

**PREVALENSI GEJALA DEPRESI PADA IBU-IBU PKK YANG SUDAH
MENOPAUSE DI DESA PEGUYANGAN KAJA DENPASAR
TAHUN 2016**

Made Paramartha Kesuma¹, I Dewa Ayu Inten Primayanti², I Made Krisna Dinata²
Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana¹
Bagian Ilmu Faal Fakultas Kedokteran Universitas Udayana²

ABSTRAK

Menopause merupakan proses fisiologi pada wanita yang ditandai dengan berakhirnya periode menstruasi. Pada wanita menopause didapatkan kejadian untuk mengalami gejala depresi semakin meningkat, sedangkan data mengenai prevalensi gejala depresi pada wanita menopause masih terbatas. Tujuan studi ini untuk mengetahui prevalensi gejala depresi pada wanita menopause. Desain penelitian ini adalah deskriptif cross-sectional menggunakan kuisioner. Penelitian ini menggunakan metode *non random konsekutif*. Sampelnya adalah ibu-ibu PKK yang sudah menopause di Peguyangan Kaja tahun 2016 dan memenuhi kriteria inklusi. Data yang diperoleh dari kuisioner antara lain karakteristik sosiodemografi meliputi usia, status perkawinan, pekerjaan, pendidikan, paritas, riwayat pemakaian kontrasepsi dan rerata usia menopause, pengetahuan tentang menopause dan interpretasi gejala depresi. Pada penelitian ini terdapat 100 orang yang memenuhi kriteria inklusi. Dari 100 orang sampel didapat rerata usia yaitu 56,73 ($\pm 5,581$), Status Perkawinan paling banyak adalah kawin dengan jumlah 87 orang (87%), Jenis pekerjaan paling banyak 46 orang (46%) ibu rumah tangga, 81 orang (81%) memiliki paritas multipara, dan 46 orang (46%) tidak memiliki riwayat pemakaian kontrasepsi. Pada pengetahuan tentang menopause didapatkan 74 orang (74%) tidak mengetahui apa definisi dari menopause. Prevalensi gejala depresi pada wanita menopause adalah 29 orang (29%). Dari hasil penelitian didapatkan kesimpulan bahwa prevalensi gejala depresi pada wanita menopause di desa Peguyangan Kaja Denpasar tergolong cukup tinggi yaitu 29%, diharapkan petugas kesehatan atau puskesmas lebih memberikan edukasi mengenai dampak-dampak yang terjadi saat terjadi menopause, sehingga mengurangi angka kejadian depresi.

Kata Kunci: *Gejala Depresi, Menopause, Prevalensi*

ABSTRACT

Menopause is a physiological process in women which is characterized by the end of the menstrual period. The incidence of depression symptom is rising among menopausal women, whereas data about the prevalence of depression symptom are insufficient. The purpose of this study is to find out the prevalence of depression symptom among menopausal women. This research design is descriptive cross-sectional with questionnaire as the instrument. This research is using non random consecutive method. The sample are PKK (village organization) women who are already menopause in Peguyangan Kaja in 2016 and comply the inclusion criteria. Data that has been gained from the questionnaire are comprised of sociodemography characteristic include age, marriage status, job, education, parity, contraception usage history and menopausal age, knowledge about menopause and the depression symptom interpretation. In this research there are 100 people that has complies the inclusion criteria. From 100 sample the average age is 56,73 ($\pm 5,581$), 87 women (87%) are married, 46 people (46%) are housewives, 81 women (81%) had multipara labor, and 46 samples (46%) has no

contraception usage history. In menopausal knowledge, 74 (74%) samples was found did not know the definition of menopause. The prevalence of depression symptom in menopausal women is 29%. From this research we can conclude that the prevalence of depression symptom in menopausal women in peguyangan kaja village denpasar is quite high at 29%, health care provider are expected to be able to give more education about the risk that can be happened in menopause phase so the prevalence of depression can be reduced.

Keyword : Depression Symptom, Menopause, Prevalence

PENDAHULUAN

Menopause merupakan proses fisiologi pada wanita yang ditandai dengan berakhirnya periode menstruasi. Pada periode *menopause* banyak wanita beranggapan menjadi tua karena organ reproduksi yang sudah tidak berfungsi.

Usia Menopause pada wanita bervariasi ada yang termasuk dalam kategori menopause dini, cepat, normal, dan kategori menopause lambat, apabila *Menopause* kurang dari usia 45 tahun maka dikategorikan sebagai *menopause* yang cepat, sedangkan *menopause* dini terjadi kurang dari usia 40 tahun. Kategori *menopause* lambat apabila tertunda hingga usia 55 tahun ke atas¹.

Usia *menarche* (usia haid pertama kali), status perkawinan, paritas, dan riwayat pemakaian kontrasepsi merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi usia menopause pada wanita².

Perubahan hormonal membuat wanita pada masa menopause banyak mengalami perubahan secara fisik

maupun psikologis. Perubahan-perubahan fisik yang terjadi yaitu ketidakaturan siklus haid, gejala rasa panas (*hot flushes*), jantung berdebar-debar, perubahan pada mulut, kekeringan vagina, perubahan kulit, keringat berlebihan, sulit tidur (*insomnia*), penambahan berat badan, nyeri otot dan sendi, dan risiko terkena penyakit seperti osteoporosis dan penyakit kardiovaskular. Sedangkan perubahan dari segi psikologis adalah kecemasan, mudah tersinggung, depresi dan stress².

Telah diketahui sebelumnya bahwa menopause merupakan suatu masa peralihan menuju masa tua, maka menopause ini sendiri biasanya akan menimbulkan beberapa masalah baik pada fisik maupun psikis. Dalam masa ini wanita seringkali akan mengalami suatu depresi, atau yang dikenal dengan *menopausal depression* yang akan ditandai oleh suatu symptom yang di kenal dengan *The Emptiness Syndrome*. Sindrom ini biasanya timbul dengan

bentuk perilaku yang tidak terkendali dan sulit untuk dimengerti oleh pasangan atau suaminya. Depresi umumnya dua kali lebih besar menyerang kaum perempuan dibandingkan dengan pria, dan secara luas menunjukkan peningkatan risiko pada perempuan saat terjadinya fase perubahan hormonal seperti pada saat pubertas, kehamilan, dan transisi menopause³. Salah satu study dari Korean National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANES) menunjukkan bahwa 276 wanita (5,7%) di diagnosis depresi setelah mengalami usia menopause⁴. Usia reproduksi yang lebih lama memiliki hubungan dengan penurunan risiko terhadap depresi (untuk usia reproduksi > 35 tahun : OR = 0.41, P<0.001)⁴. Demikian pula usia menopause yang terlambat (52 tahun dan lebih) berhubungan dengan penurunan risiko depresi (OR = 0.35, 95% CI : 0.22–0.55) dibandingkan dengan wanita yang memiliki usia menopause kurang dari 46 tahun⁴.

Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut, serta kurangnya data mengenai prevalensi depresi pada ibu menopause, maka penulis ingin membuat penelitian dengan tema Prevalensi Gejala Depresi pada Ibu-ibu PKK yang sudah Menopause di Desa

Peguyangan Kaja Denpasar Tahun 2016.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif cross-sectional. Bertempat di Desa Peguyangan Kaja, Denpasar pada bulan Juli sampai Agustus 2016. Instrumen penelitian menggunakan data primer dari kuesioner Beck Depression Inventory (BDI). Sampel yang diikutkan sebanyak 100 orang Ibu-Ibu PKK yang sudah menopause berusia 45-65 tahun.

HASIL

Dari waktu yang sudah ditentukan, peneliti mendapatkan 100 Ibu-Ibu PKK yang sudah menopause di desa Peguyangan Kaja Denpasar.

Berdasarkan tabel 1 diketahui Rerata usia sampel adalah 56,73 ($\pm 5,581$), sedangkan pada status perkawinan yang terbanyak adalah sudah kawin dengan jumlah frekuensi 87 orang (87%), dan sisanya yang belum menikah memiliki jumlah 4 orang (4%), serta janda memiliki jumlah 9 orang (9%). Tingkat Pendidikan wanita menopause didesa Peguyangan Kaja Denpasar masih tergolong rendah, hal ini dikarenakan hampir 80 orang (80%) hanya menempuh jenjang pendidikan sampai dengan tamat SD.

Pada Tabel 1 terlihat juga bahwa yang menempuh pendidikan sarjana hanya 6 orang (6%), sisanya SMP 7 orang (7%) dan SMA 7 orang (7%).

Ibu Rumah Tangga adalah jenis pekerjaan terbanyak yaitu 46 orang (46%), sedangkan yang terendah pengangguran dengan frekuensi 3 orang (3%). Buruh memiliki frekuensi 7 orang (7%), petani 10 orang (10%), pedagang 17 orang (17%), guru 5 orang (5%), PNS 3 orang (3%), dan swasta 9 orang (9%). Para wanita menopause di desa Peguyangan Kaja Denpasar memiliki paritas terbanyak adalah multipara dengan frekuensi 77 orang (77%), sedangkan yang paling sedikit adalah grande multipara hanya 6 orang (6%), sisanya nullipara dengan frekuensi 9 orang (9%) dan primipara 8 orang (8%). Riwayat pemakaian kontrasepsi yang paling jarang digunakan adalah jenis pil

KB berjumlah 8 orang (8%), sedangkan yang terbanyak adalah tidak menggunakan alat kontrasepsi dengan frekuensi 46 orang (46%). Penggunaan IUD sebanyak 37 orang (37%) dan suntik memiliki frekuensi 9 orang (9%). Pada data rerata usia menopause para ibu didesa Peguyangan Kaja Denpasar adalah sebesar 49,7.

Tabel 1. Distribusi, Rerata, Standar Deviasi dan Proporsi Karakteristik Dasar Sosiodemografi Wanita Menopause di Desa Peguyangan Kaja Denpasar 2016

Karakteristik Sosio Demografi	Frekuensi (n=100)	Rerata, SD atau proporsi (%)
Usia		56,73 (\pm 5,581)
Status Perkawinan		
Belum Menikah	4	4%
Kawin	87	87%
Janda	9	9%
Pendidikan		
SD	80	80%
SMP	7	7%
SMA	7	7%
Sarjana	6	6%
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	46	46%
Buruh	7	7%
Petani	10	10%
Pedagang	17	17%
Guru	5	5%
PNS	3	3%
Swasta	9	9%
Pengangguran	3	3%
Paritas		
Nullipara	9	9%
Primipara	8	8%
Multipara	77	77%
Grande Multipara	6	6%
Riwayat Pemakaian Kontrasepsi		
Tidak Ada	46	46%
IUD	37	37%
Pil KB	8	8%
Suntik	9	9%
Usia Menopause		49,7

Berdasarkan Tabel 2 didapat bahwa sebagian besar wanita menopause di desa Peguyangan Kaja Denpasar tidak mengetahui apa definisi dari menopause dengan frekuensi 74 orang (74%), sedangkan 26 orang (26%) sudah mengetahui apa itu menopause.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang Menopause

Pengetahuan tentang Menopause	Frekuensi (n=100)	Proporsi (%)
Tidak Mengetahui	74	74%
Sudah Mengetahui	26	26%

Berdasarkan Tabel 3 didapat bahwa 29 orang (29%) mengalami gejala depresi sedangkan sebagian besar atau hampir 71 orang (71%) tidak mengalami gejala depresi.

Tabel 3. Distribusi Ada atau Tidaknya Gejala Depresi pada Wanita Menopause di Desa Peguyangan Kaja Denpasar

Gejala Depresi	Frekuensi N= 100	Proporsi (%)
Tidak ada (-)	71	71%
Ada (+)	29	29%

Pada Tabel 4 didapat bahwa berdasarkan tingkat pendidikan, golongan pendidikan rendah yang mengalami gejala depresi terdapat 29 subyek (30,85%), sedangkan yang tidak mengalami gejala depresi 65 subyek

(69,15%). Pada golongan pendidikan tinggi, tidak terdapat subyek dengan gejala depresi, sedangkan tanpa gejala depresi yaitu 6 subyek (100%).

Tabel 4. Distribusi Prevalensi Gejala Depresi Berdasarkan Tingkat Pendidikan di Desa Peguyangan Kaja Denpasar

Tingkat Pendidikan	Gejala Depresi (+)	Gejala depresi (-)
Rendah	29 (30,85%)	65 (69.15%)
Tinggi	0 (0%)	6 (100%)

Pada Tabel 5 didapat bahwa berdasarkan status pekerjaan, golongan bekerja yang mengalami gejala depresi terdapat 14 subyek (37,84%), sedangkan yang tidak mengalami gejala depresi sebanyak 37 subyek (62,16%). Pada golongan tidak bekerja yang mengalami gejala depresi terdapat 15 subyek (44,11%), sedangkan yang tidak mengalami gejala depresi sebanyak 34 subyek (55,89%).

Status Pekerjaan	Gejala Depresi (+)	Gejala Depresi (-)
Bekerja	14 (37,84%)	37 (62.16%)
Tidak bekerja	15 (44,11%)	34 (55,89%)

Tabel 5. Distribusi Prevalensi Gejala Depresi Berdasarkan Pekerjaan di Desa Peguyangan Kaja Denpasar

PEMBAHASAN

a. Usia Menopause

Pada data rerata usia menopause para ibu didesa Peguyangan Kaja Denpasar adalah sebesar 49,7. Hasil ini sesuai dengan penelitian NAMS (The North American Menopause Society) tahun 2010 yang menyebutkan bahwa hampir 90% perempuan mengalami menopause diantara umur 45-55 tahun⁵. Hal ini juga sesuai dengan teori dimana pada usia 40-50 tahun, siklus seks biasanya menjadi tidak teratur dan ovulasi sering tidak terjadi, sesudah beberapa bulan sampai beberapa tahun kemudian, siklus terhenti sama sekali⁶.

b. Pengetahuan Tentang Menopause

Banyak dampak yang ditimbulkan apabila seorang wanita memasuki usia menopause, akan tetapi terkadang wanita tidak mengetahui dampak tersebut. Pada saat menopause wanita akan mengalami perubahan fisiologis, diantaranya “rasa panas” (hot flushes), perubahan suasana hati, kekeringan vagina, mudah lelah, gangguan tidur, osteoporosis dan peningkatan berat badan⁸. Gejala-gejala menopause tersebut sebenarnya bisa diminimalkan apabila wanita menopause memiliki pengetahuan yang cukup mengenai menopause itu sendiri, sehingga

mengurangi dampak psikologis diantaranya kecemasan dan depresi⁷.

Pengetahuan menopause sangat dibutuhkan bagi wanita yang akan menghadapi menopause, seperti apa itu menopause, proses terjadinya menopause, gejala-gejala menopause, pola hidup saat menopause, dan terapi-terapi yang dapat digunakan dalam menghadapi menopause. Pengetahuan tentang menopause adalah salah satu faktor penting untuk menentukan respon dan tindakan pada wanita menopause, sehingga diharapkan mengurangi keluhan saat menopause⁹.

Hasil dari tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata wanita menopause di desa Peguyangan Kaja Denpasar masih memiliki pengetahuan yang rendah tentang menopause, hal ini sesuai dengan teori dimana sebagian besar wanita di Indonesia tidak mengetahui dampak yang ditimbulkan saat memasuki masa menopause. Hal ini serupa juga dengan penelitian Meilaningtyas yang menunjukkan bahwa sebagian besar wanita menopause memiliki tingkat pengetahuan yang rendah tentang menopause sebanyak 35 orang (52,2%). Sedangkan tingkat pengetahuan sedang sebanyak 27 orang (40,3%) dan tingkat pengetahuan tinggi hanya sebanyak 5 orang (7,5%)¹⁰.

c. Prevalensi Gejala Depresi pada Wanita Menopause di Desa Peguyangan Kaja Denpasar

Hasil Penelitian kali ini sedikit berbeda dengan penelitian Saputra dimana terdapat 17 subjek (17%) dengan depresi dan 83 subjek (83%) tidak terdapat depresi¹¹. Hasil dari Tabel 4 menunjukkan bahwa terdapat cukup banyak wanita menopause yang mengalami gejala depresi pada saat usia menopause yaitu sebesar 29% dan jika dibandingkan dengan penelitian Saputra dimana terdapat 17% wanita menopause yang mengalami depresi maka terjadi peningkatan kasus gejala depresi pada wanita menopause.

d. Gambaran Kejadian Gejala Depresi Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian Saputra ditemukan sedikit perbedaan dimana berdasarkan tingkat pendidikan, wanita menopause dengan tingkat pendidikan rendah yang mengalami depresi terdapat 13 orang (23,21%), sedangkan yang tidak mengalami depresi 43 orang (76,79%). Pada golongan pendidikan tinggi, wanita menopause yang mengalami depresi didapatkan sebanyak 4 orang (9,09%), sedangkan yang tidak

mengalami depresi 40 orang (90,91%)¹¹.

e. Gambaran Kejadian Gejala Depresi Berdasarkan Pekerjaan

Jika dibandingkan dengan penelitian Saputra, didapatkan hasil yang serupa dimana pada penelitian saputra berdasarkan status pekerjaan, golongan wanita menopause bekerja yang mengalami depresi didapatkan 6 orang (14,63%), sedangkan yang tidak mengalami depresi sebanyak 35 orang (85.37%). Pada golongan wanita menopause tidak bekerja yang mengalami depresi didapatkan 11 orang (18.64%), sedangkan yang tidak mengalami depresi sebanyak 48 orang (81.35%)¹¹.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian terhadap wanita menopause di desa Peguyangan Kaja Denpasar tahun 2016, maka didapat kesimpulan diantaranya, pada karakteristik dasar sosiodemografi didapat rerata usia yaitu 56,73 ($\pm 5,581$), status perkawinan paling banyak adalah kawin sebesar 87 %, pada pekerjaan terbanyak adalah ibu rumah tangga 46%, paritas terbanyak adalah multipara 77%, riwayat penggunaan kontrasepsi terbanyak adalah tidak memiliki riwayat

penggunaan kontrasepsi 46%. Pada pengetahuan tentang menopause banyak yang tidak mengetahui apa definisi dari menopause 74%. Prevalensi gejala depresi pada wanita menopause di desa Peguyangan Kaja adalah 29 orang (29%).

DAFTAR PUSTAKA

1. Rohmatika,D., Sumarni., Prabandari, F., 2012. Pengaruh Usia Menarche Terhadap Usia Menopause Pada Wanita Menopause Di Desa Jingsang Babakan Kecamatan Ajibarang Kabupaten Banyumas Tahun.Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol. 3 No. 2
2. Sulistiany, E. 2013., Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Waktu Terjadinya Menopause Pada Wanita Usia 40 – 55 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Barat.Program Studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatra Utara Medan
3. Taylor, J.V. & Hickey, M., 2014. Menopause and depression: Is there a link ?. *Journal maturitas* 79: 142–146
4. Jung, S.J., Shin, A., Kang, D., 2015. Hormone-related factors and post-menopausal onset depression: Results from KNHANES (2010–2012). *Journal of Affective Disorders* 175:176–183
5. The North American Menopause Society (NAMS)., 2010. *Contemporary Clinical Management of Menopause. Menopause Practice: A Clinician’s Guide*
6. Guyton, A.C. & Hall, J.E., 2014. *Guyton and Hall Textbook of Medical Physiology*. Elsevier Inc. : Twelfth edition
7. Nurningsih., 2012. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Keluhan Wanita Saat Menopause di Kelurahan Cijantung Kecamatan Pasar Rebo Jakarta Timur Tahun 2012. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta
8. Soto, N., Koonce, M., Smith, G. 2010.,*Women’s Health A Special Addition to Staying Healthy: An English Learner’s Guide to Health Care and Healthy Living*. Florida Literacy Coalition Florida’s Adult and Family Literacy Resource Center
9. Indriani, Nur., 2007. (Skripsi) Perbedaan Sikap Wanita dalam Menghadapi Masa Klimakterium Dilihat dari Pengetahuan tentang Menopause di Desa Kampung Islam Kusamba Kecamatan Dawan Kabupaten Klungkung Bali. Malang : Fakultas Psikologi UIN Malang
10. Meilaningtyas, G., 2015. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kecemasan Wanita Menjelang Menopause di Desa Bowan Delanggu Klaten. Program Studi Bidan Pendidik Jenjang D IV Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta.
11. Saputra, M., 2011. Depresi Pada Wanita Menopause Dan Hubungannya Dengan Kualitas Hidup. (Tesis). Padang : Universitas Andalas.