



TINGKAT DEPRESI WANITA MENOPAUSE TERHADAP KEIKUTSERTAAN POSYANDU LANSIA

DEPRESSION RATE OF MENOPAUSAL WOMEN TOWARDS THE PARTICIPATION OF POSYANDU LANSIA

Raja Sal Sabila Hervina¹, Nur Ainy Fardana N², Ashon Sa'adi²

1. Program Studi Pendidikan Bidan, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga
2. Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga

Alamat korespondensi:

Jl. Luntas, Tambaksari, Surabaya,

Email: Rajasalsabilah23@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Menopause merupakan proses fisiologis yang ditandai dengan berhentinya menstruasi selama 1 tahun setelah menstruasi terakhir, terjadi pada setiap wanita yang berusia 40 sampai 55 tahun. Adaptasi perubahan yang terjadi pada masa menopause seperti *hot flushes*, gangguan tidur, cemas, daya ingat menurun, dan lain sebagainya. Jika adaptasi perubahan tersebut tidak ditangani dengan baik maka dapat mempengaruhi kualitas hidup dan kesehatan wanita menopause, yang mungkin mengarah ke gejala depresi. Oleh sebab itu pemerintah mengadakan posyandu lansia yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup, salah satunya masalah pada wanita menopause. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan tingkat depresi wanita menopause yang mengikuti posyandu lansia dan tidak. **Metode:** Penelitian menggunakan analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Besar sampel sebanyak 68 orang yang sudah menopause meliputi 34 orang yang mengikuti posyandu lansia dan 34 orang yang tidak mengikuti posyandu lansia. Teknik *sampling* menggunakan *consecutive sampling*. Variabel independen dalam penelitian adalah wanita menopause dan variabel dependen adalah depresi yang diukur dengan *Beck Depression Inventory* (BDI). Analisa data menggunakan *Mann-Whitney* ($P < 0,05$). **Hasil:** Hasil analisis bivariat didapatkan sebagian besar pada kategori normal $p=0,479$; depresi ringan $p=0,850$; depresi sedang $p=1,0$; dan depresi berat $p=0,317$. **Kesimpulan:** Tidak terdapat perbedaan tingkat depresi wanita menopause yang mengikuti posyandu lansia dan tidak di wilayah kerja Puskesmas Mojo Surabaya.

Kata kunci: Menopause, Depresi, Posyandu lansia

Abstract

Background: Menopause is a physiological process marked with no menstruation for a whole year since the last menstruation, oftenly occurs in woman with age 40 to 55. Adaptation to the menopause conditions include hot flushes, sleeping disorder, axiety, degrading memory, and etc. If those adaptations are not handled correctly, menopause woman could be effected especially in life quality and health which leads to depression. To resolve such problem, the government has built "Posyandu Lansia" in order to increase life quality, one of them is in menopause woman. This research aims to compare depression level of menopause woman who joins "Posyandu Lansia" and who does not. **Methods:** The type and design of the study were analytic retrospective with cross sectional. Sample size 68 people as participants divided into two groups of 34 people join "Posyandu Lansia" and the other 34 people do not join "Posyandu Lansia". Sample was taken by consecutive sampling. The dependent variable was depression level with measured of Beck Depression Inventory (BDI), the independent variable were Menopausal women. Data analysis were tested using Mann-Whitney.

e-ISSN 2656-7806 © 2019



Published by Universitas Airlangga. This is an **Open Access (OA)** article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Share-Alike 4.0 International License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

DOI: 10.20473/imhsj.v3i4.2019.287-292



Result : *Acquired from bivariat analysis is mostly on normal category $p=0,479$; mild depression $p=0,850$; medium depression $p=1,0$; and heavy depression $p=0,317$.* **Conclusion:** *There were no differences in the rates of depression in menopausal women who participated and did not participate at Posyandu Lansia in the Puskesmas Mojo Surabaya work areas.*

Keywords: Menopause, Depression, Posyandu Lansia

PENDAHULUAN

Menopause merupakan suatu hal yang fisiologis yang terjadi pada setiap wanita yang ditandai dengan berhentinya menstruasi secara permanen, menurut Depkes RI (2009) menopause terjadi pada wanita usia 45-55 tahun dengan ditandai berhentinya menstruasi selama 1 tahun setelah menstruasi terakhir (Varney, 2009). Di Indonesia, wanita yang memasuki masa menopause sebanyak 7,4% dari populasi, dari tahun ketahun jumlah tersebut terus meningkat (Depkes RI, 2009). Data profil kesehatan surabaya tahun 2016, proporsi perempuan dalam usia menopause di surabaya sebanyak 9,8%. Pada wanita yang memasuki usia menopause akan terjadi berbagai macam keluhan, keluhan tersebut dirasakan karena adanya perubahan fisik dan psikologis yang terjadi pada wanita menopause tersebut. (Astari, et al., 2014). Keluhan fisik maupun psikis ini tentu saja akan mengganggu kesehatan wanita. Dan juga bisa memengaruhi kualitas hidupnya (Rostiana, T., 2009). Gejala psikologis juga dapat mengarah ke depresi, dan ini merupakan masalah kesehatan yang umum terjadi pada wanita menopause. Pada penelitian Poorandokht *et al.*, (2015) menunjukkan bahwa 59,8% dari 1.280 sampel mengalami depresi, khususnya 39,8% mengalami depresi ringan, depresi sedang 16%, dan depresi berat 4%. Dan di Indonesia dilakukan penelitian oleh Made Paramartha (2016) di Denpasar, didapatkan hasil 29% dari 100 wanita menopause mengalami gejala depresi. Dan juga pada penelitian Guna S.T (2012) yang dilakukan di RSUD Dr. Moewardi, didapatkan hasil dari 31 wanita menopause 25 orang mengalami depresi. Pemerintah memberikan solusi diantaranya Puskesmas Santun Lanjut Usia atau Posyandu Lansia yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup para lanjut usia. Salah satunya masalah pada wanita menopause. Yang mana program ini diharapkan efektif untuk memberikan informasi mengenai menopause (Depkes RI, 2012).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan tingkat depresi wanita menopause yang mengikuti posyandu lansia dan tidak di wilayah kerja Puskesmas Mojo Surabaya.

METODE

Tempat penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mojo Surabaya.

Desain penelitian menggunakan penelitian analitik dengan metode *cross sectional*.

Populasi pada penelitian ini adalah wanita menopause yang mengikuti posyandu lansia dan tidak.

Teknik sampling yang digunakan adalah *consecutive sampling*, dengan kriteria inklusi yaitu: wanita menopause (tidak menstruasi selama ≥ 12 bulan), usia 50 sampai 65 tahun, mampu berkomunikasi dengan baik dan bersedia menjadi responden penelitian.

Pengumpulan data adalah wanita menopause yang mengikuti posyandu lansia dan yang tidak mengikuti posyandu lansia dengan cara kunjungan rumah dan menyayi orang sekitar.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel dependen yaitu tingkat depresi dan juga distribusi frekuensi variabel independen yaitu wanita menopause. Selanjutnya, analisis bivariat menggunakan uji *Mann-Whitney* untuk mengetahui perbedaan tingkat depresi wanita menopause yang mengikuti posyandu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Perbedaan tingkat depresi wanita menopause

Tingkat Depresi	Mengikuti Posyandu Lansia				Total	P Value
	Ya		Tidak			
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase		
Normal	30	88,24%	25	73,53%	55	0,745
Gejala Depresi Ringan	3	8,82%	9	26,47%	12	0,850
Gejala Depresi Sedang	0	0,00%	0	0,00%	0	1,000
Gejala Depresi Berat	1	2,94%	0	0,00%	1	0,317
TOTAL	34	100%	34	100%	68	



Dari keseluruhan 68 responden mayoritas masih berada pada skor < 10 yang memiliki makna responden tidak menunjukkan gejala depresi atau normal. Dari hasil tersebut diketahui bahwa seluruh kategori depresi nilai $p > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan tingkat depresi wanita menopause yang mengikuti posyandu lansia dan tidak mengikuti posyandu lansia di wilayah kerja Puskesmas Mojo Surabaya.

Hasil uji analisis pada penelitian ini didapatkan hasil pada gejala depresi normal $p\ value = 0,745$, gejala depresi ringan dengan $p\ value = 0,850$, gejala depresi sedang $p\ value = 1,000$ dan gejala depresi berat $p\ value = 0,317$, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini tidak memiliki perbedaan yang signifikan pada tingkat depresi antara yang mengikuti posyandu lansia dan tidak, tetapi dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa yang mengikuti posyandu memiliki jumlah responden yang mengalami gejala depresi lebih sedikit dibandingkan dengan yang tidak mengikuti posyandu lansia.

Terdapat satu orang responden yang berada pada tingkat depresi berat di kelompok yang mengikuti posyandu lansia, meski begitu posyandu lansia tidak menjadi faktor penentu tingkat depresi wanita menopause karena ada faktor lain yang dapat memicu gejala depresi wanita menopause tersebut, seperti dukungan sosial, latar belakang keluarga, serta intensitas durasi responden yang mengikuti posyandu lansia dan lainnya. Pada penelitian Millatina (2015) menyatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan maka penerimaan diri wanita menopause juga semakin tinggi dan hal yang sama juga termuat dalam penelitian Desi P (2009) wanita pada masa menopause memerlukan dukungan sosial salah satunya dukungan suami.

Dalam penelitian ini sebanyak 13 orang responden yang mengalami gejala depresi pada kedua kelompok menjawab soal no 21 yang berbunyi “ perasaan terhadap pasangan (minat dalam berhubungan seks) ” yang mana sebagian besar telah kehilangan minat untuk berhubungan seksual. Pada penelitian Purwo N (2013) dan Nining (2017) didapatkan bahwa ada perubahan perilaku seksual pada wanita menopause, hal ini terjadi karena berkurangnya hormon estrogen yang

berefek pada penipisan dinding vagina, selain itu permukaan vagina menjadi licin karena berkurangnya rugae-rugae (kerut) pada vagina, akibatnya wanita menopause akan mengeluh nyeri waktu senggama dan membuat wanita menopause malas untuk berhubungan seksual.

Kegiatan yang bisa ditambahkan adalah kelompok wanita menopause, yang dapat membuat wanita menopause dapat saling berbagi pengalaman satu sama lain. Seperti pada penelitian yang dilakukan di Iran oleh Zahra Vakili (2019) menunjukkan bahwa pendidikan wanita menopause secara berkelompok lebih efektif untuk meningkatkan fungsi seksual wanita, dan dapat digunakan sebagai metode pendidikan yang tepat untuk wanita menopause dan di Indonesia juga pada terdapat penelitian yang dilakukan oleh Yusuf (2008) bahwa dukungan kelompok sebaya mampu menurunkan gejala depresi yang terjadi pada wanita menopause.

Menurut Suci N (2017) bidan sebagai tenaga kesehatan profesional memiliki tugas penting dalam konseling dan pendidikan kesehatan untuk membantu memberdayakan wanita menopause, sehingga dapat melalui masa transisi dengan bahagia dan sejahtera serta tetap dapat berkarya dan dapat mempersiapkan masa usia lanjut dengan sehat. Peran bidan disini juga dapat berkaitan dengan kegiatan posyandu yaitu pemberian konseling, yang mana peran bidan disini sangat membantu untuk meningkatkan kemampuan wanita menopause dalam mengelola menopausenya dengan memberikan informasi, dukungan, dan dorongan melalui proses konseling.

SIMPULAN DAN SARAN

Pada penelitian ini tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat depresi wanita menopause yang mengikuti posyandu lansia dan tidak. Mayoritas responden penelitian ini berada pada kategori normal, tetapi masih ditemukan wanita menopause yang mengalami gejala depresi di wilayah kerja Puskesmas Mojo Surabaya.

Diharapkan adanya tambahan kegiatan posyandu lansia yaitu konseling dan kegiatan kelompok wanita menopause untuk membantu wanita menopause mengatasi masa menopausenya dan sebaiknya penelitian ini juga menggali latar



belakang, dukungan sosial dan intensitas durasi yang mengikuti posyandu lansia, karena hal tersebut bisa menjadi salah satu faktor depresi yang sedang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

- Azka, Millatina. 2015. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Wanita Menopause*. Jurnal Prosiding Psikologi **1**(2)
- Istighosah, Nining. 2017. *Perilaku Seksual Pada Usia Menopause Di Posyandu Lansia*. Jurnal Kebidanan Dharma Husada **6**(2)
- Nurfajriyah, Suci. 2017. *Pengaruh Konseling Menopause Oleh Bidan Konselor Terhadap Pengetahuan Tentang Menopause*. Indonesian Midwifery Journal. jurnal.umt.ac.id/index.php/imj/article/download/142/98
- Poorandokht, A. *et al*, 2015. Prevalence of Depression in Postmenopausal Women. *Jundishapur Journal of Chronic Diseases Care*. **4** (3), e27521. Diperoleh dari : <http://ijchronic.com/en/articles/21748.html>
- Purwo N., Yunus. 2013. *Hubungan Antara Stadium Menopause Dengan Perubahan Seksual Wanita Menopause Di Posyandu Lansia*. Jurnal Keperawatan **4**(1)
- Vakili, Zahra. 2019. *Comparing The Effects Of Two Methods Of Group Education And Peer Education On Sexual Dysfunction Of Menopausal Women: A Randomized Controlled Trial*. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research* **24**(3) ; 187-192
- Yusuf, Ahmad. 2008. *Peer Group Support Menurunkan Tingkat Depresi Wanita Menopause*. Jurnal Ners **3**(1) ; 61-66