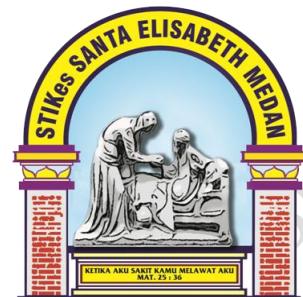




## SKRIPSI

# GAMBARAN KELUHAN WANITA MASA MENOPAUSE DI DUSUN V DESA SEI MENCIRIM KECAMATAN SUNGGAL TAHUN 2025



Oleh:

DESY PUTRI NATASYA BR SEMBIRING

NIM.022022005

PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH  
MEDAN 2025

**SKRIPSI**

**GAMBARAN KELUHAN WANITA MASA  
MENOPAUSE DI DUSUN V DESA  
SEI MENCIRIM KECAMATAN  
SUNGGAL TAHUN  
2025**



Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Kebidanan  
Dalam Program Studi Diploma 3 Kebidanan  
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

Oleh:  
DESY PUTRI NATASYA BR SEMBIRING  
NIM.022022005

**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH  
MEDAN  
2025**

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : **DESY PUTRI NATASYA BR SEMBIRING**  
Nim : 022022005  
Program Studi : Diploma 3 Kebidanan  
Judul : Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V  
Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025.

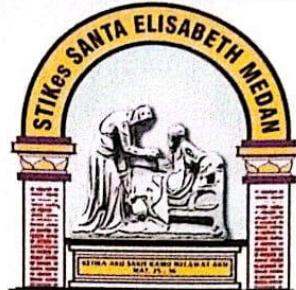
Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan skripsi yang telah saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keaslianya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakar terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Peneliti



Desy Putri Natasya Br Sembiring



**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA  
ELISABETH MEDAN**

**Tanda Persetujuan**

Nama : Desy Putri Natasya Br Sembiring  
Nim : 022022005  
Judul : Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei  
Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025

Menyetujui untuk Diujikan Pada Ujian Sidang Ahli Madya Kebidanan  
Medan, 17 Juni 2025

Mengetahui

Pembimbing

( Bd. Anita Veronika, SSiT ., M. KM ) ( Bd. Desriati Sinaga, SST. M. Keb )



**PERSETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI**

**Telah diuji**

**Pada Tanggal, 17 Juni 2025**

**PANITIA PENGUJI**

**Ketua : Bd. Anita Veronika, S.SiT., M. KM**



.....

**Anggota : 1. Bd. Aprilita Br Sitepu, SST., M. K. M**



.....

**2. Bd. Bernadetta Ambarita, SST., M. Kes**



.....

**Mengetahui  
Ketua Program Studi D3 Kebidanan**



**(Bd. Desriati Sinaga, SST., M. Keb)**



## PROGRAM STUDI D3 KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH MEDAN

### Tanda Pengesahan

Nama : Desy Putri Natasya Br Sembiring  
Nim : 022022005  
Judul : Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025.

Telah Disetujui, Diperiksa Dan Dipertahankan Dihadapan Tim Pengaji  
Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Kebidanan  
Pada Kamis, 17 Juni 2025 Dan Dinyatakan LULUS

**TIM PENGUJI :**

**TANDA TANGAN**

Pengaji I : Bd. Aprilita Br Sitepu, SST., M. K. M

Pengaji II : Bd. Bernadetta Ambarita, SST., M. Kes

Pengaji III : Bd. Anita Veronika, S.SiT., M. KM



(Bd. Desriati Sinaga, SST., M. Keb.)



(Mestiana Br Karo, M.Kep., DNSc)

---

## **PERSETUJUAN PERSYARATAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMI**

---

Sebagai civitas akademik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Desy Putri Natasya Br Sembiring  
NIM : 022022005  
Program Studi : Diploma 3 Kebidanan  
Jenis Karya : Skripsi

Dengan perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan Hak Bebas Royalti Non-ekslusif (*Non-ekskutive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025**. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan hak bebas royalty Non-*Ekslusif* ini Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan menyimpan, mengalih media/ formatkan, mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Dengan pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan, 17 Juni 2025

Yang menyatakan



(Desy Putri Natasya Br Sembiring)

## **ABSTRAK**

Desy Putri Natasya Br Sembiring 022022005

Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim  
Kecamatan Sunggal Tahun 2025

(xvi + 57 + Lampiran)

**Latar Belakang:** Menopause merupakan fase alami yang dialami setiap wanita yang ditandai dengan berhentinya mesntruasi selama 12 bulan berturut-turut. Fase ini sering disertai berbagai keluhan fisik, psikologis, urogenital akibat penurunan hormon estrogen dan progesteron. Banyak wanita mengalami keluhan yang cukup berat, namun kurang menyadari ataupun memahami gejala tersebut. **Tujuan penelitian** adalah untuk menggambarkan keluhan yang dialami wanita masa menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025 serta melihat adanya keterkaitan antara keluhan yang dialami dengan karakteristik umur, pekerjaan, dan pendidikan. **Metode penelitian:** menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. **Sampel:** Populasi penelitian adalah seluruh wanita menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal sebanyak 40 orang responden, dan semua dijadikan sampel melalui teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan Kuesioner Menopause Rating Scale (MRS) yang terdiri dari 11 item pertanyaan. **Hasil** penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden (70%) mengalami keluhan menopause dalam kategori berat paling banyak ditemukan pada kelompok usia 51-55 tahun (76,1%), pada wanita dengan pekerjaan sebagai petani (80,7%), dan pada pendidikan tingkat SMP (89,4%). Saran: Sebagian besar wanita menopause di lokasi penelitian mengalami keluhan berat. Diperlukan peningkatan edukasi dan dukungan dari keluarga serta petugas kesehatan untuk membantu wanita dalam memahami dan mengelola gejala yang dialaminya.

Kata Kunci: Menopause, Keluhan.

Daftar Pustaka (2016-2024)

## **ABSTRACT**

*Desy Putri Natasya Br Sembiring*

*Description of Menopausal Complaints among Women in Dusun V, Sei Mencirim Village, Sunggal Subdistrict in 2025*

*D3 Midwifery study program 2025  
(xvi + 57 + appendix)*

**Background:** Menopause is a natural phase marked by the cessation of menstruation for 12 consecutive months and is often accompanied by physical, psychological, and urogenital complaints due to decreased estrogen levels. Many women experience severe symptoms but lack understanding on how to manage them. **Objective:** To describe menopausal complaints among women in Dusun V, Sei Mencirim Village, Sunggal Subdistrict in 2025 based on age, occupation, and education characteristics. **Methods:** This descriptive study used a cross-sectional design. A total of 40 menopausal women were selected using total sampling. Data were collected using the Menopause Rating Scale (MRS) questionnaire. **Results:** Most respondents (70%) experienced menopausal complaints in the severe category. The most severe complaints were found among women aged 51–55 years (76,1%), farmers (80,7%), and those with a junior high school education (89,4%). **Conclusion:** The majority of menopausal women in the study area experienced severe symptoms. Health education and support from families and health professionals are essential to help women understand and manage the symptoms of menopause effectively.

**Keywords:** Menopause, Complaints.

*Bibliography (2016-2024)*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan D3 Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan. Skripsi ini berjudul **“Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause Di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025”**. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna baik dari segi bahasa maupun penulisan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun skripsi ini.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan yang sangat berarti dari berbagai pihak, baik dalam bentuk moral, material maupun spiritual. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang tulus kepada:

1. Mestiana Br. Karo, M. Kep., DNSc sebagai Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan yang telah memberikan kesempatan untuk penulis dalam mengikuti pendidikan D3 Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.
2. Bd. Desriati Sinaga, SST., M. Keb selaku Kaprodi D3 Kebidanan yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan Program Studi D3 Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.

3. Bd. Ermawaty A. Siallagan, SST., M. Kes selaku dosen pembimbing akademik yang bersedia membimbing penulis menjalani pendidikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.
4. Bd. R. Oktaviance Simorangkir, SST., M. Kes selaku koordinator LTA yang telah memberikan banyak bimbingan, nasehat dan petunjuk kepada penulis dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.
5. Bd. Anita Veronika, SSiT., M. KM selaku dosen pembimbing Laporan Tugas Akhir penulis yang telah memberikan dan meluangkan waktunya untuk membimbing, melengkapi serta membantu penulis dalam menyusun Laporan Tugas Akhir.
6. Bd. Aprilita Br Sitepu, SST., M. K. M selaku dosen penguji I yang telah meluangkan waktu untuk menguji, mengoreksi serta memberikan saran, kritik dan masukan terhadap Laporan Tugas Akhir penulis.
7. Bd. Bernadetha Ambarita, SST., M. Kes dosen penguji II yang telah meluangkan waktu untuk menguji, mengoreksi serta memberikan saran, kritik dan masukan terhadap Laporan Tugas Akhir penulis.
8. Seluruh Dosen dan Staf di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan yang telah memberi ilmu, nasehat dan bimbingan kepada penulis selama menjalani pendidikan di Program Studi D3 Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.
9. Kepala Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal yang sudah mengizinkan penulis melaksanakan penelitian, serta banyak membantu penulis

dalam proses pengenalan lingkungan dan pengumpulan data responden dalam penyusunan Laporan Tingkat Akhir penulis.

10. Semua Ibu menopause di Dusun V Sei Mencirim Kecamatan Sunggal yang telah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi kuisioner penulis selama melakukan penelitian.
11. Teristimewa kepada orang tua saya yang sangat saya cintai dan sayangi yaitu ayah saya Bana Sembiring dan ibu saya Rudangta Br Tarigan Amk serta adik saya Trisna Ira Nova Br Sembiring yang sudah banyak memberikan semangat, doa, motivasi serta dukungan baik moril maupun material yang luar biasa kepada penulis sampai saat ini.
12. Semua tim asrama yang sudah membantu penulis dalam proses penyusunan Laporan Tingkat Akhir.
13. Seluruh teman seperjuangan Mahasiswa Prodi D3 Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan Angkatan XXII dan keluarga kecil penulis di asrama yang dengan setia mendengarkan keluh kesah dan bersedia membantu peneliti selama menyelesaikan pendidikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.

Akhir kata penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak dan semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan dan bantuan yang diberikan kepada penulis dan besar harapan penulis semoga Laporan Tugas Akhir ini memberi manfaat bagi kita semua.

Medan, 17 Juni 2025

Penulis

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN

## DAFTAR ISI

<b>SAMPUL DEPAN .....</b>	<b>i</b>
<b>SAMPUL DALAM.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSYARATAN GELAR .....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSETUJUAN.....</b>	<b>v</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xviii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan .....	5
1.3.1 Tujuan umum .....	5
1.3.2 Tujuan khusus .....	5
1.4 Manfaat .....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	6
1.4.2 Manfaat Praktisi .....	6
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
2.1 Menopause .....	7
2.1.1 Pengertian Menopause .....	7
2.1.2 Penyebab Menopause.....	7
2.1.3 Tahapan Menopause .....	13
2.2 Gejala dan Keluhan Masa Menopause .....	16
2.2.1 Perubahan-Perubahan Masa Menopause.....	21
2.2.2 Faktor Mempengaruhi Seseorang Mengalami Menopause.	24
2.2.3 Penanganan Menghadapi Menopause.....	25
2.3 Epidemiologi Keluhan Menopause .....	26
2.3.1 Cara Mengukur Keluhan Menopause.....	32
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP.....</b>	<b>35</b>
3.1 Kerangka Konsep.....	35
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN.....</b>	<b>36</b>
4.1 Jenis dan Rancangan Penelitian .....	37
4.1.1 Rancangan Penelitian .....	37

4.2 Populasi dan Sampel .....	37
4.2.1 Populasi .....	37
4.2.2 Sampel.....	37
4.3 Variabel Penelitian dan Defenisi Oprasional .....	37
4.3.1 Defenisi Oprasional.....	38
4.4 Instrumen Penelitian .....	38
4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	38
4.5.1 Lokasi .....	38
4.5.2 Waktu .....	39
4.6 Prosedur Pengambilan Data dan Pengumpulan Data.....	39
4.6.1 Pengambilan Data .....	39
4.6.2 Teknik Pengumpulan Data.....	39
4.6.3 Uji Validitas dan Reabilitas .....	39
4.7 Analisis Data .....	41
4.8 Etika Penelitian .....	41
<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian .....	43
5.2 Hasil Penelitian .....	43
5.2.1 Distribusi Keluhan Menopause .....	43
5.2.2 Distribusi Keluhan Menopause Berdasarkan Umur.....	43
5.2.3 Distribusi Keluhan Menopause Berdasarkan Pekerjaan .....	44
5.2.4 Distribusi Keluhan Menopause Berdasarkan Pendidikan .....	45
5.3 Pembahasan Hasil Penelitian .....	46
5.3.1 Keluhan Wanita Menopause .....	47
5.3.2 Keluhan Wanita Menopause Berdasarkan Umur .....	47
5.3.3 Keluhan Wanita Menopause Berdasarkan Pekerjaan .....	48
5.3.4 Keluhan Wanita Menopause Berdasarkan Pendidikan .....	50
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>53</b>
6.1 Kesimpulan .....	53
6.2 Saran.....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>55</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>58</b>
1.Surat Izin Penelitian .....	58
2.Lembar Uji Etik Penelitian.....	59
3. Surat Balasan Izin Penelitian .....	62
4. Master Of Data.....	63
5. Informed consent.....	64
6. Kuesioner .....	65
7. Lembar Konsultasi .....	70

## DAFTAR TABEL

Halaman

<b>Tabel 4.1</b> Variabel Penelitian dan Defenisi Oprasional Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal..	37
<b>Tabel 5.1</b> Distribusi Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025.....	44
<b>Tabel 5.3</b> Distribusi Frekuensi Keluhan Wanita Masa Menopause Berdasarkan umur Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025....	44
<b>Tabel 5.4</b> Distribusi Frekuensi Keluhan Wanita Masa Menopause Berdasarkan Pekerjaan di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahu 202.....	44
<b>Tabel 5.6</b> Distribusi Frekuensi Keluhan Wanita Masa Menopause Berdasarkan Pendidikan di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025.....	45

## **DAFTAR BAGAN**

Halaman

<b>Bagan 3.1</b> Kerangka Konsep.....	35
<b>Bagan 4.1</b> Kerangka Oprasional Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025.....	35.

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN

## **DAFTAR SINGKATAN**

<i>MRS</i>	: <i>Menopause Rating Scale</i>
BPS	: Badan Statistik Indonesia
Dinkes Sumut	: Dinas Kesehatan Sumatera Utara

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Semua wanita akan mengalami fase alami dalam kehidupan wanita yang menandai akhir dari kemampuan reproduksi yang disebut menopause. Ditandai dengan berhentinya menstruasi selama setahun penuh, biasanya yang dialami pada wanita yang berusia 45 - 55 tahun. Pada fase tersebut, ovarium berhenti memproduksi sel telur dan hormone reproduksi seperti estrogen dan progesterone, menandai perubahan signifikan dalam siklus biologis wanita. (Ruwayda et al., 2025).

Menopause membawa perubahan signifikan pada tubuh wanita, tidak hanya terbatas pada berhentinya menstruasi. Perubahan ini mencakup berbagai aspek, seperti penampilan fisik, kondisi emosional, kehidupan seksual, dan kemampuan reproduksi. Setelah menopause, wanita tidak lagi memiliki kemampuan untuk hamil. Gejala menopause dapat berkembang secara perlahan atau muncul secara mendadak, mencakup berbagai perubahan pada wanita seperti perubahan fisik, psikologis dan urgenital hal tersebut biasa terjadi pada wanita masa menopause. (Ruwayda et al., 2025).

Menopause seringkali ditandai dengan penurunan fungsi ovarium yang menyebabkan penurunan yang signifikan dalam produksi hormone estrogen dan progesterone. Gejala yang muncul dapat mencakup sensasi panas di wajah, leher,



dan dada, yang sering kali diikuti oleh keringat berlebihan , terutama pada malam hari. Selain itu, perubahan hormonal ini juga dapat memicu perasaan tertekan, sedih, kecemasan, mudah marah, dan ketakutan proses penuaan. (Rokayah et al., 2021).

Setiap wanita akan mengalami menopause sebagai bagian dari proses penuaan normal. Fase ini terjadi ketika fungsi ovarium menurun drastis, menghentikan produksi hormon estrogen secara signifikan. Biasanya, perubahan ini dialami wanita berusia antara 45 hingga 55 tahun. Penurunan kadar estrogen memicu berbagai perubahan, baik pada kondisi fisik maupun mental, yang dapat memengaruhi kualitas hidup sehari hari. (Inggrid et al., 2023) .

Menurut kumpulan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) yang dilaporkan di tahun 2023, jumlah penduduk Indonesia didapat 52,28% wanita lanjut usia di Indonesia dengan 18,59% usia 45-59, 61,89% usia 60 – 69 tahun, 28,38% usia 70 – 79 tahun, dan 9,72% pada usia  $\geq 80$  tahun (Kementerian Kesehatan, 2023).

Menurut kumpulan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) semua wanita yang berusia 45 – 59 tahun 17,07 %, wanita yang berusia 60 – 69 tahun 6,74%, wanita usia 70 – 79 2,91%, wanita usia 80+ adalah 0,84% (Dinkes Sumut, 2023).

Sebagian besar wanita yang memasuki fase menopause mengalami berbagai keluhan yang terkait dengan perubahan hormonal, terutama penurunan estrogen dan progesteron. Perubahan ini dapat mempengaruhi kondisi fisik dan mental secara signifikan. Beberapa gejala yang umum dialami oleh wanita menopause mencakup perubahan pada fungsi seksual, gangguan tidur, peningkatan berat badan, serta gejala vasomotor seperti sensasi panas mendadak



dan keringat berlebihan pada malam hari. Selain itu, banyak wanita juga melaporkan rasa lelah yang berlebihan, nyeri otot dan sendi, dan perubahan signifikan dalam fungsi seksual mereka. (Pangruating Diyu et al., 2024).

Perempuan yang memasuki fase menopause seringkali mengalami berbagai perubahan emosional yang signifikan. Gejala seperti perubahan suasana hati yang tidak stabil, mudah tersinggung, kecemasan, dan perasaan sedih mendalam dapat memengaruhi interaksi sosial dan hubungan keluarga. Banyak wanita juga melaporkan kesulitan tidur, stres, dan perasaan kesepian yang berdampak pada kehidupan rumah tangga dan relasi dengan pasangan, anak, serta anggota lainnya. (Kargenti 2023).

Sebuah riset penelitian menyatakan bahwa ada setidaknya 50% wanita yang menghadapi masa menopause akan merasakan susah tidur dan 30% lainnya menghadapi penurunan hasrat seksual yang cukup signifikan dibanding sebelumnya. Beberapa tanda yang mungkin muncul meliputi *hot flush*, masalah pada sistem urinaria, gejala masalah somatis, timbulnya produksi keringat yang berlebih saat malam hari, dan timbulnya hasrat seksual yang menurun (Setyarini, 2020). Berdasarkan penelitian tersebut, wanita yang mengalami menopause kerap mengeluhkan ketidaknyamanan pada persendian dan tulangnya 90,32%, 85,87% mengalami keluhan berupa *hot flushes* dan 74,19 % mengalami keluhan berupa kelelahan secara fisik (Widjayanti et al., 2016) .

Menopause membawa perubahan signifikan pada tubuh perempuan karena penurunan produksi estrogen. Gejala yang muncul dapat berupa keluhan fisik seperti nyeri otot dan sendi, serta gejala psikologis seperti perubahan suasana hati,



kecemasan, dan kesulitan tidur. Banyak perempuan juga mengalami gejala lain seperti hot flashes, masalah seksual, dan penurunan konsentrasi. Perubahan ini seringkali berdampak pada kepercayaan diri dan peran perempuan dalam keluarga dan masyarakat. (Related et al., 2022).

Hasil penelitian yang dibuat oleh (Norfitri, 2024) rata – rata pada keluhan vasomotor berupa muka memerah, berkeringat (*hot flashes*) dalam penelitian didapatkan hasil dari tingkat ringan sampai berat yaitu 24 responden (38%), keluhan somatik seperti hasrat seksual, aktivitas, dan kepuasaan yang kurang didapatkan hasil sangat berat 16 responden (25%), dan keluhan kekeringan vagina dan gejala kandung kemih pada tingkat berat 20 responden (34%), keluhan di bagian otot dan persendian terbanyak pada tingkat berat 24 responden (38,4%), pada keluhan psikologis yaitu mudah menangis di dapatkan hasil pada tingkat berat yaitu 18 responden (29%), mudah marah pada tingkat berat (34%), kecemasan (34%) pada tingkat berat.

Hasil survei awal pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara, pada saat peneliti melakukan praktik belajar lapangan (PBL) pada tanggal 04 – 16 Desember 2025 setelah peneliti melakukan pendataan bahwa wanita yang berumur 45 -55 tahun berjumlah 40 wanita, dan yang berumur 56 -65 tahun adalah 21 orang, yang diwawancara dari umur 45 – 55 tahun ini ada sebanyak 5 orang wanita masa menopause di dusun V desa sei mencirim Kecamatan Sunggal diantara 5 wanita masa menopause tersebut mengalami perubahan fisik dan



psikologis yaitu mengeluh merasa panas pada malam hari, menurunnya gairah seksual, merasa khawatir, cemas, merasa nyeri di persendian .

Dari penyebab yang telah dijelaskan diatas, peneliti menjadi berminat untuk melakukan studi mengenai “Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause Di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025?”

### **1.3.1 Tujuan**

#### **1.3.1 Tujuan umum**

Adapun tujuan dari peninjauan ini agar dapat memberikan Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause Di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause Di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025.
2. Untuk mengetahui Gambaran keluhan wanita masa menopause di dusun V desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025 berdasarkan umur
3. Untuk mengetahui Gambaran keluhan wanita masa menopause di dusun V desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025 berdasarkan pekerjaan
4. Untuk mengetahui Gambaran keluhan wanita masa menopause di dusun V desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025 berdasarkan pendidikan



## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Untuk memberikan manfaat kepada para pembaca dalam meningkatkan pengetahuan mengenai Keluhan yang dialami pada wanita masa menopause

### 1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi responden

Sebagai sumber pengetahuan bagi responden untuk mengetahui keluhan yang dirasakan pada masa menopause

2. Bagi keluarga dan masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah bahan informasi dan menambah pengetahuan ibu mengenai keluhan yang dialami wanita masa menopause.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan acuan bagi peneliti selanjutnya dan dapat menjadi gambaran untuk melakukan penelitian mengenai keluhan yang dirasakan ibu masa menopause selanjutnya.



## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Menopause

##### 2.1.1 Pengertian Menopause

Menopause adalah fase alami dalam kehidupan seorang wanita yang menandai akhir dari siklus menstruasi dan masa suburnya. Menopause umumnya terjadi antara usia 45- 55 tahun, meskipun bisa terjadi lebih awal atau lebih lambat. Kondisi ini dianggap terjadi ketika seorang wanita tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan berturut – turut tanpa adanya penyebab medis lain. Menopause disebabkan oleh penurunan alami hormon reproduksi, terutama estrogen dan progesteron, yang diproduksi oleh ovarium (syafullah adji, 2024).

Menopause adalah istilah yang berasal dari bahasa Yunani yang terbentuk dari kata “menos”, yang berarti bulan, dan “pausis”, yang berarti berhenti menstruasi”. Dalam konteks medis, menopause merujuk fase alami dalam kehidupan seorang wanita ketika ovarium berhenti memproduksi hormon estrogen dan progesteron, sehingga menyebabkan berakhirnya siklus menstruasi dan masa subur. Penetapan resmi menopause terjadi ketika seorang wanita tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan berturut – turut tanpa adanya kondisi lain yang mempengaruhinya. Meskipun menopause merupakan proses alami yang dialami oleh setiap wanita, pengalaman dan gejalanya dapat bervariasi antar individu (syafullah adji, 2024).

##### 2.1.2 Penyebab Menopause



Menopause adalah tahap alami dalam kehidupan seorang wanita yang menandai akhir dari periode reproduksi. Hal ini terjadi ketika ovarium menghentikan produksi hormon – hormon seperti estrogen dan progesteron. Proses ini biasanya terjadi secara bertahap dan merupakan bagian dari proses penuaan alami wanita. Berikut adalah beberapa penyebab menopause : (syafullah adji, 2024).

### 1. Penurunan produksi hormon reproduksi

Penurunan produksi hormon reproduksi adalah penyebab utama menopause. Pada wanita, ovarium berfungsi untuk memproduksi hormon – hormon penting seperti estrogen dan progesteron yang mengatur siklus menstruasi dan kemampuan reproduksi. Seiring bertambahnya usia, sekitar akhir 30-an hingga awal 40 – an, produksi hormon – hormon ini mulai berlangsung beberapa tahun sebelum menopause terjadi secara resmi. Selama perimenopause, wanita mungkin mengalami menstruasi yang tidak teratur, *hot flushes*, dan gejala lainnya karena fluktasi hormon (syafullah adji, 2024)..

Ketika ovarium akhirnya menghentikan produksi estrogen dan progesteron sepenuhnya, menstruasi berhenti secara permanen dan menopause terjadi. Ini biasanya terjadi sekitar 50 tahun, meskipun bisa bervariasi tergantung pada faktor genetik dan kesehatan individu. Penurunan kadar hormon ini tidak hanya mempengaruhi siklus menstruasi, tetapi kesehatan tulang dan kardiovaskuler. Oleh karena itu, menopause adalah fase transisi penting dalam kehidupan seorang wanita, menandai berakhirnya kemampuan reproduksi dan membawa perubahan fisiologis yang signifikan. Fungsi ovarium menurun: Dalam siklus menstruasi



normal, ovarium melepaskan telur dan memproduksi hormon – hormon penting. Seiring bertambahnya usia, ovarium akan mulai mengalami penurunan dalam fungsi – fungsi ini (syafullah adji, 2024).

## 2. Fungsi ovarium menurun

Penurunan fungsi ovarium merupakan faktor penting yang menyebabkan menopause. Ovarium yang berfungsi untuk melepaskan telur dan memproduksi hormon – hormon seperti estrogen dan progesteron, mulai mengalami penurunan aktivitas seiring bertambahnya usia. Pada tahap awal perimenopause, fungsi ovarium mulai tidak teratur, sehingga menyebabkan siklus menstruasi yang tidak teratur dan fluktuasi kadar hormon. Fase ini berlangsung selama beberapa tahun, dengan gejala seperti *hot flashes*, keringat malam, dan perubahan mood yang sering terjadi akibat ketidakstabilan hormon (syafullah adji, 2024).

Akhirnya ovarium berhenti melepaskan telur dan hampir sepenuhnya berhenti memproduksi estrogen dan progesteron. Ini menandai transisi ke menopause, yang ditandai dengan berhentinya menstruasi secara permanen selama 12 bulan berturut – turut. Penurunan jumlah dan kualitas folikel telur yang ada di dalam ovarium. Selain itu, sel – sel dalam ovarium yang memproduksi hormon juga mengalami penurunan jumlah dan kualitas folikel telur yang ada di dalam ovarium. Selain itu, sel – sel dalam ovarium yang memproduksi hormon juga mengalami penuaan dan kehilangan efisiensinya. Proses ini tidak hanya mempengaruhi sistem reproduksi tetapi juga berdampak pada berbagai aspek kesehatan, seperti kepadatan tulang dan kesehatan jantung, karena estrogen



memainkan peran penting dalam menjaga keseimbangan berbagai fungsi tubuh (syafullah adji, 2024).

### 3. Faktor genetik

Faktor genetik memainkan peran penting dalam menentukan kapan seorang wanita akan mengalami menopause. Usia menopause sering kali memiliki pola yang mirip dalam keluarga. Jika seorang ibu atau saudari mengalami menopause pada usia tertentu, kemungkinan besar wanita dalam keluarga tersebut juga akan mengalami menopause pada usia yang sama. Ini menunjukkan adanya komponen genetik yang mempengaruhi kapan ovarium mulai menurun fungsinya dan produksi hormon -hormon reproduksi berkurang (syafullah adji, 2024).

Genetik tidak hanya menentukan usia saat menopause, tetapi juga dapat mempengaruhi gejala dan pengalaman menopause. Misalnya, beberapa wanita mungkin memiliki predisposisi genetik untuk mengalami gejala yang lebih ringan. Faktor genetik ini dapat mempengaruhi bagaimana tubuh wanita bereaksi terhadap penurunan kadar hormon dan bagaimana beradaptasi dengan perubahan fisiologis yang terjadi selama menopause. Meskipun genetik adalah faktor yang signifikan, gaya hidup dan faktor lingkungan juga berperan dalam menentukan kapan menopause terjadi dan bagaimana gejalanya dialami (syafullah adji, 2024).

### 4. Faktor hormonal

Faktor hormonal memegang peranan penting dalam menentukan kapan seorang wanita akan mengalami menopause. Kondisi tertentu yang mempengaruhi hormon, seperti gangguan tiroid, dapat mempercepat atau menunda onset menopause. Misalnya, hipertiroidisme (produksi hormon tiroid yang berlebihan)



atau hipotiroidisme (produksi hormon tiroid yang tidak mencukupi) dapat menyebabkan ketidakseimbangan hormonal yang mempengaruhi siklus menstruasi dan fungsi ovarium. Ketidakseimbangan hormonal yang mempengaruhi siklus menstruasi dan fungsi ovarium. Ketidakseimbangan hormon lainnya seperti, seperti kadar prolaktin yang tinggi atau sindrom ovarium polikistik (PCOS), juga dapat berdampak pada siklus menstruasi dan mempercepat datangnya menopause (syafullah adji, 2024).

Selain kondisi medis, fluktuasi hormonal yang alami terjadi selama masa perimenopause juga berperan dalam proses menuju menopause. Selama perimenopause, kadar estrogen dan progesteron mulai berfluktuasi secara tidak teratur, *hot flashes*, dan perubahan suasana hati. Perubahan hormon ini merupakan bagian dari transisi alami tubuh menuju menopause, ketika ovarium secara bertahap mengurangi produksinya. Pada akhirnya, ketika produksinya. Pada akhirnya, ketika produksi hormon – hormon ini menurun ke tingkat yang sangat rendah, menstruasi secara permanen dan menopause tercapai. pengaruh faktor hormonal ini menunjukkan betapa pentingnya keseimbangan hormon dalam menjaga fungsi reproduksi dan kesehatan umum pada wanita (syafullah adji, 2024).

##### 5. Operasi atau pengobatan tertentu

Operasi atau pengobatan tertentu dapat menyebabkan menopause lebih awal dikenal sebagai menopause yang diinduksi. Misalnya, ooforektomi bilateral, yaitu operasi pengangkatan kedua ovarium, menyebabkan menopause segera setelah operasi karena tubuh kehilangan sumber produksi estrogen dan



progesteron. Hal ini dapat dilakukan untuk mengobati kondisi seperti kanker ovarium atau endometriosis yang parah. Setelah operasi ini, wanita akan mengalami gejala menopause seperti *hot flushes*, keringat malam, dan perubahan mood karena penurunan mendadak kadar hormon (syafullah adji, 2024).

#### 6. Gaya hidup dan faktor lingkungan

Gaya hidup dan faktor lingkungan dapat mempengaruhi kapan seorang wanita mengalami menopause. Salah satu faktor gaya hidup yang paling signifikan adalah merokok, wanita yang merokok cenderung mengalami menopause lebih awal dibandingkan yang tidak merokok. Nikotin dan bahan kimia lain dalam rokok dapat mempercepat penghancuran folikel ovarium, mengurangi produksi estrogen, dan mempercepat onset menopause. Selain itu, kebiasaan hidup, seperti diet seimbang, aktivitas fisik teratur, dan pengololaan stres, dapat membantu onset menopause dan mengurangi keparahan gejala (syafullah adji, 2024).

Paparan zat kimia tertentu di lingkungan kerja atau rumah dapat mempengaruhi kesehatan ovarium dan mempercepat menopause. Misalnya, paparan pestisida, bahan kimia industri, dan polutan lingkungan dapat mengganggu sistem endokrin dan merusak fungsi ovarium. Wanita yang bekerja di industri tertentu tinggal di area dengan tingkat polusi tinggi mungkin memiliki resiko lebih tinggi mengalami menopause dini. Selain itu, faktor-faktor seperti status sosial ekonomi dan akses terhadap perawatan kesehatan juga mempengaruhi usia onset menopause, karena mempengaruhi kemampuan wanita untuk menjaga kesehatan reproduksi secara keseluruhan. Dengan demikian, baik



faktor gaya hidup maupun lingkungan memainkan peran penting dalam menentukan kapan menopause terjadi dan bagaimana gejalanya dirasakan (syafullah adji, 2024).

### 7. Gangguan autoimun

Gangguan autoimun dapat menjadi penyebab menopause dini. Penyakit autoimun terjadi ketika sistem kekebalan tubuh secara keliru menyerang jaringan tubuh sendiri. Dalam kasus tertentu, sistem kekebalan tubuh dapat menyerang ovarium, menyebabkan peradangan dan kerusakan pada jaringan ovarium. Salah satu contoh penyakit autoimun yang dapat menyebabkan menopause dini adalah penyakit Addison, dimana sistem kekebalan menyerang kelenjar adrenal yang berdampak pada produksi hormon yang berhubungan dengan fungsi ovarium, akibatnya, ovarium tidak dapat memproduksi hormon estrogen dan progesteron secara efektif, mempercepat onset menopause (syafullah adji, 2024).

Menopause merupakan proses alamiah yang akan di alami oleh setiap perempuan dan pada umumnya terjadi pada usia 50 tahun (rentang usia 40 -60 tahun). Sekitar 1% perempuan mencapai menopauses sebelum usia 40 tahun yang disebut dengan menopause prekoks, sementara berhentinya menstruasi antara usia 45 – 45 tahun disebut dengan menopause dini (*early menopause*) yang terjadi ada 10% perempuan. Usia perempuan memasuki masa premenopause antara 40 – 49 tahun (Yulizawati,et all, 2022).

#### 2.1.3 Tahapan Menopause

Berikut adalah tahapan menopause dibagi menjadi 4 fase yaitu:

##### 1. Premenopause



Fase premenopause adalah fase antara usia 40 tahun dan dimulainya fase klimakterium. Fase ini ditandai dengan siklus haid yang tidak teratur dengan perdarahan yang memanjang dan jumlah haid yang relatif tidak banyak dan kadang – kadang disertai nyeri haid. Fase premenopause adalah fase antara umur 40 – 45 tahun dan dimulainya fase klimakterium. Fase ini ditandai dengan siklus yang tidak teratur dengan perdarahan haid yang memanjang dan jumlah darah haid yang relatif banyak, kadang – kadang disertai disminorea. Pada wanita tertentu timbul keluhan vasomotorik, keluhan – keluhan yang bersifat psikis dan gangguan neurvegetatif (Yulizawati,et all, 2022).

Premenopause merupakan masa peralihan antara masa reproduksi dan masa senium. Biasanya disebut juga dengan masa pramenopause, yang merupakan bagian dari masa klimakterium yang terjadi sebelum menopause. Fase premenopause ini terjadi peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya pembuahan. Sebagian besar wanita mengalami gejala premenopause pada usia 40 an dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun (masa menopause) dimana wanita tidak haid lagi (Yulizawati,et all, 2022).

Premenopause terjadi karena semakin tuanya ovarium sehingga fungsinya dalam memproduksi estrogen menjadi menurun. Proses menjadi tua sudah mulai pada umur 40 tahun, jumlah volikel pada ovarium  $\pm$  750.000 buah, dan saat premenopause tinggal beberapa buah folikel yang tersisa. Folikel yang tersisa resisten terhadap rangsangan gonadotropin sehingga siklus ovarium yang terdiri dari pertumbuhan folikel, ovulasi, dan pembentukan korpus luteum lambat laun



berhenti. Saat usia premenopause terdapat penurunan reproduksi estrogen dan kenaikan hormon gonadotropin (Yulizawati, et all, 2022).

## 2. Perimenopause

Premenopause merupakan fase peralihan antara premnopause dan pasca menopause. Fase ini ditandai dengan siklus haid yang tidak teratur. Sebanyak 40% wanita siklus haidnya tidak teratur. Pada umumnya wanita telah mengalami berbagai keluhan klimakterik (Yulizawati, et all, 2022).

## 3. Menopause

Fase ketiga ditandai dengan berhentinya haid atau haid yang terakhir akibat menurunya fungsi estrogen dalam tubuh. Menopause biasanya terjadi sekitar umur 50 tahun. Seorang wanita dikatakan telah mengalami menopause jika telah berhenti haid selama 12 bulan, dijumpai kadar fsh atau *folikel stimulating hormone* lebih dari 40 mIU/mL dan kadar estrogen kurang dari 30 pg/ml. Menopause terjadi kurang lebih umur 50 tahun. Umumnya batas terendah terjadi menopause adalah 44 tahun. Menopause yang timbul secara cepat karena oprasi, radiasi atau penyakit tertentu biasanya menimbulkan lebih banyak keluhan dibandingkan menopause alamiah (Yulizawati, et all 2022).

## 4. Pasca menopause

Fase ini meruupakan fase dimana seorang wanita tidak mengalami haid selama 12 bulan setelah menopause. Ovarium sudah tidak berfungsi sama sekali, kadar estrogen berada 20 – 30 pg/ml. Dan kadar hormon gonadotropin biasanya meningkat (Yulizawati, et all 2022).



## 2.2 Gejala dan Keluhan pada Masa Menopause

Menjelang menopause semua perempuan kerap tidak mengetahuinya, tapi pada akhirnya mereka menyadari dengan merasakan adanya perubahan pada tubuh. Perubahan yang terjadi biasanya diketahui dengan berhentinya siklus menstruasi. Selain itu menopause juga sering disertai gejala yang bervariasi, mulai dari gejala fisik, jiwa hingga perasaan yang berubah – ubah serta gangguan lainnya (Lestary, 2010). Gejala – gejala yang dialami wanita menopause adalah akibat dari kadar estrogen yang rendah. Setiap wanita akan mengalami gejala menopause yang berbeda – beda dengan tingkat keparahan yang juga berbeda. Saat menopause, terjadi kekurangan hormone estrogen yang menyebabkan beberapa wanita mengalami gejala. Beberapa gejala akan muncul di awal sekitar usia 40 tahun, beberapa pada pertengahan dan beberapa muncul pada saat akhir (Hess, 2008). Adapun gejala – gejala menopause tersebut berupa :

### 1. Symptom vasomotor

- a. Hot flashes (rasa panas) Kebanyakan wanita juga akan merasakan rasa panas (hot flushes), yaitu pada waktu serangan muka merah (hot flushes) wanita mengalami perasaan panas yang terpusat pada wajah, yang menyebar ke leher dan dada dan mungkin ke seluruh tubuh. Flashing ini disertai dengan vasodilatasi perifer dan kenaikan suhu tubuh sebesar 30C. penyebab muka merah tidak diketahui. Muka merah berlangsung 1- 3 menit dan sering disertai dengan berkeringat. Muka merah dapat terjadi beberapa kali siang dan malam. Jika terjadi pada malam hari ketika sedang tidur, keringat cenderung sangat banyak dan tidur terganggu, keesokan harinya ia merasa sangat lelah. Muka merah mungkin mulai



pada beberapa bulan sebelum menopause, tetapi lebih buruk setelah itu, dan mencapai puncak insiden 1-2 tahun setelah menopause. Kira – kira sepertiga wanita klimakterium tidak mengalami gejala atau mengalami gejala ringan saja. Sepertiga mengalami gejala sedang tetapi biasanya tidak mencari pengobatan, dan sepertiga lainnya mengalami gejala yang beratt. Muka merah dapat menetap beberapa tahun setelah menopause.

Hot flashes terjadi pada sekitar 75% wanita menopause. Hot flushes nocturnal sering membangunkan wanita dari tidurnya dan dapat menyebabkan gangguan tidur yang berat atau insomnia. Walaupun jelas terdapat perubahan fisiologis yang berhubungan dengan gejala ini, namun mekanisme bagaimana defisiensi estrogen dapat menyebabkan gejala ini tidak diketahui. Perubahan fisiologis diawali dengan peningkatan konduktansi kulit dan kemudian temperaturnya, suatu tanda vasodilatasi perifer. Suhu inti tubuh secara bertahap menurun kira – kira 0.20C. kadar estrogen yang bersikulasi tidak berubah sebelum atau sesudah flash namun terdapat perubahan pada LH, kortisol, dehidroepiandrosteron (DHEA), androstenedion dan peptide turunan pro – opimelanokortin (POM – C). diyakini bahwa keluhan ini menggambarkan perubahan awal pada termoregulasi pusat yang menyebabkan beberapa mekanisme kompensasi. Mekanisme ini meningkatkan suhu secara sementara, namun pada akhirnya menurunkan suhu inti tubuh ke titik pengatur yang baru.

## 2. Gejala urogenital

### A. Gejala vagina



Gejala – gejala vagina yang disebabkan kehilangan estrogen cenderung terjadi terutama pada klimakterium. Biasanya pasien mengeluh vagina kering dan terasa seperti “terbakar”, tetapi beberapa wanita mengalami dispareunia berat yang dapat mempengaruhi hubungan dengan pasangannya. Wanita yang berhubungan seksual secara teratur lebih kecil kemungkinan mengalami dispareunia. (Penurunan kadar estrogen menyebabkan vagina menjadi kering dan kurang elastic. Oleh karena itu sebagian wanita menopause akan merasakan sakit saat berhubungan seksual. Biasanya wanita yang mengalami menopause juga akan merasakan gatal pada daerah vagina. Kondisi tersebut menyebabkan wanita menopause rentan terhadap infeksi pada vagina. Alat genital wanita serta saluran kemih bagian bawah merupakan organ yang sangat dipengaruhi oleh hormon estrogen. Reseptor estrogen dan progesteron teridentifikasi di vulva, vagina, kandung kemih, uretra, otot dasar pelvis serta fasia endopelvis. Struktur tersebut memiliki sebuah persamaan kemampuan untuk mereaksi perubahan hormonal sebagaimana pada kondisi menopause dan nifas.

## B. Seks dan libido

Semakin meningkat usia, maka sering dijumpai gangguan seksual pada wanita. Akibat kekurangan hormon estrogen, aliran darah ke vagina berkurang, cairan vagina berkurang, dan sel-sel epitel vagina menjadi tipis dan mudah cedera. menjadi tipis dan mudah cedera. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa kadar estrogen yang cukup merupakan faktor terpenting untuk mempertahankan kesehatan dan mencegah vagina dari kekeringan sehingga tidak lagi menimbulkan nyeri saat senggama . Beberapa wanita menopause kehilangan



minat terhadap seks, tetapi hal ini mungkin lebih disebabkan oleh hubungan mereka yang buruk sekalipun ada juga defisiensi hormone.

### C. Saluran Kemih

Kekurangan estrogen menyebabkan atrofi pada sel – sel uretra dan berkurangnya aliran darah ke jaringan epitel uretra dan trigonum vesika mengalami atrofi. Matrik yang terdiri dari berbagai jenis kolagen, elastin, fibronektin dan proteglikan juga mengalami perubahan. Akibat berkurangnya laju pergantian, pada pascamenopause terjadi peningkatan kadar kolagen dalam jaringan periuretral, sedangkan kadar proteglikan (asam hialuronoid) tidak mengalami perubahan. Perubahan – perubahan ini dan penurunan aliran darah menyebabkan berkurangnya turgor dan tonus dari otot polos uretra dan destrusor vesika sehingga menganggu mekanisme kerja jaringan – jaringan ikat. Akibatnya pada usia tua mudah terjadi kelemahan pada dasar panggul dan berpengaruh terhadap integritas sistem neuromuskuler.

### 3. Gejala Psikologis

Persepsi bahwa menopause adalah suatu ancaman hanya berdasar pada tradisi. Pada beberapa masyarakat wanita menyambut dengan gembira menopause karena mereka tidak lagi mengandung dan mempunyai kebebasan lebih besar. Di banyak Negara Barat, yang lebih menekankan pada kemudaan, menopause sering dirasakan sebagai sesuatu yang negative. Hubungan dengan pasangan dan anak-anak mungkin terganggu, wanita tersebut menjadi cemas tentang masa depannya, atau ia mungkin merasa lebih kurang menarik lagi. Keluhan psikologis tentang



menopause yang merupakan tanda dan gejala dari menopause antara lain : ingatan menurun, kecemasan, mudah tersinggung, stress dan depresi.

Beberapa keluhan psikologis yang merupakan tanda dan gejala dari menopause, yaitu :

- Ingatan menurun

Sebelum menopause wanita dapat mengingat dengan mudah, namun sesudah mengalami menopause terjadi kemunduran dalam mengingat.

- Kecemasan

Kecemasan yang timbul sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan.

- Mudah tersinggung

Gejala ini lebih mudah terlihat dibandingkan kecemasan. Wanita lebih mudah tersinggung dan marah terhadap sesuatu yang sebelumnya dianggap tidak mengganggu, hal ini mungkin disebabkan dengan menopause maka wanita menjadi sangat menyadari proses mana yang sedang berlangsung dalam dirinya.

- Stres

Tidak ada yang bisa lepas sama sekali dari rasa cemas, termasuk para perempuan menopause. Respon orang terhadap sumber stres tidak bisa diramalkan, sebagaimana perbedaan suasana hati dan emosi.

- Depresi

Wanita yang mengalami depresi sering merasa sedih, karena kehilangan kemampuan untuk bereproduksi, sedih karena kehilangan kesempatan untuk memiliki anak, sedih karena kehilangan daya tarik. Wanita merasa tertekan karena



kehilangan seluruh perannya sebagai wanita dan harus menghadapi masa tuanya. Selama periode menopause terjadi penurunan kadar hormon seks steroid. Penurunan ini menyebabkan beberapa perubahan neuroendokrin sistem susunan saraf pusat, maupun kondisi biokompatibel otak. Padahal sistem susunan saraf pusat merupakan target organ yang penting bagi hormon seks steroid seperti estrogen. Pada keadaan ini terjadi proses degeneratif sel neuorn (kesatuan saraf) pada hampir seluruh bagian otak, terutama di daerah yang berkaitan dengan fungsi ingatan.

#### 4. Gejala somatik

Estrogen memicu pengeluaran B-endorfin dari susunan syaraf pusat. Kekurangan estrogen menyebabkan pengeluaran B- endofrin berkurang, sehingga ambang sakit juga berkurang. Oleh karena itu, tidak heran kalau wanita peri / pascamenopause sering mengeluh sakit pinggang atau mengeluh nyeri di daerah kemaluan, tulang dan otot. Nyeri tulang dan otot merupakan keluhan yang paling sering dikeluhkan wanita usia peri / pascamenopause. Pemberian TSH (terapi sulih hormon) dapat menghilangkan keluhan tersebut.

##### 2.2.1 Perubahan-Perubahan Masa Menopause

###### a. Perubahan fisik

Ketika seseorang memasuki masa menopause, fisik mengalami ketidaknyamanan seperti rasa kaku dan linu yang dapat terjadi secara tiba-tiba di sejumlah tubuh (Dini et al., 2022)

- 1) Ketidakteraturan siklus haid



Tanda paling umum adalah fluktasi dalam siklus haid, kadang kala haid muncul tepat waktu tetapi tidak pada siklus berikutnya. Ketidakteraturan ini sering disertai dengan jumlah darah sangat banyak, tidak seperti volume haid yang normal.

#### 2) Gejolak rasa panas

Arus panas biasanya timbul pada saat haid mulai berkurang dan berlangsung sampai haid benar – benar berhenti. Munculnya *hot flushes* ini sering diawali pada daerah dada, leher atau wajah menjalar ke beberapa bagian tubuh yang lain. Hal ini berlangsung selama dua atau tiga menit disertai pula oleh keringat banyak.

#### 3) Kekeringan Vagina

Kekeringan vagina terjadi karena leher Rahim sedikit sekali mensekresi lendir. Penyebabnya adalah kekurangan estrogen yang menyebabkan liang vagina menjadi tipis, lebih kering, dan kurang elastis alat kelamin mulai mengerut. Liang senggama kering sehingga menimbulkan nyeri pada waktu senggama, keputihan, rasa sakit pada saat kencing, keadaan ini membuat hubungan seksual terasa sakit dan tidak nyaman.

#### 4) Perubahan Kulit

Estrogen berperan dalam menjaga elastisitas kulit, Ketika menstruasi berhenti, maka kulit akan terasa lebih tipis, kurang elastis terutama pada daerah wajah, leher, dan lengan. Kulit dibagian bawah mata mengembang seperti kantung dan lingkaran hitam di bagian ini menjadi lebih permanen dan jelas.



5) Keringat Di Malam Hari

Berkeringat di malam hari, bangun bersimpuh peluh. Sehingga perlu mengganti pakaian dalam di malam hari, menganggu pasangan tidur, akibatnya diantara keduanya mudah Lelah dan tersinggung karena tidak dapat tidur nyenyak.

6) Sulit Tidur

Insomnia (sulit tidur) lazim terjadi masa menopause, tetapi mungkin hal ini ada kaitanya dengan rasa tegang akibat berkeringat pada malam hari, wajah memerah dan perubahan yang lain.

7) Perubahan pada mulut

Kemampuan mengecap pada wanita berubah menjadi kering peka, sementara mengalami gangguan gusi dan gigi menjadi lebih mudah tinggal.

8) Kerapuhan Tulang

Rendahnya kadar estrogen merupakan penyebab proses osteoporosis (kerapuhan tulang) osteoporosis merupakan penyakit kerangka yang paling umum dan merupakan persoalan bagi yang paling umum dan merupakan persoalan bagi yang berumur, paling banyak menyerang wanita yang telah menopause. Biasanya kita kehilangan 1% tulang dalam setahun akibat proses penuaan dini.

9) Badan Menjadi Gemuk

Banyak wanita menjadi gemuk dalam menopause. Rasa letih yang dialami pada masa menopause, diperburuk dengan perilaku makan semabarangan. Banyak wanita yang bertambah berat badannya pada masa menopause, hal ini disebabkan



oleh faktor makanan dan kurang olahraga. Penyakit yang sering kali dialami wanita menopause diantaranya adalah penyakit jantung, dan kanker leher Rahim.

## 2.2.2 Faktor – faktor Yang Mempengaruhi Kapan Seorang Wanita

### Mengalami Menopause

#### 1. Usia haid pertama kali (menarche)

Beberapa ahli yang melakukan penelitian menemukan adanya hubungan antara usia pertama kali mendapat haid dengan usia seorang wanita memasuki menopause. Semakin muda seseorang mengalami haid pertama kalinya, semakin tua atau lama ia memasuki masa menopause.

#### 2. Faktor psikis

Keadaan seorang wanita yang tidak menikah dan bekerja diduga mempengaruhi perkembangan psikis seorang wanita. Mereka akan mengalami masa menopause lebih muda, dibandingkan mereka yang menikah dan tidak bekerja / bekerja atau tidak menikah dan tidak bekerja.

#### 3. Jumlah anak

Meskipun belum ditemukan hubungan antara jumlah anak dengan menopause, tetapi beberapa peneliti menemukan bahwa semakin sering seorang wanita melahirkan maka semakin tua atau lama mereka memasuki masa menopause.

#### 4. Usia melahirkan

Semakin tua seseorang melahirkan anak, semakin tua ia mulai memasuki usia menopause. Penelitian yang dilakukan Beth Israel Deaconess Medical Center



in Boston, mengungkapkan bahwa wanita yang masih melahirkan di atas usia 40 tahun.

### 2.2.3 Penanganan Menghadapi Menopause

Secara garis besar, terdapat dua cara penanganan dalam menghadapi menopause, yaitu terapi hormonal dan terapi non-hormonal.

#### 1. Terapi Non-hormonal

Rasa kurang nyaman dalam menghadapi menopause akan semakin terasa berat bila wanita dalam kondisi takut atau cemas. Terdapat beberapa cara yang dapat dilakukan untuk membantu wanita lebih siap dalam menghadapi masa menopause, diantaranya:

- a. Teknik Relaksasi Relaksasi seperti meditasi dan yoga merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi stres, kekalutan emosi, dan mengurangi berbagai gangguan fisiologi dalam tubuh. Melakukan relaksasi sangat menguntungkan terutama bagi wanita yang mengalami sindrom menopause karena dapat memberikan rasa tenang dan terhindar dari rasa panik.

#### b. Menjaga pola makan

Pola makan yang dianjurkan untuk wanita yang mendekati usia tengah baya diantaranya adalah menghindari makanan berlemak, mengurangi asupan garam untuk mengurangi kemungkinan tekanan darah tinggi, serta meningkatkan asupan serat yang akan melindungi dari berbagai penyakit seperti diabetes dan kanker.

#### c. Olah raga teratur



Olah raga ringan seperti bersepeda, berenang, atau berlari dapat menjaga jantung tetap sehat sehingga menurunkan risiko terkena penyakit kardiovaskular, selain itu olah raga juga dapat membantu mempertahankan bahkan meningkatkan massa tulang sehingga dapat mencegah osteoporosis.

## 2. Terapi Hormonal (Terapi Sulih Hormon/TSH)

Hormon yang digunakan pada terapi sulih hormon adalah estrogen dan progesteron. Jumlah dan jenis sediaan semakin banyak sesuai dengan adanya penemuan- penemuan terbaru. Untuk setiap hormon perlu diketahui berbagai jenis sediaan yang tersedia, cara dan dosis penggunaan.

### a. Estrogen Oral

Terdapat dua jenis estrogen yang tersedia yaitu sintetik dan alami. Estrogen sintetik memiliki aktivitas estrogen yang poten tetapi secara struktural memiliki perbedaan dengan estrogen yang dihasilkan oleh ovarium. Beberapa diantaranya adalah etinilestradiol, mestranol dan stilbestrol. Estrogen alami diantaranya termasuk estradiol, estron dan estriol akan meningkatkan kadar estrogen dalam plasma di mana identik dengan estrogen yang dihasilkan oleh ovarium pada masa premenopause. Tidak semua keluhan pada saat menopause harus diatasi dengan preparat hormonal. Beberapa wanita mengalami gangguan sedemikian rupa, sehingga menimbulkan gangguan pada aktivitas sehari-hari.

## 2.3 Keluhan Menopause

Pada awal mula istilah epidemiologi hanya terbatas pada penyakit menular, namun sesuai dengan perkembangan zaman, terjadi transisi epidemiologi ke arah penyakit tidak menular atau penyakit non infeksi. Kemudian mulai meluas



kehilangan yang bukan penyakit seperti fertilitas, menopause, kecelakan, kenakalan remaja, penyalahaan obat-obat terlarang, merokok hingga masalah kesehatan yang sangat luas yang ditemukan di masyarakat .

Sindroma menopause sampai saat ini masih dialami oleh wanita di beberapa negara misalnya di Eropa mencapai 70-80%, Amerika 60%, 20 Malaysia 57%, China 18%, Jepang dan di Indonesia 10%. Perbedaan persentase sindroma menopause disebabkan jumlah estrogen wanita Eropa dan Amerika lebih banyak dibanding wanita Asia.

Epidemiologi deskriptif adalah studi yang ditujukan untuk menentukan jumlah atau frekuensi dan distribusi penyakit di suatu daerah berdasarkan variabel orang, tempat dan waktu. Epidemiologi deskriptif mempelajari tentang frekuensi dan penyebaran suatu masalah kesehatan tanpa mencari jawaban faktor-faktor penyebab yang menjadi frekuensi, penyebaran, dan atau munculnya masalah kesehatan yang terjadi dimasyarakat

Hasil epidemiologi deskriptif dapat digunakan sebagai dasar berpikir dalam proses berpikir deduktif untuk menyusun hipotesis mengenai hubungan antar faktor yang akan dibuktikan melalui epidemiologi secara analitik.

#### 1. Variabel orang

Variabel orang dalam menjawab siapa yang terkena masalah, biasanya berupa variabel umur, jenis kelamin, suku, agama, pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan. Faktor tersebut biasa disebut sebagai variabel epidemiologi atau demografi. Kelompok orang yang potensial atau punya peluang untuk menderita sakit atau mendapat risiko biasanya disebut population at risk.



Untuk mengidentifikasi seseorang terdapat variabel yang tak terhingga banyaknya, tetapi hendaknya dipilih variabel yang dapat digunakan sebagai indikator untuk menentukan ciri seseorang. Untuk menentukan variabel mana yang dapat digunakan sebagai indikator, hendaknya disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan serta sarana yang ada .

Dalam penelitian ini, variabel orang dijelaskan sebagai faktor yang berhubungan dengan keluhan menopause.

Faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya berbagai gejala dan keluhan menjelang, selama serta postmenopause antara lain yaitu, faktor sosial-budaya yang ditentukan oleh lingkungan perempuan, faktor psikologik yang tergantung dari struktur karakter perempuan, faktor lain seperti pekerjaan, tingkat pendidikan, dukungan keluarga, perempuan yang belum menikah, perempuan karier baik yang sudah atau belum berumah tangga, serta menarche yang terlambat.

#### a. Umur saat menopause

seorang wanita dikatakan mengalami menopause premature (menopause dini) apabila menopause terjadi sebelum usia 40 tahun dan sebaliknya dikatakan menopause terlambat apabila masih mendapat haid diatas usia 52 tahun.

Menurut penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara umur saat menopause dengan keluhan yang dirasakan pada masa menopause, dimana wanita yang mengalami menopause dini cenderung mengalami keluhan berat pada masa menopause dibanding dengan wanita yang mengalami menopause normal dan menopause lambat. Hal ini bias terjadi karena



wanita tersebut tidak siap dalam menerima datangnya masa menopause di usia yang masih muda.

### b. Pendidikan

Pendidikan adalah suatu proses belajar yang berarti didalam pendidikan itu terjadi proses pertumbuhan, perkembangan, atau pertumbuhan ke arah yang lebih dewasa, lebih baik, dan lebih matang pada diri individu, kelompok atau masyarakat.

Menurut Undang-undang Sesdiknas No. 20 tahun 2003, tingkat pendidikan formal digolongkan menjadi 3 (tiga), yaitu:

- 1) Tingkat pendidikan dasar, yaitu pendidikan SD atau sederajat dan SMP atau sederajat.
- 2) Tingkat pendidikan menengah, yaitu pendidikan SMA atau sederajat.
- 3) Tingkat pendidikan tinggi, yaitu pendidikan perguruan tinggi. Pada dasarnya, semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin tinggi dan semakin luas pula ilmu pengetahuan yang dapat dikuasai manusia dalam ruang dan waktu.

Penerimaan terhadap menopause sangat tergantung pada tingkat pendidikan dan sosial perempuan bersangkutan dan kemampuan perempuan untuk menyesuaikan diri. Makin tinggi pendidikan dan status sosialnya, akan semakin sadar perempuan akan datangnya menopause dan segera mencari upaya mengatasi gangguan yang menyertai datangnya fase ini.

Namun, jika tingkat pendidikan dan tingkat sosialnya rendah maka dia tidak menyadari sedang dalam fase pramenopause, menopause atau



postmenopause. Dia akan mengira semua keluhannya adalah akibat ketuaan, bukan akibat hilangnya estrogen.

Prevalensi gejala menopause ditemukan gejala somatic lebih tinggi 24 pada wanita berpendidikan dibandingkan dengan wanita yang tidak berpendidikan sedangkan prevalensi gangguan psikologis dan urogenital lebih tinggi pada wanita yang tidak berpendidikan dibandingkan dengan wanita yang berpendidikan.

#### c. Pekerjaan

Menurut Notoadmojo (2003), pekerjaan adalah aktivitas yang dilakukan sehari-hari untuk memperoleh penghasilan guna memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari. menunjukkan bahwa wanita yang tidak bekerja cenderung mengalami keluhan berat pada masa menopause dibandingkan dengan wanita yang bekerja.

Hal ini dikarenakan wanita yang masih bekerja pada masa menopause akan meningkatkan perasaan bahwa dirinya masih berguna dan masih mampu memberikan manfaat pada orang lain serta dapat mengurangi perasaan-perasaan negatif yang muncul. Selain itu, keterlibatannya dalam berbagai aktifitas dapat mempertebal rasa percaya diri dan meningkatkan citra diri yang mulai menurun. Hal ini dapat mengurangi keluhan-keluhan pada masa menopause yang dirasakannya.

#### d. Penggunaan Alat Kontrasepsi Hormonal

Alat kontrasepsi hormonal adalah alat yang berisi hormon estrogen dan progesterone yang digunakan untuk mencegah terjadinya kehamilan dengan cara menghambat ovulasi, perjalanan ovum dan implantasi, serat dapat mempertahankan siklus haid dan mengurangi insidens breakthrough bleeding.



Penggunaan pil kombinasi sebagai salah satu jenis kontrasepsi hormonal pada wanita perimenopause dapat menurunkan 26 resiko keluhan vasomotor, osteoporosis dan meningkatkan kepuasan seksual

Menurut penelitian menyatakan bahwa ada hubungan antara pemakaian kontrasepsi hormonal dengan keluhan perimenopause Hal ini bisa terjadi karena pada wanita yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal akan terjadi peningkatan kadar hormone estrogen dan progesterone, yang mulai menurun di dalam tubuhnya akibat berkurangnya fungsi ovarium dalam memproduksi hormone estrogen dan progesterone.

#### e. Gaya Hidup

Adapun gaya hidup yang dapat mempengaruhi keluhan menopause, antara lain:

##### 1) Aktifitas fisik

Aktifitas fisik adalah setiap pergerakan tubuh akibat aktifitas otot – otot skelet yang mengakibatkan pengeluaran energi. Aktifitas fisik terdiri dari aktifitas selama bekerja, tidur, dan pada waktu senggang. Latihan fisik yang terencana, terstruktur, dilakukan berulang-ulang termasuk olahraga fisik merupakan bagian dari aktifitas fisik. Aktivitas fisik yang biasa dilakukan oleh wanita menopause antara lain: menyapu, mengepel, mencuci baju, menimba air, berkebun/bercocok tanam, membersihkan kamar mandi, mengangkat kayu atau memikul beban, mencangkul dan kegiatan lain dalam kehidupan sehari 27 hari dan beberapa aktivitas fisik berupa olahraga yang dapat dilakukan antara lain: jalan sehat dan jogging, senam pernapasan, bersepeda.



Aktivitas fisik secara teratur dapat meningkatkan kesehatan, mengurangi stres, risiko penyakit jantung koroner, hipertensi, obesitas, gejala menopause yang tidak nyaman, serta mengurangi sejumlah masalah fisik, psikologis dan social. Aktivitas fisik juga dapat meningkatkan kualitas hidup di antara wanita menopause dan beberapa penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik terkait dengan penurunan gejala hot flushes pada wanita menopause. Efek aktivitas fisik dalam penurunan hot flushes telah dijelaskan oleh teori b-endorphin. Peningkatan produksi b-endorfin di hipotalamus dapat menstabilkan sistem termoregulasi yang terganggu selama masa menopause.

bahwa wanita yang memiliki aktifitas fisik tinggi memiliki keluhan menopause yang lebih ringan dibandingkan dengan wanita yang memiliki aktifitas fisik ringan. Penelitian lain menyebutkan bahwa aktivitas fisik dapat memainkan peran penting dalam mengurangi gejala menopause dan mencegah 28 penyakit yang sering terjadi pada usia menopause.

### 2.3.1 Cara Mengukur Keluhan Menopause

Keluhan dari gejala menopause adalah serangkaian keluhan yang terjadi pada masa menopause. Diukur dengan menggunakan MRS (*Menopause Rating Scale*) yang merupakan angket yang dapat diisi oleh responden.

*Menopause Rating Scale* (MRS) telah dikembangkan oleh *The Berlin Center For Epidemiology and Health Research* di Jerman selama lebih dari 15 tahun, kini telah digunakan di 70 Negara, sehingga pertanyaan tersebut sudah tervalidasi secara isi. MRS ini terdiri dari 11 pertanyaan dengan masing – masing pertanyaan terdapat 5 pilihan jawaban atas berat ringanya keluhan. Skor terendah dari seluruh



dalam MRS ini adalah 0 dan skor tertingginya 44. Skor minimal bervariasi untuk tiga dimensi keluhan yaitu (Yulizawati, et all 2022). :

1. Keluhan somatovegetatif: 0 -16 (terdiri dari 4 keluhan) item Nomor (1,2,3,11)
  1. Badan terasa sangat panas, berkeringat
  2. Rasa tidak nyaman pada jantung (detak jantung yang tidak biasa, jantung berdebar).
  3. Masalah tidur (susah tidur, susah untuk tidur nyenyak, bangun terlalu pagi)
  4. Rasa tidak nyaman pada persendian dan otot (sakit pada persendian, kelelahan rematik).
2. Keluhan psikologis : skor 0 -16, terdiri dari 4 keluhan item nomor (4,5,6,7)
  1. Perasaan tertekan (merasa sedih, mudah menangis, tidak bergairah/lesu, mood yang berubah – ubah ).
  2. Mudah marah (merasa gugup, rasa marah, agresif).
  3. Rasa resah (rasa gelisah, rasa panik).
  4. Kelelahan fisik mental (menurunnya kinerja secara umum, berkurangnya daya ingat, menurunnya konsentrasi, mudah lupa, pikun).
3. Keluhan urogenital : 0- 12 (terdiri dari 3 keluhan) item nomor (8,9,10)
  1. Masalah – masalah seksual (perubahan dalam gairah seksual, aktivitas seksual dan kepuasaan seksual).
  2. Masalah – masalah pada kandung dan saluran kemih (sulit buang air kecil, sering buang air kecil yang tidak terkontrol).
  3. Kekeringan pada vagina (rasa kering, atau terbakar pada vagina, kesulitan dalam beruhubungan intim).



**Keluhan menopause dikategorikan menjadi 4 yaitu:**

- a. Skor 0 : tidak mengalami keluhan
- b. Skor 1 : keluhan yang dirasakan ringan
- c. Skor 2 : keluhan yang dirasakan sedang
- d. Skor 3 : keluhan yang dirasakan berat
- e. Skor 4 : keluhan yang dirasakan sangat berat

**Kategori penilaian**

- Keluhan ringan : jika skor 5 – 8
- Keluhan sedang : jika skor 9 – 16
- Keluhan berat : jika > 17
- 1. Keluhan samtovegetatif
  - Ringan : 3- 4
  - Sedang : 5 – 8
  - Berat : 9 +
- 2. Keluhan psikologi
  - Ringan : 2 – 3
  - Sedang : 4 – 6
  - Berat : 7 +
- 3. Keluhan urgenital
  - Ringan : 1
  - Sedang : 2-3
  - Berat : 4+



## BAB III

### KERANGKA KONSEP

#### 3.1 Kerangka konsep

Keterkaitan antara satu konsep yang diamati dan diukur dalam suatu penelitian yang akan dilaksanakan disebut sebagai kerangka konsep penelitian. Kerangka kosep penelitian secara oprasional visualisasi keterkaitan dari variabel satu dengan yang lain yang dibangun bedasarkan paradigma penelitian. (Suryadi, 2019).

Kerangka konsep dari penelitian yang berjudul “ Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025” .

#### **Bagan 3.1 Kerangka Konsep Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025**

Keluhan wanita menopause berdasarkan karakteristik:

- Umur
- Pekerjaan
- Pendidikan



## BAB IV

### METODE PENELITIAN

#### 4.1 Rancangan Penelitian

##### 4.1.1 Pengertian Rancangan Penelitian

Penelitian memiliki sifat deskriptif menggunakan cross-sectional penelitian cross-sectional adalah penelitian yang mengukur variabelnya sekali saja yang bertujuan dalam memproleh bagaimana Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause Di Dusun V Desa Sei Mencirim Tahun 2024.

#### 4.2 Populasi dan Sampel

##### 4.2.1 Populasi penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah wanita yang telah mengalami menopause dan memenuhi kriteria tertentu yaitu Wanita menopause yang berumur 45 - 60 tahun adalah 61 orang yaitu sesuai dengan tujuan penelitian (Nursalam, 2020).

##### 4.2.2 Sampel

Sebagian kecil dari populasi yang diambil dengan cara tertentu mewakili populasi disebut dengan sampel, supaya bisa menggambarkan kondisi seluruh populasi . (Dini et al., 2022). *Purposive sampling* adalah teknik yang ditetapkan dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini, penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantar populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti, yaitu wanita masa menopause yang ada di dusun v desa sei mencirim yang sudah menopause dan berumur 45-60 tahun adalah 40 wanita menopause.

#### 4.2 Variabel Penelitian dan Defenisi Oprasional



**Tabel 4.1 Variabel Penelitian dan Defenisi Oprasional Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025.**

Variabel	Defenisi Oprasional	Indikator	Alat ukur	Skala	Skor
Menopaus e Scale Rating MRS	Instrumen pengukuran n yang digunakan untuk mengetahu i keluhan yang di alami wanita Menopaus e	Perubahan Somvegetatif psikologis dan urogenital	Kuesioner dengan 11 pertanyaan	Ordina 1	Dengan Klasifikasi : Tidak ada 0-4 Ringan 5-8 Sedang 9 – 16 Berat >17
Usia	Usia pada ibu menopause dari lahir sampai dengan usia sekarang.	Mengajukan kuesioner kepada responden	Dengan mengajukan pernyataan	Ordina 1	Dengan kategori 1. 45-50 tahun 2. 51-55 tahun 3. 56-60 tahun
Pekerjaan	Pekerjaan wanita masa menopause yang ada di dusun v desa sei mencirim kecamatan sunggal	Pekerjaan wanita masa menopause 1. Tidak bekerja 2. Petani 3. Wiraswasta 4. PNS	Kuisisioner	Ordina 1	Dengan kriteria 1. Tidak bekerja 2. Petani 3. Wiraswasta 4. PNS



Pendidikan Jenjang pendidikan terakhir yang diselesaika n oleh responden	Pendidikan wanita masa menopause terakhir terakhir	Kuisisioner ordinal 1.SD 2. SMP 3.SMA 4. S1	Dengan kriteria
---	--	--	-----------------

#### 4.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ialah sarana yang dimanfaatkan peneliti untuk memproleh data yang relevan dan tepat. Instrument dalam penelitian ini dengan menggunakan kuisioner MRS yang terdiri dari 11 pertanyaan untuk mengetahui keluhan yang dialami oleh wanita menopause yang dimana ini dalam bentuk pernyataan dimana beberapa gejala – gejala yang tertera di kuesioner yang dialami oleh ibu menopause sekarang dan bagaimana keluhan yang dialami oleh wanita menopause berat ringankah gejala – gejala tersebut? Beri tanda “X” di kotak yang tepat untuk setiap gejala yang terdapat di kuisioner . Pada masing masing gejala – gejala yang sekarang ini tidak dialami berikan tanda “X” di kotak nomor “0” (Yulizawati,et al., 2022) . apabila responden mengisi keluhan maka akan ditotalkan dengan kriteria:

1. Tidak ada 0- 4
2. Ringan 5-8
3. Sedang 9 – 16
4. Berat >17

#### 4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian

##### 4.5.1 Lokasi



Lokasi yang dilakukan untuk penelitian ini yaitu di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara Tahun 2025.

#### **4.6 Waktu Penelitian**

##### **4.6.1 Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data**

###### **4.6.2 Teknik Pengumpulan Data**

1. Etik penelitian
2. Meminta Surat izin penelitian dari kampus
3. Meminta Izin penelitian dari kepala Desa Dusun V Sei Mencirim Kecamatan Sunggal
4. Informed consent
5. Identitas responden meliputi nama, umur, pendidikan, pekerjaan
6. Pemberian Kuisioner
7. Dokumentasi

Tahap ini yaitu memperkenalkan diri pada responden dan jelaskan maksud dan tujuan melakukan penelitian, dan memberikan lembar informen consent tanda persetujuan responden, kemudian responden menanda tangani tanda persetujuan. Kemudian responden mengisi lembar kuesioner dan memberikan kuesioner izin bertanya apabila tidak mengerti, setelah diisi kuesioner diisi lalu melakukan dokumentasi.

###### **4.6.3 Uji Validitas dan reliabilitas**

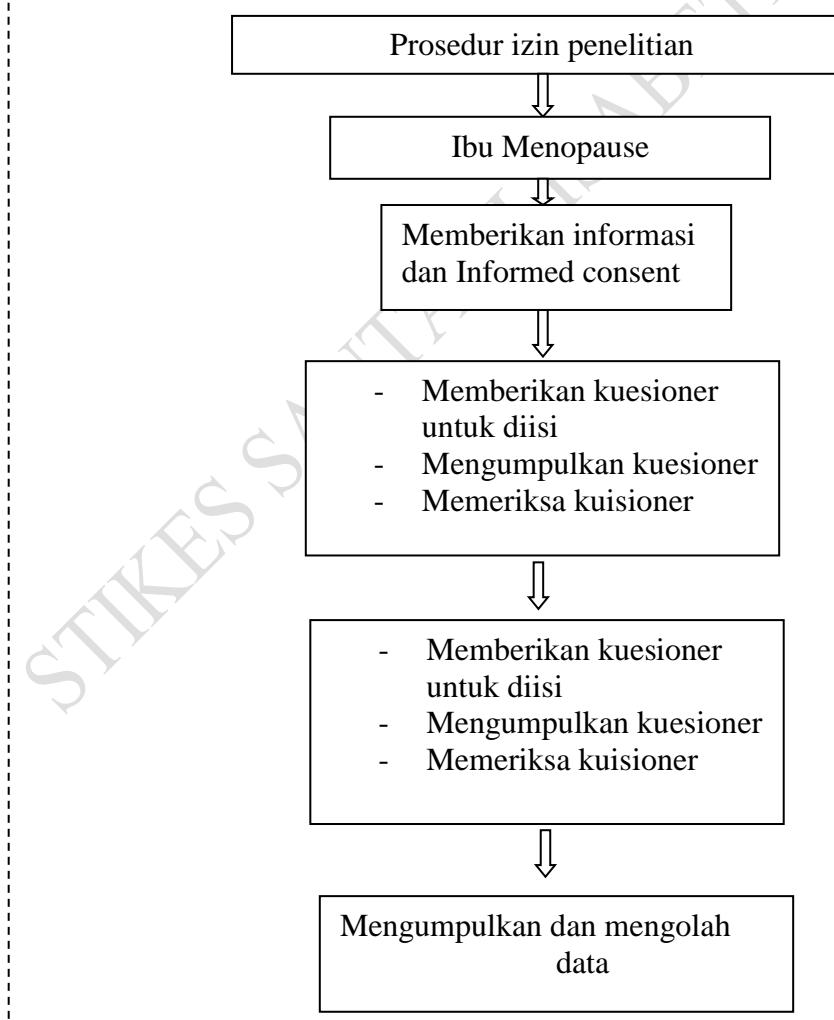
Validitas merupakan pengukuran dan pengamatan yang berarti keandalan instrument dalam mengumpulkan data. Reliabilitas adalah kesamaan hasil

pengukuran dan pengamatan dilaksanakan oleh orang yang berbeda ataupun waktu yang berbeda. Penelitian ini tidak melakukan uji validitas dan reabilitas dikarenakan, Kuesioner yang digunakan pada penelitian ini sudah valid yaitu kuesioner MRS *Menopause Rating Scale* yang digunakan untuk melihat keluhan yang dirasakan wanita masa menopause (Yulizawati,et al., 2022) .

#### 4.7 Kerangka Oprasional

##### Bagan 4.1 Kerangka oprasional

##### 1 Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025





## 4.7 Analisis Data

Dalam penelitian ini, data yang dikumpulkan akan di proses terlebih dahulu melalui tahapan seperti *editing*, *data entry*, *coding*, dan tabulasi langkah ini bertujuan untuk mengubah data mentah menjadi informasi yang tersusun rapi dan siap dianalisis lebih mendalam. Dalam statistik, informasi, yang diperoleh dipergunakan untuk proses penelitian.

## 4.8 Etika Penelitian

Setiap penelitian Kesehatan yang mengikuti sertakan manusia sebagai subjek penelitian wajib didasarkan pada tiga prinsip etik sebagai berikut.

### 1. *Respect for persons (other)*

Prinsip etika penelitian yang pertama adalah menghormati orang. Yakni menghargai semua orang yang terlibat dalam rencana kegiatan penelitian yang akan dilakukan. Dalam prinsip ini disebutkan ada 2 hal wajib diperhatikan:

1. Peneliti harus mempertimbangkan secara mendalam terhadap kemungkinan bahaya dan penyalahgunaan penelitian (hasil penelitian).
2. Terhadap subjek penelitian yang rentan terhadap bahaya penelitian, maka perlu diberikan perlindungan.

### 2. *Beneficience and Non Malefience*

Prinsip etika penelitian yang kedua adalah manfaat atau beneficence. Inti dari keduanya adalah bahwa pelaksanaan dan hasil penelitian memberikan manfaat semaksimal mungkin serta menekan risiko kerugian seminimal mungkin. Mencapai hal tersebut dibutuhkan beberapa aspek pendukung, seperti :



1. Kegiatan penelitian yang direncanakan dengan matang, atau disusun dengan tepat dan akurat.
2. Kegiatan penelitian dilaksanakan oleh mereka yang memang kompeten dan ahli di bidangnya. Subjek dalam kegiatan penelitian terjaga keselamatan dan kesehatannya.
3. Prinsip etika keadilan (*justice*)

Prinsip etika penelitian yang terakhir adalah keadilan atau justice. Artinya ada keadilan dan keseimbangan terhadap semua aspek penelitian.



## BAB V

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 5.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang. Dusun V adalah satu dusun diantara 11 dusun di Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Dusun V desa sei mencirim berbatasan dengan desa telaga sari kecamatan sunggal. Dusun V desa sei mencirim penduduk nya berjumlah 141 KK terdata, jumlah penduduk 477 jiwa, penduduk laki – laki 234 jiwa dan penduduk perempuan 243 jiwa, jumlah wanita yang berumur 45 – 60 tahun adalah 61 orang. Sarana pemerintah adalah balai desa, prasarana kesehatan di dusun V desa sei mencirim tidak ada, maka warga di desa ini pergi ke puskesmas untuk berobat. Kepercayaan penduduk di dusun v desa sei mencirim adalah kristen protestan, katolik, dan islam, prasarana peribadatan adalah gereja GBKP, HKBP, dan GBI. Suku yang terdapat di dusun v desa mencirim adalah Suku karo, Toba, dan jawa mayoritas yang paling banyak adalah suku karo.

#### 5.2 Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 40 responden wanita masa menopause mengenai keluhan yang dirasakan wanita masa menopause maka hasil akan disajikan sebagai berikut:

##### 5.2.1 Keluhan wanita masa menopause di dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025

**Tabel 5.1 Distribusi frekuensi keluhan wanita masa menopause di dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025.**



No	Keluhan	F	%
1.	Tidak ada	1	2,5
2.	Ringan	5	12,5
3.	Sedang	6	15
4.	Berat	28	70
	<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Tabel 5.1 menunjukkan wanita masa menopause sebanyak keluhan berat 28 responden (70%) dan paling sedikit keluhan masa menopause tidak ada 0 responden (0%).

### 5.2.2 Keluhan wanita masa menopause berdasarkan umur

**Tabel 5.2 Keluhan Wanita Masa Menopause Berdasarkan Umur di Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025**

No	Umur	<u>Keluhan</u>								Total	
		Tidak ada		Ringan		Sedang		Berat			
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1.	45 - 50 tahun	0	0	2	22,2	2	22,2	5	55,5	9	100
2.	51- 55 tahun	1	4,7	1	4,7	3	14,2	16	76,1	21	100
3.	56-60 tahun	0	0	2	20	1	10	7	70	10	100

Tabel 5.2 diatas dapat dilihat bahwa responden dengan keluhan berdasarkan usia 51 – 55 tahun keluhan berat sebanyak 16 responden (76,1%), usia 51-55 tahun keluhan tidak ada sebanyak 1 responden (4,7%).

### 5.2.4 Keluhan wanita masa menopause berdasarkan pekerjaan

**Tabel 5.4 Keluhan wanita masa menopause berdasarkan pekerjaan di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025**

No.	Pekerjaan	<u>Keluhan</u>								Total	
		Tidak Ada		Ringan		Sedang		Berat			
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1.	Tidak Bekerja	0	0	0	0	0	0	1	100	1	100
2.	Petani	0	0	0	0	5	19,2	21	80,7	26	100
3.	Wiraswasta	1	8,3	4	33,3	1	6	6	50	12	100
4.	PNS	0	0	1	100	0	0	0	0	1	100



Pada tabel diatas diketahui bahwa responden dengan keluhan berdasarkan pekerjaan petani keluhan berat sebanyak 21 responden (80,7%), pekerjaan Wiraswasta keluhan tidak ada sebanyak 1 responden (8,3%), pekerjaan PNS keluhan ringan sebanyak 1 responden (100%).

### 5.5 Keluhan wanita menopause berdasarkan pendidikan

**Tabel 5.5 Keluhan Wanita Menopause Berdasarkan Pendidikan Di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025.**

No	Pendidikan	<u>Keluhan</u>								Total	
		Tidak ada		Ringan		Sedang		Berat			
		F	%	F	%	F	%	F	%		
1.	SD	0	0	0	0	0	0	2	100	2	100
2.	SMP	1	5,2	0	0	1	5,2	17	89,4	19	100
3.	SMA	0	0	1	7,14	4	28,5	9	64,2	14	100
4.	S1	0	0	4	80	1	20	0	0	5	100

Pada tabel diatas diketahui bahwa responden yang berpendidikan SMP dengan keluhan berat sebanyak 17 responden (89,4%), pendidikan SD keluhan sedang 2 responden (100%).

### 5.3 Pembahasan Hasil Penelitian

#### 5.3.1 Keluhan Wanita Masa Menopause

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan banyak responden dengan keluhan berat 28 orang (70%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Norfitri, 2024) yang melakukan penelitian di Desa Sungai Tuan Ulu pada tahun 2024 dapat disimpulkan bahwa ibu memiliki keluhan menopause yang berat berdasarkan keluhan somatik, psikologis, dan urogenital.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Simangunsong, 2019) yang melakukan penelitian di kota Pematang Siantar



menunjukkan bahwa keluhan yang dialami pada kategori berat yang mengalami keluhan somatovegetatif, psikologis, dan urogenital.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Thomas et al.,2021) studi ini mengatakan bahwa gejala menopause seperti *hot flushes*,keringat malam, kelelahan, kesulitan tidur, dan perubahan gairah seksual merupakan gejala yang paling umum dan dominan dialami oleh perempuan usia 48 – 55 tahun, sebagian responden pada penelitian ini mengalami gejala fisik, psikososial, dan seksual yang berat, sebagian besar wanita menopause tidak memiliki informasi tentang menopause dan cara mengelolanya, pengetahuan yang minim berpotensi memperburuk persepsi sehingga meningkatkan beban keluhan menopause.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Zulfi et al., 2021) menunjukkan bahwa hasil menunjukkan bahwa secara garis besar responden penelitian mengalami keluhan menopause berat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Widjayanti, 2021) dimana hasil penelitian yang dilakukan didapatkan hasil keluhan menopause berat disebabkan aktivitas fisik yang berlebihan dapat memicu stres oksidatif yang dapat meningkatkan radikal bebas pada tubuh serta berdampak pada keluhan menopause, selain hal tersebut aktivitas fisik yang terlalu berat menimbulkan kelelahan yang akan semakin memperparah keluhan menopause yang dirasakan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Widjayanti, 2021) hasil penelitian didapatkan responden memiliki keluhan



menopause dimana terbanyak yaitu keluhan berat. Pada masa menopause, wanita mengalami penurunan kadar estrogen akibat tidak adanya proses folikulogenesis. Penurunan kadar estrogen inilah yang menimbulkan berbagai keluhan baik itu psikologis (depresi, mudah marah, cemas, kelelahan), keluhan fisik berupa keluhan somatis (*hot flushes*, keluhan jantung, gangguan tidur, keluhan sendi dan otot) maupun keluhan yang terkait dengan urogenital (masalah seksual, kekeringan vagina, dan kencing).

Menurut asumsi peneliti, bahwa keluhan menopause mayoritas berat yaitu 28 responden (70%), berdasarkan data tersebut secara umum dapat ditarik kesimpulan bahwa keluhan menopause yang berat pada wanita menopause disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang perubahan fisik, psikologis, dan urogenital yang terjadi selama menopause. Hal ini diperparah oleh minimnya peran petugas kesehatan dalam memberikan edukasi yang memadai mengenai menopause. Selain itu, tidak adanya kegiatan seperti senam lansia yang rutin dilaksanakan membuat wanita menopause tidak memiliki sarana untuk mengurangi keluhan yang dirasakan. Faktor lain yang memperberat kondisi ini adalah beban kerja sebagai petani serta usia yang sudah paruh baya yang kurang memiliki waktu atau kesempatan untuk mengenali serta memahami tanda-tanda perubahan yang terjadi dalam tubuh yang mereka alami.

### 5.3.1 Keluhan Wanita Masa Menopause Berdasarkan Usia

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan banyak usia responden yang paling banyak di usia 51-55 dengan keluhan berat tahun sebanyak



16 responden (76,1%) menurut asumsi peneliti bahwa semakin bertambah usia maka keluhan menopause akan semakin berat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Gultom, 2024) asumsi dari peneliti tersebut bahwa gejala menopause pada responden dipengaruhi oleh usia responden yang telah mencapai 46-58 tahun dimana pada usia ini seorang wanita akan rentan terhadap penurunan fungsi organ tubuh penurunan hormon estrogen dan progesterone akan mengalami terjadinya gejala menopause.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Ulya & Andanawarih, 2025) umur adalah waktu hidup atau ada sejak dilahirkan atau diadakan. Umur seseorang yang bertambah dapat membuat perubahan pada aspek fisik, psikologis, dan kejiwaan dalam aspek psikologis taraf berpikir seseorang semakin dewasa. Berkaitan dengan menopause, usia akan mempengaruhi perubahan fisik yang terjadi. Semakin bertambahnya usia maka akan semakin besar juga perubahan yang dialami.

Menurut asumsi peneliti bahwa usia 51 – 55 tahun adalah usia paling banyak terjadinya menopause pada wanita dimana pada usia seluruh organ reproduksi mulai berhenti bekerja, dan keluhan menopause meningkat seiring bertambahnya usia karena penurunan hormon estrogen yang semakin signifikan, sehingga paling banyak ditemui usia 51 – 55 tahun keluhan rata rata berat, responden pada usia tersebut banyak menghabiskan waktu lebih sering berpikir serta mengenai kebutuhan di masa tuanya, sehingga mengabaikan keluhan yang dirasakan hingga membuat keluhan menjadi berat, hal ini juga dipengaruhi oleh umur 51-55 tahun adalah umur wanita menopause yang banyak melakukan



aktivitas di masa sehingga terjadinya pengabaian mengenai informasi yang bisa didapat dari media sosial, tenaga kesehatan.

### 5.3.2 Keluhan Wanita Masa Menopause berdasarkan pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan banyak responden yang mengalami keluhan berat bekerja sebagai petani yaitu sebanyak 21 responden (80,7%).

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fadhilla et al., 2023) dimana responden yang bekerja dan mengalami keluhan menopause berat sebanyak (72,7%) responden, dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pekerjaan dengan keluhan menopause. Pekerjaan menentukan pendapatan seseorang yang berpengaruh pada tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu seperti media informasi untuk menambah pengetahuan. Dimana wanita yang tidak bekerja keadaan sosial ekonomi yang baik akan mempengaruhi faktor fisik kesehatan dan pendidikan pada seseorang, apabila faktor – faktor tersebut cukup baik maka akan dapat mengurangi beban fisiologis dan psikologis yang akan berdampak juga terhadap keluhan saat menopause.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Viotti et al., 2021) menunjukkan tuntutan pekerjaan memperberat keluhan pada wanita menopause, gejala menopause memperburuk dampak negatif dari tuntutan pekerjaan terhadap kemampuan kerja dan menyebabkan kelelahan, yang artinya tuntutan kerja tidak langsung menyebabkan keluhan, tetapi menjadi pemicu atau



memperparah keluhan yang sudah ada, khususnya kelelahan dan menurunya kemampuan kerja.

Hasil penelitian yang dilakukan sejalan dengan hasil penelitian (Simangunsong, 2019) yaitu ibu menopause yang bekerja lebih sedikit dari ibu yang tidak bekerja, sehingga ibu yang bekerja tidak mampu mengatasi keluhan menopause yang dirasakan karena tidak mempunyai banyak waktu untuk melihat keluhan yang dirasakan, sedangkan wanita yang tidak bekerja diharapkan mampu karena mempunyai waktu yang lebih banyak dalam mengatasi keluhan yang dirasakan.

Menurut asumsi peneliti bahwa wanita yang bekerja memiliki kesibukan sehingga waktu untuk istirahat menjadi kurang, stres pada pekerjaanya sehingga waktu untuk istirahat menjadi kurang, serta kesibukan di tempat kerja menjadi tidak ada waktu untuk memperhatikan kesehatan serta lebih sibuk, waktu yang digunakan untuk memproleh informasi, serta pengetahuan mengenai keluhan yang dirasakan selama menopause menjadi kurang dan menganggap keluhan yang terjadi tidak disadari, penyuluhan dari petugas kesehatan mengenai menopause dan senam lansia yang dibutuhkan di masa menopause tidak didapat, hal inilah yang membuat semakin hari wanita menopause tidak menyadari bahwa gejala yang dirasakan adalah keluhan yang semakin lama semakin berat.

### **5.3.3 Keluhan Wanita Masa Menopause berdasarkan pendidikan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan banyak responden dengan pendidikan rendah mengalami keluhan berat yaitu pendidikan SMP yaitu sebanyak 17 responden (89,4%).



Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fadhillah et al., 2023) dimana pada penelitiannya yang mengalami keluhan berat berada pada tingkat pendidikan SD dan SMP yang mengalami keluhan berat dikarenakan pada wanita menopause kualitas hidup secara subjektif cenderung lebih baik pada wanita menopause yang berpendidikan tinggi, semakin tinggi pendidikan kemungkinan akan mendapatkan dukungan sosial dari orang yang berada disekitar sehingga memiliki kualitas hidup menopause yang baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Simangunsong, 2019) dimana terdapat 19 responden mengalami keluhan berat. (Simangunsong, 2019) juga mengungkapkan dalam penelitiannya semakin tinggi tingkat pendidikan wanita menopause maka akan lebih mudah wanita menopause mengenali masalah yang akan dihadapinya sebagai dampak dari kehilangan hormon estrogen, menyadari bahwa masalah tersebut akan dialami sehingga mampu menerima dan berusaha melakukan pencegahan sedini mungkin dengan tetap menjaga gaya hidup sehat.

Hasil penelitianin yang dilakukan sejalan dengan penelitian (Baral & Kaphle, 2023) penelitian ini menunjukkan bahwa semakin rendah pendidikan tingkat pendidikan menopause, semakin tinggi kemungkinan wanita mengalami keluhan menopause yang berat, sebagaimana tercermin dari skor *menopause rating scale* yang tinggi dan kualitas hidup yang baru.

Sejalan dengan penelelitian yang dilakukan oleh (Namazi et al., 2019) bahwa wanita dengan pendidikan lebih rendah cenderung mengalami keluhan menopause yang lebih berat dan wanita dengan pendidikan lebih tinggi lebih



mengetahui keluhan menopause dan mempunyai strategi khusus untuk menghadapinya serta lebih mungkin untuk mencari pengobatan untuk keluhan menopause yang mereka alami.

Menurut asumsi peneliti bahwa keluhan menopause berat berdasarkan pendidikan rendah responden Hal ini dipengaruhi karena tingkat pendidikan dari responden yang berpendidikan SMP tingkat pendidikan rendah menyebabkan kurang informasi dan kemampuan untuk berpikir luas hal tersebut berhubungan keluhan menopause yang berat pada wanita masa menopause dimana mereka tidak mengerti apakah yang dirasakan itu merupakan gejala keluhan atau bukan sehingga mereka tidak mengerti dan tidak tau bagaimana cara mengatasi keluhan yang dirasakan sehingga keluhan tersebut semakin berat.



## BAB 6

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai “Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025”, maka dapat disimpulkan:

1. Sebagian besar responden wanita menopause mengalami keluhan dalam kategori berat, yaitu sebanyak 28 orang (70%) dari total 40 responden
2. Keluhan menopause berdasarkan umur menunjukkan bahwa wanita usia 51–55 tahun memiliki tingkat keluhan menopause berat tertinggi, yaitu sebanyak 16 responden (76,1%).
3. Keluhan menopause berdasarkan pekerjaan menunjukkan bahwa mayoritas wanita dengan keluhan berat bekerja sebagai petani, sebanyak 21 responden (80,7%).
4. Keluhan menopause berdasarkan tingkat pendidikan menunjukkan bahwa wanita dengan pendidikan SMP mengalami keluhan menopause berat paling banyak, yaitu sebanyak 17 responden (89,4%).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa usia pertengahan, pekerjaan fisik, dan tingkat pendidikan menengah ke bawah berhubungan dengan meningkatnya keluhan menopause, sehingga perlu perhatian khusus dari tenaga kesehatan dan lingkungan sekitar untuk mendukung kesejahteraan wanita menopause.



## 6.2 Saran

### 1. Bagi Wanita Menopause

Diharapkan wanita yang berada dalam masa menopause lebih memperhatikan gejala-gejala yang dialami dan tidak mengabaikannya. Wanita menopause juga diharapkan aktif mencari informasi melalui tenaga kesehatan mengenai cara mengelola keluhan fisik maupun psikologis.

### 2. Bagi Tenaga Kesehatan dan Bidan di Wilayah Kerja

Disarankan agar bidan dan petugas kesehatan di Dusun V Desa Sei Mencirim lebih aktif melakukan edukasi, terutama tentang keluhan menopause, cara mengatasinya, dan pentingnya Menjaga gaya hidup sehat selama masa menopause.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan, seperti keterbatasan lokasi dan jumlah sampel. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperluas cakupan wilayah dan variabel lain yang memengaruhi keluhan menopause, seperti status gizi, gaya hidup, atau faktor psikososial lainnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Asiva Noor Rachmayani. (2023). *Statistik Penduduk Lanjut Usia Provinsi Sumatera Utara 2023 Volume 9, 2024. Volume 9, 6.*
- Baral, S., & Kaphle, H. P. (2023). Health-Related Quality Of Life Among Menopausal Women: A Cross-Sectional Study From Pokhara, Nepal. *PLoS ONE, 18(1 January)*, 1–20.
- Iswahyudi, M S, Wulandari, R, Samsuddin, H.(2023) *Buku Ajar Metodologi Penelitian. Jakarta Uki Pres.*
- Dini, A Y R, Bakoil, M B Karo. (2022) *Konsep asuhan kesehatan reproduksi untuk mahasiswa kebidanan. Jakarta. Rena Cipta Mandiri.*
- Fadhillah, E. S. arrel, Amirudin, I., & Agustriyani, F. (2023). Factors associated with menopause complaints in the Prolanis group at Aisyah Medical Center (AMC) Lampung, Indonesia. *Journal of Current Health Sciences, 3(1)*, 25–30.
- Gultom, Y. F. (2025). Pengaruh senam aerobik *low impact* terhadap penurunan gejala menopause di kabupaten batu bara. *Jurnal Keperawatan Gentari Indonesia Vol. 9 No. 1 Maret 2025.*
- Kargentti, A., & Marettih, E. (n.d.). Kualitas hidup perempuan menopause. *Fakultas Psikologi UIN Suska Riau*
- Kementerian Kesehatan. (2023). *Profil Kesehatan Data Lansia di Sumatera utara*
- Mediawati, S. (2020). *Studi Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Lansia Dan Gangguan Yang Menyertainya. Jurnal Idaman, Volume 4, No. 1, April 2020*
- Namazi, M., Sadeghi, R., & Moghadam, Z. B. (2019). Social determinants of health in menopause: An integrative review. *International Journal of Women's Health, 11*, 637–647.
- Norfitri, R. (2024). Gambaran Tingkat Keparahan Gejala Menopause Pada Wanita Menggunakan *Menopause Rating Scale ( Mrs )*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat Vol .12 Nomor 2*
- Pangruating Diyu, , Kamaryati, N. P., & Raswati Teja,. (2024). Edukasi Pengenalan Menopause Pada Wanita Usia Subur di Desa Werdi Bhuwana, Kecamatan Mengwi, Kabupaten Badung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), 7(2)*, 924–933.



- Tri Nur Jayanti, Raden Nety Rustikayanti, Inggrid Dirgahayu. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Pada Wanita Menopause Di Indonesia: *Systematic Review. Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*. Volume 3 Nomor 2
- Rokayah, Y., Inayanti, E., & Rusyanti, S. (2021). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi & Keluarga Berencana (KB)*. Penerbit NEM.
- Ruwayda,, Rahma Trisnaningsih. (2025). *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Media Pustaka Indo.
- Simangunsong, D. E. (2019). Penilaian *Menopausal Rating Scale (Mrs)* Pada Wanita Menopause Di Kota Pematangsiantar Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, 14(2), 108–113.
- Suryadi, A. S. (2019). *Bahan ajar kesehatan lingkungan : metodologi penelitian*. Kementerian Kesehatan RI.
- syafullah adji, et all. (2024). *Bolong Semangki: Vitalitas Bukan Hanya Untuk Pria*. Penerbit Kbm Indonesia.
- Thomas, T., Kamath, N., Kumar, A., D'Silva, F., Shetty, P. K., & Kamath, N. (2021). Prevalence and Severity of Menopausal Symptoms Among Women - A Community-Based Cross-Sectional Study. *Online Journal of Health and Allied Sciences*, 20(1), 1–5.
- Ulya, N., & Andanawarih, P. (2025). *Kesiapan Wanita Usia 45-55 Tahun dalam Menghadapi Perubahan Masa Menopause*. Volume 8 Nomor 1
- Viotti, S., Guidetti, G., Sottimano, I., Travierso, L., Martini, M., & Converso, D. (2021). Do Menopausal Symptoms Affect the Relationship between Job Demands, Work Ability, and Exhaustion? Testing a Moderated Mediation Model in a Sample of Italian Administrative Employees. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19).
- Widjayanti, Y. (2021). Status Gizi, Aktivitas Fisik Dan Keluhan Menopause. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 6 (1).
- Widjayanti, Yhenti (2016). Gambaran Keluhan Akibat Penurunan Kadar Hormon Estrogen Pada Masa Menopause. 2(1), 96–101.
- Dirgahayu, Inggrid (2023). Faktor Yang Memengaruhi Kualitas Hidup Perempuan Menjelang Menopause. *Jurnal Keperawatan*. 15, 87–94.



Yulizawati, SST., M. K., & Marzatia Yulika, S.Keb., B. (2022). Mengenal fase menopause. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 17–24.

Zulfi, O. E., Dwiningsih, S. R., & Krisnana, I. (2021). the Body Mass Index (Bmi) Related To Menopause Symptoms. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 5(1), 73–87.

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN



## LAMPIRAN

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN



## SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH MEDAN

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang  
Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509, Whatsapp : 0813 7678 2565 Medan - 20131  
E-mail: stikes\_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 08 Mei 2025

Nomor : 619/STIKes/Dusun-Penelitian/V/2025

Lamp. :-

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth:  
Bapak/Ibu  
Kepala Dusun V  
Desa Sei Mencirim  
di  
Tempat.

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penyelesaian studi pada Prodi D3 Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, melalui surat ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa tersebut di bawah ini, yaitu:

No	Nama	NIM	Judul
1	Desy Putri Natasya Br Sembiring	022022005	Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause Di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.



Hormat kami,  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan  
Mestiana Br Karo, M.Kep., DNSc  
Ketua

Tembusan:  
1. Mahasiswa yang bersangkutan  
2. Arsip



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH MEDAN

KETERANGAN LAYAK ETIK  
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION  
"ETHICAL EXEMPTION"  
No. 060/KEPK-SE/PE-DT/V/2025

Protokol penelitian yang diusulkan oleh:  
*The research protocol proposed by*

Peneliti Utama : Desy Putri Natasya Br Sembiring  
*Principal Investigator*

Nama Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan  
*Name of the Institution*

Dengan Judul:  
*Title*

**"Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause Di Dusun V  
Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksplorasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh perpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 08 Mei 2025 sampai dengan tanggal 08 Mei 2026.

*This declaration of ethics applies during the period May 08, 2025 until May 08, 2026.*





**PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG  
KECAMATAN BUNGAOAL.  
DESA SEI MENCIRIM**

Keluar : A. Johni | Puraan No. 4 Desa Sei Mencirim Kode POS 21013

Nomor : 421 S / DUSUN/V  
Sifat : Biasa  
Lampiran :  
Perihal : Izin Penelitian

Sei Mencirim, 18 Juni 2025

Kepada Yth  
Bapak Dekan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan  
di-  
Tempat.

Sehubungan dengan Surat saudara Nomor : 619/STIKes/Dusun-Penelitian/V/2025 Pertanggal 08 Mei 2025, Perihal Permohonan Izin Penelitian untuk Mahasiswa Bapak di Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal yaitu di :

Nama Mahasiswa : DESY PUTRI NATASYA BR SEMBIRING  
NPM : 022022005  
Program Studi : Ilmu Kesehatan  
Judul : Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause Di Dusun V Desa SEi Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025

Pada prinsipnya pihak kami tidak merasa keberatan dan kami memberi izin kepada Mahasiswa Bapak tersebut untuk melakukan Penelitian di Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal sepanjang Mahasiswa tersebut dapat mematuhi aturan dan ketentuan yang berlaku dan benar-benar untuk keperluan Penelitian bukan untuk kepentingan yang lain.

Demikian Kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.



Tembusan :

1. Bapak Camat Sunggal (Sebagai laporan)
2. Yang bersangkutan
3. Pertinggal



**PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG  
KECAMATAN SUNGGAL DESA SEI MENCIRIM  
DUSUN V DESA SEI MECIRIM**

**SURAT KETERANGAN**

Nomor :-

Peral : Surat balasan ijin penelitian

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah Kepala Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Deli Serdang Medan, menerangkan bahwa mahasiswa dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medan yang berketerangan dibawah ini :

Nama : Desy Putri Natasya Br Sembiring

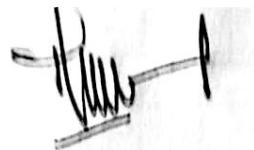
Nim : 022022005

Judul :“ Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025 ”

Telah kami setujui untuk melakukan penelitian di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang. Demikian surat ini kami sampaikan dan atas kerja samanya kami mengucapkan Terimakasih.

Diketahui,  
18 Mei 2025

Kepala Dusun



(Tamrin Ginting )



**PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG  
KECAMATAN SUNGGAL DESA SEI MENCIRIM  
DUSUN V DESA SEI MECIRIM**

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN/STUDI**

Nomor :-  
Perial : Telah melakukan penelitian  
Kepada Yth,  
Pimpinan  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan  
Jl. Bunga Terompet No. 118, Medan

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang, menerangkan bahwa:

Nama : Desy Putri Natasya Br Sembiring  
Nim : 022022005  
Program studi : DIII-Kebidanan

Dengan ini menyatakan yang sesungguhnya bahwa nama mahasiswa tersebut diatas **BENAR** telah melaksanakan penelitian di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang sejak 18 – 24 Mei 2025, dengan judul penelitian “**Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025**”.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dipergunakan oleh yang bersangkutan sebagai mana mestinya.

Diketahui, 18 Mei 2025

Kepala Dusun

(Tamrin Ginting )



**LEMBAR INFORMEND CONSENT**

**(Persetujuan Menjadi Partisipan)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama (Insial) :

Umur : .....

Alamat : .....

Menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Desy Putri Natasya Br Sembiring dengan Gambaran Keluhan Wanita Menopause Di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal . Saya berharap jawaban yang saya berikan dijaga kerahasiaannya. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun.

Medan, ...../2025

Peneliti

Responden

(Desy Putri Natasya Br Sembiring)

( )



### KUISIONER PENILAIAN KELUHAN PSIKOLOGIS MENURUT MENOPAUSE RATING SCALE

1. Nama Responden :

2. Tanggal lahir : \_\_\_\_\_

Umur : \_\_\_\_\_

- 45 – 50 tahun
- 51- 55 tahun
- 56 – 60 tahun

3. Pendidikan

- SD
- SMP
- SMA
- S1

4. Pekerjaan

- Wiraswasta
- PNS
- Petani

Yang manakah dari gejala – gejala yang tertera di bawah ini yang anda alami sekarang dan seberapa berat atau ringankah gejala – gejala tersebut?

Tolong anda berikan tanda “X” di kotak yang tepat untuk setiap gejala yang tertera di bawah ini. Untuk gejala- gejala yang sekarang ini tidak anda alami Berikan tanda “X” di kotak nomor “0”



No.	Pernyataan	Tidak Ada <b>0</b>	R <b>1</b>	M <b>2</b>	B <b>3</b>	SB <b>4</b>
1.	Badan terasa sangat panas, berkeringat					
2	Rasa tidak nyaman pada jantung (detak jantung yang tidak biasa, jantung berdebar)					
3.	Masalah tidur (susah tidur, susah untuk tidur nyeyak, bangun terlalu pagi)					
4.	Perasaan tertekan (merasa tertekan, sedih, mudah menangis, tidak bergairah/lesu , mood yang berubah-ubah)					
5.	Mudah marah (merasa gugup, rasa marah,agresif)					
6.	Rasa resah (rasa gelisah, rasa panik)					
7.	Kelelahan fisik dan mental (menurunnya kinerja secara umum, berkurangnya daya ingat, menurunnya konsentrasi, mudah lupa/pikun)					
8.	Masalah- masalah seksual (perubahan dalam gairah seksual, aktivitas seksual dan kepuasaan seksual)					
9.	Masalah- masalah pada kandung kemih dan saluran kemih (sulit buang air kecil, sering buang air kecil, buang air kecil tidak terkontrol)					
10.	Kekeringan pada vagina (rasa kering atau terbakar pada vagina, kesulitan dalam berhubungan intim)					
11.	Rasa tidak nyaman pada persendian dan otot (sakit pada persendian, keluhan rematik)					

**MASTER DATA**

GAMBARAN KELUHAN WANITA MASA MENOPAUSE DI DUSUN V DESA SEIMENCRIM KECAMATAN SUNGGAL TAHUN 2025															Total	Hasil		
DATA DEMOGRAFI RESPONDEN				KUESIONER MENOPAUSE RATING SCALE														
No	Reponder	U	PT	PK	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11			
1	Ny.R	47 Tahu	S1	Viraswasta	4	0	2	0	2	1	2	1	0	0	0	4	16	Ringan
2	Ny.K	56 Tahu	SMA	Tidak Bekerja	0	0	0	2	0	0	0	2	1	0	1	1	6	Ringan
3	Ny.A	55 Tahu	SMP	Petani	1	1	3	2	1	3	3	2	2	2	2	3	23	Berat
4	Ny.H	50 Tahu	SMP	Viraswasta	1	0	3	1	0	2	2	2	2	2	2	3	18	Berat
5	Ny.U	54 Tahu	SMA	Petani	0	0	2	2	2	3	3	2	4	1	3	22	Berat	
6	Ny.S	55 Tahu	SMP	Petani	0	0	1	1	2	0	3	2	4	1	3	17	Berat	
7	Ny.L	58 Tahu	SMP	Petani	0	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	3	15	Sedang
8	Ny.R	49 Tahu	SMP	Petani	0	1	2	1	2	1	3	2	2	1	3	18	Berat	
9	Ny.S	50 Tahu	SMA	Petani	2	1	2	1	1	2	1	2	3	1	4	20	Berat	
10	Ny.F	55 Tahu	SMP	Petani	1	2	3	3	1	1	4	2	3	1	2	23	Berat	
11	Ny.R	52 Tahu	SMA	Viraswasta	0	0	2	3	2	2	3	1	4	1	2	20	Berat	
12	Ny.R	57 Tahu	SMP	Petani	1	1	3	2	2	2	3	2	2	2	3	23	Berat	
13	Ny.M	54 Tahu	SMA	Viraswasta	0	1	2	1	2	0	2	1	3	3	4	19	Berat	
14	Ny.D	57 Tahu	SMP	Viraswasta	1	0	2	3	3	1	3	1	3	1	3	21	Berat	
15	Ny.H	54 Tahu	SMP	Petani	0	2	0	2	2	3	2	2	3	1	3	20	Berat	
16	Ny.U	56 Tahu	SMP	Petani	1	1	3	2	1	1	3	3	3	1	3	22	Berat	
17	Ny.A	51 Tahun	SMP	Petani	1	2	2	1	2	1	1	1	3	2	2	18	berat	
18	Ny.R	52 Tahu	SMA	Petani	1	1	1	1	1	0	2	1	0	1	2	11	Sedang	
19	Ny.S	59 Tahu	SMA	Petani	2	3	3	3	3	2	3	1	4	0	2	26	Berat	
20	Ny.L	51 Tahun	SMP	Tidak Bekerja	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	18	Berat	
21	Ny.R	58 Tahu	SMP	Viraswasta	1	0	1	2	2	2	3	2	3	2	4	22	Berat	
22	Ny.G	55 Tahu	SMP	Petani	0	1	2	2	2	0	3	1	3	2	2	18	Berat	
23	Ny.R	54 Tahu	SMA	Petani	2	2	3	2	2	0	2	2	0	2	2	19	Berat	
24	Ny.K	52 Tahu	S1	Viraswasta	1	1	1	1	0	0	1	1	3	0	1	10	Sedang	
25	Ny.T	53 Tahu	S1	PNS	2	0	0	2	0	0	0	2	2	0	0	8	Ringan	
26	Ny.S	54 Tahu	SD	Petani	3	2	3	2	3	2	3	1	3	1	3	26	Berat	
27	Ny.J	50 Tahu	SMP	Petani	2	0	2	2	2	2	2	1	2	1	2	18	Berat	
28	Ny.S	58 Tahu	SMP	Petani	0	0	2	2	1	1	3	2	3	3	4	21	Berat	
29	Ny.R	56 Tahu	S1	Viraswasta	0	0	0	0	1	0	2	2	0	1	2	8	Ringan	
30	Ny.U	58 Tahu	SD	Petani	2	1	2	2	3	1	4	1	3	3	3	25	Berat	
31	Ny.J	55 Tahu	SMA	Petani	0	2	2	2	1	0	3	3	2	1	3	19	Berat	
32	Ny.A	50 Tahu	S1	Viraswasta	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	5	Ringan	
33	Ny.A	50 Tahu	SMP	Petani	2	2	3	2	1	0	2	1	2	2	1	18	Berat	
34	Ny.A	50 Tahu	SMA	Petani	0	0	2	2	2	1	2	1	2	1	2	15	Sedang	
35	Ny.A	54 Tahu	SMP	Petani	1	2	3	1	2	0	2	2	3	1	3	20	Berat	
36	Ny.M	54 Tahu	SMA	Petani	1	0	2	2	0	1	3	2	3	1	2	17	Berat	
37	Ny.B	53 Tahu	SMA	Viraswasta	1	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	22	Berat	
38	Ny.H	52 Tahu	SMA	Petani	1	0	2	1	1	0	2	0	2	0	2	11	Sedang	
39	Ny.E	53 Tahu	SMP	Viraswasta	0	0	0	0	0	1	0	2	0	1	0	4	Tidak ada	
40	Ny.L	49 Tahu	SMA	Petani	0	0	1	2	2	1	2	1	2	0	3	14	Sedang	
41																		



	USIA	PENDIDIKAN TERAKHIR	PEKERJAAN	KELUHAN
N	Valid Missing	40 0	40 0	40 0

USIA

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	45-50	9	22.5	22.5
	51-55	21	52.5	75.0
	56-60	10	25.0	100.0
	Total	40	100.0	

PENDIDIKAN TERAKHIR

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	2	5.0	5.0
	SMP	19	47.5	52.5
	SMA	14	35.0	87.5
	S1	5	12.5	100.0
	Total	40	100.0	

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TIDAK BEKERJA	2	5.0	5.0
	PETANI	26	65.0	65.0
	WIRASWASTA	11	27.5	27.5
	PNS	1	2.5	2.5
	Total	40	100.0	100.0

KELUHAN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TIDAK ADA	1	2.5	2.5
	RINGAN	5	12.5	12.5
	SEDANG	6	15.0	15.0
	BERAT	28	70.0	70.0
	Total	40	100.0	100.0



## 20% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

### Top Sources

16%	Internet sources
7%	Publications
11%	Submitted works (Student Papers)

### Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.





  
**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan**

**LAMPIRAN 1.3****DAFTAR KONSULTASI LAPORAN TUGAS AKHIR****SEBELUM SIDANG PROPOSAL****DAFTAR KONSULTASI LAPORAN TUGAS AKHIR**

NAMA : Desy Putri Natasya Br Sembiring  
NIM : 022022005  
PROGRAM STUDI : D3 Kebidanan  
JUDUL : Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Desa Sei  
Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025  
PEMBIMBING : Bd. Anita Veronika, SSiT.,M.K.M

NO	Hari/Tanggal	Yang dikonsultkan	Saran pembimbing (Bd. Anita Veronika, SSiT.,M.K.M)	Tanda tangan
1.	Sabtu 14/02/2025 Konsul tatap muka	Mengenai Judul	Judul dibuat sesuai dengan masalah yang ditemukan di Klinik dengan mengumpulkan sumber dan literatur yang berkaitan dengan judul	
2.	Minggu 18/02/2025	Perbaikan kata-kata judul	Perbaikan kata – kata judul dan perbaikan	

*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan*



**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan**

			Oprasional	
5.	Kamis 27 Februari 2025 Konsul Melalui Wa	Konsul mengenai Bab IV	melengkapi instrumen penelitian	<i>shl</i>

*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan*



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan

DAFTAR KONSULTASI LAPORAN PROPOSAL LTA

NAMA : Desy Putri Natasya Br Sembiring  
NIM : 022022005  
PROGRAM STUDI : D3 Kebidanan  
JUDUL : Gambaran Wanita Dengan Keluhan Masa Menopause Di  
Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal  
PEMBIMBING : Bd. Anita Veronika, SSiT.,M.K.M

No.	Hari/Tanggal	Metode Konsultasi	Topik Konsultasi	Kritik dan Saran	Paraf Dosen
1.	Selasa, 11 Maret 2025	Via Zoom	Cover Judul	Memperbaiki judul penelitian dengan menambahkan Kecamatan Sunggal	<i>eh</i>
2.	Selasa, 11 Maret 2025	Via Zoom	BAB I	Memperbaiki kata pengantar dari laporan Tugas Akhir menjadi laporan proposal	<i>eh</i>
3.	Selasa, 11 Maret 2025	Via Zoom	BAB IV	1. Variabel penelitian - Menambahkan refrensi yang	<i>eh</i>

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan**

	Konsul tatap muka		spasi pada laporan	
3.	Senin 24/02/2025 Konsul tatap muka	Mengumpul laporan untuk direvisi semua		<i>sh</i>
4.	Selasa 25/02/2025 Konsul tatap muka	Bab I-IV	Judul diperbaiki lagi menjadi "Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Perubahan Psikologis Masa Menopause"  Bab I:  Penyusunan latar belakang dengan <ul style="list-style-type: none"><li>- Defenisi menopause</li><li>- Angka menopause</li><li>- Perubahan fisik yang di alami</li><li>- Perubahan psikologis</li><li>- Angka perubahan</li><li>- Dampak perubahan</li></ul>	<i>sh</i>

*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan*



**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan**

			<ul style="list-style-type: none"><li>- Cerita di klinik</li><li>- Mengapa penulis tertarik mengambil judul</li><li>- Tujuan umum dan khusus di sesuaikan dengan judul</li></ul> <p>Bab II Teori ditambahkan dan jelas sesuai dengan judul</p> <p>Ditambahkan teori</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Perubahan psikologis yang terjadi pada menopause</li></ul> <p>Bab III</p> <p>Kerangka konsep diperbaiki sesuai dengan judul dan ditambahkan karakteristik</p> <p>Bab IV</p> <p>Perbaiki populasi dan sampel dan Data</p>	
--	--	--	--	--

*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan*



**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan**

					jelas sumbernya untuk Skala MRS 2. Defenisi Oprasional - Memperbaiki Data oprasional sesuai dengan skala MRS yang dibuat di Tujuan khusus - Memperbaiki skor di data oprasional sesuai dengan kriteria MRS	
1.	Rabu, 19 Maret 2025	Tatap Muka	Cover Judul	Judul di perbaiki dari Gambaran Wanita Dengan Keluhan Masa Menopause Di Desa Sei Mencirim Tahun 2025 menjadi		

*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan*



<b>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan</b>						
					Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025.	
2.	Rabu, 19 Maret 2025	Tatap Muka	Daftar Isi	Lebih di perbaiki lagi sesuai dengan buku panduan	<i>shl</i>	
3.	Rabu, 19 Maret 2025	Tatap Muka	BAB III	1. Kerangka Konsep di ubah dari variabel dependen dan independen menjadi kerangka Tunggal 2. Pada kerangka konsep ditambah karakteristik - Pendidikan	<i>shl</i>	

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan**

<b>- Pekerjaan - Umur</b>						
4.	Rabu, 19 Maret 2025	Tatap Muka	BAB IV	1. Instrumen Penelitian lebih di pahami mengenai cara pengisianya dan dilampirkan cara yang tepat mengenai pengisianya 2. Pada Variabel penelitian mengenai umur dibuat umur ibu menopause kategori 45-50 tahun, 50 – 55 tahun dan 55 – 60 tahun		

*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan*



**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan**

	5.	Rabu, 19 Maret 2025	Tatap Muka	Kuesioner Penelitian	Pada kuesioner ditambahkan Karakteristik umur, pendidikan, dan pekerjaan, serta cara pengisian kuesioner	<i>✓</i>
	6.	Rabu, 19 Maret 2025	Tatap Muka	Daftar Pustaka	Daftar Pustaka diperbaiki sesuai dengan buku panduan	<i>✓</i>
	1.	Sabtu, 22 Maret 2025	Tatap Muka	BAB IV	Metode pengumpulan data lebih dipahami lagi	<i>✓</i>

*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan*

**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan****DAFTAR KONSULTASI LAPORAN PROPOSAL LTA**

NAMA : Desy Putri Natasya Br Sembiring  
NIM : 022022005  
PROGRAM STUDI : D3 Kebidanan  
JUDUL : Gambaran Wanita Dengan Keluhan Masa Menopause Di  
Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal  
PEMBIMBING : Bd. Aprilita Br Sitepu, SST., M.K.M

No	Hari /Tanggal	Metode Konsultasi	Topik Konsultasi	Kritik Dan Saran	Paraf Dosen
1.	Senin, 03 Maret 2025	Saat Sidang Proposal	Cover Judul	Judul diubah menjadi Gambaran Perubahan Pada Ibu Psikologis Perimenopause Di Desa Sei Mencirim Tahun 2025	
2.	Senin, 03 Maret 2025	Saat Sidang Proposal	Daftar Isi	Daftar Isi ditambah halaman dan disetiap lembar proposal dibuat halaman	
3.	Senin, 03 Maret 2025	Saat Sidang Proposal	Latar Belakang	1. Di latar belakang alasan dalam penentuan topik	

*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan*



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan					
				penelitian di ganti dari klinik ke waktu tempat dilaksanakan PBL D3 Kebidanan tahun 2025 2. Tempat Penelitian diubah dari Klinik Helen Tarigan ke Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal	
4.	Senin, 03 Maret 2025	Saat Sidang Proposal	BAB IV	1. Populasi dibuat jumlahnya sesuai dengan data Ibu menopause di desa mencirim  2. Instrumen Penelitian diganti dan diubah	

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan**

					sesuai dengan skala Menopause Rating Scale yang terlampir di Bab II dengan kategori penelaian Tidak ada, ringan, sedang, berat, sangat berat	
5.	Senin, 03 Maret 2025	Saat Sidang Proposal	DAFTAR PUSTAKA	3. Lokasi Penelitian diubah dari Klinik Helen menjadi Desa Sei Mencirim	Daftar pustaka di rapikan lagi sesuai dengan petunjuk pembuatan daftar pustaka dan di mendelay dengan rapi	
6.	Senin,	Tatap Muka Saat	Lembar	Kuesioner Diganti		

*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan*



**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan**

	03 Maret 2025	Sidang Proposal	Kuesioner	dengan Skala Penelian MRS  Kuesioner MRS	
1.	Sabtu, 15 Maret 2025	Tatap Muka	Cover Judul	Judul diubah menjadi Gambaran Wanita Dengan Keluhan Masa Menopause Di Desa Sei Mencirim Tahun 2025	
2.	Sabtu, 15 Maret 2025	Tatap Muka	Latar Belakang	Latar Belakang diubah disesuaikan dengan judul yang baru	
3.	Rabu, 19 Maret 2025			ACC	

**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan****DAFTAR KONSULTASI LAPORAN PROPOSAL LTA**

NAMA : Desy Putri Natasya Br Sembiring  
NIM : 022022005  
PROGRAM STUDI : D3 Kebidanan  
JUDUL : Gambaran Wanita Dengan Keluhan Masa Menopause Di  
Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal  
PEMBIMBING : Bd. Bernadetha Ambarita, SST., M.Kes

No	Hari/Tanggal	Metode Konsultasi	Topik Konsultasi	Kritik dan Saran	Paraf Dosen
1.	Senin, 03 Maret 2025	Saat sidang Proposal	Bab IV	Variabel Penelitian diganti dari Perubahan Psikologis Ibu Menopause menjadi Skala Menopause Rating Scale yang tertera di BAB II.	Deta
2.	Senin, 03 Maret 2025	Saat sidang Proposal	Kuesioner	Kuesioner penelitian diganti menjadi skala MRS	Deta
3.	Senin, 17 Maret 2025			ACC	Deta



**REVISI SETELAH SIDANG**  
**LEMBARAN KONSULTASI PROPOSAL**

Nama Mahasiswa : Desy Putri Natasya Br Sembiring  
Nim : 022022005  
Judul : Gambaran Keluhan Wanita Masa Menopause di Dusun V Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Tahun 2025  
Nama Pembimbing : Bd. Anita Veronika, S.SiT.,M. KM

N O	Hari/t angga 1	Metode Konsult asi	Jenis Konsulta si	Kritik Dan Saran	Dosen Pembimbi ng	Paraf
1.	Rabu, 17 juni 2025	Luring Luring	BAB I BAB IV BAB V	1. Tujuan Khusus disesuaikan dengan DO 2. Jumlah responden disesuaikan dengan data PBL 3. Populasi disesuaikan dengan jumlah menopause 4. Teknik pengambilan sampel diubah menjadi purposive sampling sesuai teknik di lapangan 5. Gambaran penelitian dijelaskan secara rinci 6. Tabel penelitian diperbaiki presentasenya, dan table sesuai dengan tujuan khusus 7. Penjelasan sesuai dengan panduan table 8. Pembahasan diperbaiki dan ditambah jurnal terbaru	Bd. Aprilita Br Sitepu, SST., M. K. M	



2	Rabu, 18 juni 2025	Luring	BAB V BAB IV	1.Pembahasan ditambah 2. Kesimpulan dan saran diperbaiki dan secara jelas	Bd. Bernadetta Ambarita, SST. M. Kes	
3	23 Juni 2025	Luring	BAB V	1.Populasi ditambahkan jumlahnya 2. sampel disertakan sesuai dengan populasi 3.Tabel hasil penelitian disesuaikan dengan panduan 4.Penjelasan di hasil presantase disesuaikan 5Gambaran penelitian secara rinci	Bd. Anita Veronika, S.SiT.,M. KM	
4	26 juni 2025	Luring	BAB V	1.Tabel hasil penelitian disesuaikan dengan panduan diperbaiki dengan teliti 2. penjelasan di hasil sesuaikan dengan panduan	Bd. Anita Veronika, S.SiT.,M. KM	
5.	28 Juni 2025	Luring	BAB V	1. Tabel hasil penelitian disesuaikan dengan panduan diperbaiki dengan teliti	Bd. Anita Veronika, S.SiT.,M. KM	
6.	7 Juli 2025	Luring	BAB I- BAB V	Diperiksa Bab I-Bab V dan kembali ke pembingbing	Bd. Bernadetta Ambarita, SST. M. Kes	



7.	08 juli 2025	Luring	BAB V BAB IV	1.Jurnal diperbarui lagi sesuai dengan jurnal terbaru 2.Kesimpulan diperbaiki lagi 3.Kembali pada pembingbing	Bd. Aprilita Br Sitepu, SST., M. K. M	
8.	14 Juli 2025	Luring	Cover judul dan daftar pustaka	1.Diperbaiki tulisanya dan daftar pustaka diperbaiki 2. ACC	Bd. Anita Veronika, S.SiT.,M. KM	
9.	30 Juni 2025	Luring	<i>Abstract</i>	ACC	Amando Sinaga,S.P d.,M.Pd	



STIKES SANTA ELISABETH MEDAN