/%	
Bekerja	62 (53)	4 (3.4)	0	66 (56.4)
Tidak Bekerja	12 (10.3)	37 (31.6)	2 (1.7)	51 (43.6)
Jumlah	74 (63.2)	41 (35)	2 (1.7)	117 (100)

Berdasarkan tabel 6 didapatkan bahwa responden terbanyak bekerja dengan kualitas hidup mayoritas baik yaitu sebanyak 62 orang (53 %), sedangkan responden yang tidak bekerja dengan kualitas hidup mayoritas cukup yaitu 37 orang (31,6 %).

Adapun hasil pengamatan terhadap subyek penelitian kualitas hidup berdasarkan penghasilan, didistribusikan sebagai berikut :

Tabel 7. Distribusi Kualitas Hidup Berdasarkan Penghasilan

Penghasilan	Kualitas hidup			Total
	Baik	Cukup	Kurang	
	n/%	n/%	n/%	
< Rp. 1.542.600, 00	47 (40.2)	40 (34.2)	2 (1.7)	89 (76.1)
Rp.1.542.600,00 - 3.542.600,00	26 (22.2)	1 (0.9)	0	27 (23.1)
> Rp. 3.542.600,00.	1 (0.9)	0	0	1 (0.9)
Jumlah	74 (63.2)	41 (35)	2 (1.7)	117 (100)

Berdasarkan tabel 7 didapatkan bahwa responden terbanyak berpenghasilan kurang dari Rp. 1.542.600, 00 dengan kualitas hidup mayoritas baik yaitu sebanyak 47 orang (40,2 %) dan responden terendah berpenghasilan lebih dari Rp. 3.542.600,00 dengan kualitas hidup seluruhnya baik yaitu sebanyak 1 orang (0,9 %).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada wanita menopause dilihat dari karakteristik tingkat pendidikan responden didapatkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan SD yaitu 99 orang

(84,6 %), sedangkan responden yang berpendidikan SMP 7 orang (6%), SMA 3 orang (2,6%), Perguruan Tinggi sebanyak 4 orang (3,4%) dan tidak pernah bersekolah 4 orang (3,4%).

Jenjang pendidikan adalah tahapan pendidikan yang ditetapkan berdasarkan tingkat perkembangan peserta didik, tujuan yang akan dicapai, dan kemampuan yang dikembangkan. Jenjang pendidikan sekolah pada dasarnya terdiri dari pendidikan dasar (SD/ MI /SDLB / Paket A dan SMP /MTs. /SMPLB / Paket B), pendidikan menengah (SMA /MA /SMALB /Paket C), dan pendidikan tinggi (Perguruan tinggi). Penelitian sebelumnya oleh Eman Elsayed Mohammed, dkk, 2012 pada wanita menopause di daerah pedesaan Sheba, Mesir juga mendapatkan hasil tingkat pendidikan responden sebagian besar Sekolah Dasar (SD) yaitu 56 orang (32 %) dari 175 responden yang diteliti.

Berdasarkan hasil penelitian dilihat dari pekerjaan responden, peneliti mendapatkan bahwa sebagian besar responden bekerja yaitu 66 orang (56,4 %), sedangkan yang tidak bekerja sebanyak 51 orang (43,6%). Menurut Notoatmodjo (2003) pekerjaan adalah sesuatu yang dikerjakan untuk mendapatkan nafkah. Jenis pekerjaan yaitu pedagang, buruh / tani, PNS, TNI/ Polri, wiraswasta, swasta. Pekerjaan merupakan suatu rangkaian tugas yang direncanakan untuk upah dan gaji menurut klasifikasi dan berat ringannya pekerjaan tersebut.

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dessy Irwienna Putri, dkk, 2014, pada wanita menopause di Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember menunjukkan sebagian besar responden tidak bekerja yaitu 72 orang (56,2%) dari 128 responden yang diteliti.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada wanita menopause dilihat dari karakteristik penghasilan responden didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki penghasilan rendah atau kurang dari Rp. 1.542.600, 00 yaitu 89 orang (76,1 %). Responden yang berpenghasilan antara Rp. 1.542.600,00 - Rp. 3.542.600,00

sebanyak 27 orang (23,1%) dan yang berpenghasilan lebih dari Rp. 3.542.600,00 sebanyak 1 orang (0,9%).

Penghasilan atau pendapatan adalah uang yang diterima oleh seseorang dan perusahaan dalam bentuk gaji, upah, dan laba termasuk juga beragam tunjangan, seperti kesehatan dan pensiun. Tingkat penghasilan tersusun mulai dari rendah, sedang, hingga tinggi, yang dipengaruhi oleh UMR (Upah Minimum Regional) masing-masing Kabupaten. Apabila penghasilan kurang dari UMR, maka penghasilan seseorang tersebut dikategorikan rendah. Upah Minimum Regional (UMR) Kabupaten Karangasem tahun 2015 adalah Rp. 1.542.600, 00. Penghasilan yang kurang dari Rp. 1.542.600, 00 dikategorikan berpenghasilan rendah, Rp. 1.542.600,00 - Rp. 3.542.600,00 dikategorikan berpenghasilan sedang, dan penghasilan lebih dari Rp. 3.542.600,00 dikategorikan berpenghasilan tinggi. Hasil penelitian sebelumnya oleh Eman Elsayed Mohammed, dkk, tahun 2012 pada wanita menopause di daerah pedesaan Sheba, Mesir mendapatkan hasil, penghasilan responden sebagian besar rendah yaitu 84 orang (48 %) dari 175 responden yang diteliti.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kualitas hidup wanita menopause sebagian besar baik yaitu 74 orang (63,2 %), 41 responden (35 %) dengan kualitas hidup cukup dan 2 orang (1,7%) dengan kualitas hidup kurang. Hasil penelitian sebelumnya oleh Dessy Irwienna Putri, dkk, 2014, tentang kualitas hidup pada wanita menopause di Puskesmas Summersari Kabupaten Jember mendapatkan hasil kualitas hidup baik (21,1%). Kualitas hidup dipengaruhi oleh karakteristik responden seperti usia, pendidikan, pekerjaan, status pernikahan, dan penghasilan. Selain itu, kualitas hidup wanita menopause juga dipengaruhi oleh konteks budaya dan nilai dimana mereka hidup dan dalam hubungannya dengan tujuan hidup, harapan, standard dan perhatian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar kualitas hidup wanita menopause di Desa Ngis baik, sedangkan dari tingkat pendidikan dan penghasilan sebagian besar memiliki tingkat pendidikan rendah dan penghasilan yang rendah pula. Hal ini terjadi, dikarenakan persepsi wanita terhadap kualitas hidup dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk gejala-gejala menopause yang dialami. Gejala menopause yang dialami tergantung pada kestabilan emosi.

Secara demografi, Desa Ngis terletak di wilayah pedesaan dengan adat istiadat dan budaya yang masih kokoh dipegang masing-masing warga. Kekekabatan atau rasa kekeluargaan di daerah pedesaan lebih erat dibandingkan perkotaan, tuntutan terhadap perekonomian juga lebih rendah, sehingga tingkat stress warga pedesaan cenderung rendah. Pola hidup stress dapat mempengaruhi hormon-hormon tertentu pada masa menopause. Tingkat stress yang rendah dan hubungan sosial yang kuat inilah yang mendukung kualitas hidup yang baik pada wanita menopause di Desa Ngis.

Berdasarkan domain kualitas hidup wanita menopause, domain yang dirasakan paling mengganggu adalah domain vasomotor dengan nilai rata-rata tertinggi yaitu 454. Hasil penelitian sebelumnya oleh Gharaibeh et al, 2010 juga menemukan domain vasomotor memiliki skor tertinggi diantara domain lainnya. Pada masa menopause terjadi perubahan hormon yang akan mempengaruhi segenap konstitusi psikosomatis (fisik dan rohani). Salah satu perubahan yang menyertai menopause adalah gangguan vasomotor seperti merasakan gejalak panas pada daerah muka dan keringat malam.

Gejalak panas atau *hot flash* merupakan peningkatan perasaan panas pada bagian wajah, leher dan badan bagian atas yang disebabkan oleh labilnya pusat termoregulator tubuh di hipotalamus yang diinduksi oleh penurunan kadar estrogen dan progesteron (Freedman dalam Proverawati 2010), sedangkan *hot flash* yang terjadi selama tidur, disebut keringat malam atau

night sweat. Salah satu faktor yang dapat memicu hot flash adalah cuaca dan ruangan yang terlalu panas (Mulyani, 2013). Wanita menopause di Desa Ngis sebagian besar berprofesi sebagai petani, sehingga lebih banyak terpapar cuaca panas yang dapat memicu terjadinya hot flash.

Ditinjau dari setiap item pernyataan, item yang paling mengganggu wanita menopause di Desa Ngis adalah nyeri otot dan sendi yang berada pada domain fisik dengan nilai rata-rata tertinggi yaitu 5,393116. Gejala nyeri otot dan sendi berkaitan dengan proses osteoporosis yang dialami wanita menopause. Osteoporosis paling banyak menyerang wanita yang telah menopause (Sukarni, 2013). Proses osteoporosis pada wanita menopause terjadi akibat penurunan hormon estrogen, salah satu fungsi hormon estrogen adalah menjaga kepadatan tulang dan sendi.

Domain kualitas hidup yang paling jarang dirasakan mengganggu berada pada domain fisik dengan nilai rata-rata terendah yaitu 338,125, walaupun item nyeri otot dan sendi yang berada pada domain fisik memiliki nilai rata-rata paling tinggi atau paling mengganggu, item pernyataan lainnya pada domain fisik memiliki nilai rata-rata yang rendah sehingga secara keseluruhan domain fisik memiliki nilai rata-rata yang rendah. Hasil ini berbeda dengan penelitian sebelumnya oleh Sitti Qamariah, dkk, 2012 tentang kualitas hidup wanita menopause di RSUD Prof. DR. R. D. Kandou, yang mendapatkan hasil gangguan fisik merupakan gangguan yang terbanyak dialami subyek (16 subyek atau 84,21%).

Berdasarkan hasil penelitian, masih ditemukan responden yang memiliki kualitas hidup kurang yaitu 2 orang (1,7%). Hal tersebut dipengaruhi oleh penyakit kronis yang dialami selama menopause, seperti penyakit hipertensi dan Infeksi Saluran Kencing (ISK). Penelitian yang dilakukan oleh Putri, dkk, 2013 menyatakan keberadaan penyakit kronis memberikan perbedaan yang signifikan terhadap kualitas hidup wanita menopause. Wanita menopause yang memiliki penyakit kronis

seringkali merasakan ketidakpuasan terhadap diri sendiri dan kurang menikmati hidupnya. Penurunan kualitas hidup wanita menopause di Desa Ngis dapat diatasi dengan memelihara hubungan sosial yang kuat dan pemberian penyuluhan kepada wanita menopause terkait pemeliharaan kesehatan saat memasuki masa menopause, seperti pengaturan pola makan yang sehat dan perubahan gaya hidup. Gaya hidup yang sehat dan pola makan yang baik akan membantu wanita menopause dalam mengendalikan gejala-gejala menopause yang dialami dan meminimalkan risiko mengalami masalah kesehatan terkait penurunan kadar hormon pascamenopause.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kualitas hidup wanita menopause berdasarkan pendidikan, responden terbanyak berpendidikan terakhir SD dengan kualitas hidup mayoritas baik yaitu 61 orang (52,1%). Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Putri, dkk, 2014 tentang kualitas hidup wanita menopause di Puskesmas Summersari Kabupaten Jember yang menyatakan kualitas hidup subjektif cenderung lebih baik pada wanita menopause yang berpendidikan tinggi.

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup subjektif (Nofitri, 2009). Seseorang yang berpendidikan tinggi lebih sering dapat menikmati hidup dan merasakan aman dalam kehidupan sehari-hari, serta lebih puas terhadap akses pada pelayanan kesehatan dan transportasi. Wahl, et al, 2004 (dalam Nofitri, 2009) menemukan bahwa kualitas hidup akan meningkat seiring dengan lebih tingginya tingkat pendidikan yang didapatkan oleh individu. Hasil penelitian ini berbeda dengan teori, karena proporsi pendidikan terakhir sampel penelitian tidak sama. Responden sebagian besar berpendidikan SD yaitu 99 orang (84,6 %) dari 117 orang responden yang diteliti dan yang berpendidikan tinggi hanya 4 orang (3,4%).

Kualitas hidup dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk gejala-gejala menopause

yang dialami (Janata, JW et al, 2003). Hal ini didukung oleh Lopdntzi, CL, 2003 yang menemukan bahwa tingkat pendidikan tidak mempengaruhi gejala-gejala menopause yang dialami. Gejala menopause yang dialami tergantung pada kestabilan emosi. Tingkat stress wanita pedesaan cenderung rendah (Tri Agusti Sholikah, 2013) karena nilai sosial budaya, hubungan sosial dan keadaan lingkungan cenderung lebih baik di daerah pedesaan. Hubungan sosial yang kuat, faktor budaya dan lingkungan yang baik akan menurunkan tingkat stress wanita dalam menghadapi menopause sehingga kualitas hidupnya akan baik pula.

Berdasarkan hasil penelitian, kualitas hidup wanita menopause berdasarkan pekerjaan didapatkan bahwa responden terbanyak bekerja dengan kualitas hidup mayoritas baik yaitu sebanyak 62 orang (53 %), sedangkan responden yang tidak bekerja (ibu rumah tangga) mayoritas memiliki kualitas hidup cukup yaitu 37 orang (31,6%). Pekerjaan berhubungan dengan kualitas hidup pada wanita menopause (Nofitri, 2009). Pekerjaan tidak hanya mempunyai nilai ekonomi namun usaha manusia untuk mendapatkan kepuasan dan mendapatkan imbalan atau upah, berupa barang dan jasa.

Bekerja merupakan suatu keharusan bagi setiap individu sebab dalam bekerja mengandung dua segi, yaitu kepuasan jasmani dan terpenuhinya kebutuhan hidup (Halifat, 2013). Wanita menopause yang bekerja cenderung memiliki kualitas hidup yang baik karena wanita yang bekerja memiliki kepuasan jasmani dan mampu memenuhi kebutuhan hidupnya. Hal ini sesuai dengan definisi kualitas hidup yaitu perasaan puas dan bahagia akan hidup secara umum.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kualitas hidup wanita menopause berdasarkan penghasilan, responden terbanyak berpenghasilan kurang dari Rp. 1.542.600, 00 dengan kualitas hidup mayoritas baik yaitu sebanyak 47 orang (40,2 %). Penghasilan berpengaruh terhadap kualitas hidup wanita menopause (Putri,

2014). Keadaan sosial ekonomi akan berpengaruh terhadap faktor fisik, kesehatan dan pendidikan seseorang. Apabila faktor-faktor tersebut cukup baik maka dapat mengurangi beban fisiologis dan psikologis.

Hasil penelitian ini berbeda dengan teori, karena proporsi sampel penelitian yang tidak sama, sebagian besar responden berpenghasilan rendah atau kurang dari Rp. 1.542.600, 00 sebanyak 89 orang (76,1 %), sedangkan responden yang berpenghasilan tinggi atau lebih dari Rp. 3.542.600,00 hanya 1 orang (0,9%), selain itu responden yang berpenghasilan rendah masih bisa untuk mencukupi kebutuhan hidupnya dan biaya hidup di daerah pedesaan cenderung lebih rendah, sehingga kualitas hidup wanita menopause di desa Ngis berdasarkan penghasilan sebagian besar baik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Desa Ngis, Manggis tentang kualitas hidup wanita menopause dapat ditarik beberapa simpulan yaitu: Responden di Desa Ngis, 99 orang (84,6 %) pendidikan terakhir SD, mayoritas bekerja yaitu 66 orang (56,4 %), dan 89 orang (76,1 %) memiliki penghasilan rendah atau kurang. Kualitas hidup wanita menopause 74 orang (63,2 %) baik, dengan gangguan vasomotor paling banyak. dan item yang paling banyak dirasakan mengganggu pada item nyeri otot dan sendi. Kualitas hidup wanita menopause berdasarkan pendidikan terbanyak berpendidikan SD dengan kualitas hidup baik yaitu 61 orang (52,1%) dan sebagian besar responden bekerja dengan kualitas hidup baik yaitu sebanyak 62 orang (53 %). Kualitas hidup wanita menopause berdasarkan penghasilan, terbanyak berpenghasilan kurang dari Rp. 1.542.600, 00 dengan kualitas hidup baik yaitu sebanyak 47 orang (40,2 %).

DAFTAR RUJUKAN

Departemen Kesehatan RI, 2012, *Profil Kesehatan Provinsi Bali 2012*, (online), available:<http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFILKESP>

- ROVINSI 2012/17 Profil Kes.Prov. Bali 2012.pdf(diakses tanggal 25 Oktober 2014)
- _____,2013, *Profil Kesehatan Indonesia 2013*,(online), available:<http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2013.pdf>. (diakses tanggal 30 Desember 2014)
- Elsabagh, Eman Elsayed Mohammed and Allah, Eman Shokry Abd, 2012, *Menopausal Symptoms and The Quality of Life Among Pre/Post Menopausal Women from Rural Area in Zagazig City*(online), available: http://www.lifesciencesite.com/lj/life0902/045_8488life0902_283_291.pdf (diakses tanggal 30 Desember 2014)
- Halifat, FK, 2013, *Pengaruh Status Sosial Ekonomi Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Limboto*, (online), available:<http://eprints.ung.ac.id/851/6/2013-2-87203-911409093-bab2-10012014025732.pdf>(diakses tanggal 19Juni 2015).
- Hilditch, JR, et.al, 2008, *A Menopause-Specific Quality of Life Questionnaire: Development and Psychometric Properties*(online), available: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8844630> (diakses tanggal 30 Desember 2014)
- Irwienna Putri, Dessy, dkk, 2009, *Gambaran kualitas hidup wanita menopause* (online). available: <http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/3281/Dessy%20Irwienna%20Putri%20-%20200921101010131.pdf?sequence=1> (diakses tanggal 25 Oktober 2014)
- Mulyani, Nina Siti, 2013, *Menopause*, Yogyakarta: Nuha Medika
- Nofitri, NFM, 2009, *Gambaran Kualitas Hidup Penduduk Dewasa pada Lima Wilayah di Jakarta* (online), available: <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/125595-155.9%20nof%20g%20-%20gambaran%20kualitas%20-%20literatur.pdf> (diakses tanggal 25 Oktober 2014).
- Notoatmodjo, 2012, *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Proverawati, A., 2010, *Menopause dan Sindrome Premenopause*, Jakarta: Nuha Medika
- Qamariah, Sitti, dkk, 2013, *Kualitas Hidup Wanita Menopause yang Menggunakan Terapi Sulih Hormon Dinilai dengan MENQOL di RSU Prof. Dr. R. D Kandou Manado* (online), available: <http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/article/viewfile/3287/2831> (diakses tanggal 30 Desember 2014)
- Sukarni, Icemi K, dkk., 2013, *Kehamilan, Persalinan dan Nifas*, Yogyakarta: Nuha Medika