

**PENGARUH PENGGUNAAN KONTRASEPSI HORMONAL  
TERHADAP KEJADIAN MENOPAUSE DI PUSKESMAS  
PRAMBON**

**TUGAS AKHIR**



Oleh:

**RENI WIDIYASTUTI**

**152111913025**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
DEPARTEMEN KESEHATAN  
FAKULTAS VOKASI  
UNIVERSITAS AIRLANGGA**

**2024**

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang**

Menopause merupakan suatu fase alami dalam kehidupan seorang wanita yang umumnya terjadi pada usia 45-55 tahun. Proses ini ditandai dengan berhentinya siklus menstruasi selama 12 bulan atau 1 tahun berturut-turut dikarenakan ovarium mulai berhenti memproduksi sel telur dan hormon reproduksi seperti estrogen dan progesteron (Purwoastuti, 2015). Menopause dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu pemakaian kontrasepsi hormonal. Kontrasepsi hormonal merupakan suatu metode yang digunakan untuk mencegah kehamilan. Kontrasepsi hormonal banyak digunakan oleh wanita karena cara kerjanya yang efektif, mudah ditemukan, dan praktis. Namun, kontrasepsi hormonal ternyata dapat mempengaruhi menopause. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Paramita (2023) menyatakan bahwa wanita yang pernah memiliki riwayat menggunakan kontrasepsi hormonal akan lebih tua atau lambat mengalami menopause karena kontrasepsi hormonal menekan ovulasi dan menyebabkan ovum kehilangan seluruh cadangan folikel. Akan tetapi, masih banyak wanita yang tidak mengetahui bahwa pemakaian kontrasepsi hormonal dapat mempengaruhi menopause.

Data yang diperoleh oleh BPS Indonesia tahun 2022 jumlah penduduk Indonesia mencapai 275,7 juta, dimana 12,9 persen diantaranya adalah wanita dan 18,03 persen merupakan total wanita menopause yang berusia 45-55 tahun. Berdasarkan data BPS Provinsi Jawa Timur tahun 2022, komposisi penduduk

wanita di Jawa Timur dengan usia 45-49 sebanyak 7,37 persen, usia 50-54 sebanyak 6,88 persen, usia 55-59 sebanyak 6,13 persen. Berdasarkan data BPS Sidoarjo tahun 2022 jumlah wanita usia 45-49 sebanyak 8,82 persen, usia 50-54 sebanyak 9,02 persen, usia 55-59 sebanyak 7,22 persen, dimana pada rentang usia ini wanita mulai memasuki masa menopause (BPS, 2022).

Berdasarkan data BPS tahun 2022 peserta KB aktif di Jawa Timur sebanyak 57,27 persen. Kabupaten Sidoarjo menunjukkan cakupan KB sebanyak 48,36 persen. Kecamatan Prambon menunjukkan angka cakupan yang cukup tinggi yaitu sebanyak 67,6 persen. Kontrasepsi hormonal yang paling banyak diminati yaitu suntik 38,72 persen. Sedangkan metode kontrasepsi lainnya sebanyak 22,57 persen.

Ketika wanita memasuki usia menopause pembentukan hormon estrogen dan progesterone berkurang yang menyebabkan ovarium berhenti melepas sel telur yang berakibat menstruasi menjadi berkurang atau berhenti. Menopause dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia ibu saat pertama kali mengalami menstruasi (menarche), usia saat melahirkan anak terakhir, jumlah anak, status gizi, merokok, riwayat penyakit, kebiasaan mengonsumsi alkohol, dan penggunaan kontrasepsi hormonal (La Rangki *et al*, 2020). Tanda dan gejala yang biasanya muncul pada wanita yang mulai memasuki menopause diantaranya adalah menstruasi tidak teratur, rasa panas yang tiba-tiba muncul dan mengeluarkan keringat berlebihan sehingga wanita menjadi sulit tidur, badan terasa pegal di area pinggang dan punggung, serta nyeri saat berhubungan seksual (Damayanti, 2021).

Menopause bukan suatu penyakit, tetapi dapat berdampak pada hidup wanita seperti suatu gangguan. Perubahan yang terjadi karena menopause akan

berdampak baik secara fisik, psikologis, dan sosial. Perubahan fisik pada wanita menopause berkaitan erat dengan perubahan psikologis yang dikenal dengan kecemasan. (Desmita, 2017). Dampak yang ditimbulkan dari menopause yaitu nyeri pada area sendi, otot, tulang, perubahan suasana hati yang menyebabkan wanita menjadi mudah cemas, mudah marah, dan mudah mengalami depresi (Yanti et al, 2022).

Upaya yang dapat dilakukan pada wanita yang mengalami menopause yaitu dengan memberikan edukasi. Pada wanita yang memiliki keluhan hot flush dan vagina kering upaya yang dilakukan dengan memberikan edukasi untuk mengonsumsi makanan tinggi fitoestrogen sebagai pengganti hormon estrogen. Kandungan fitoestrogen ini terdapat dalam kacang kedelai, kentang, biji bunga matahari, dan kecambah (Mayasari, 2023). Fitoestrogen dipercaya dapat meningkatkan ketebalan endometrium, meningkatkan elastisitas, menurunkan pH vagina, dan mengatasi hot flush sehingga dapat mengurangi gejala menopause (Ariyanti & Apriliana, 2016). Pada wanita yang memiliki keluhan ketidaknyamanan sendi dan otot upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan rutin melakukan aktivitas fisik seperti latihan kekuatan otot, tulang, dan sendi. Latihan ini bermanfaat untuk menguatkan otot dan tulang sebagai upaya mencegah osteoporosis yang menjadi dampak jangka panjang dari menopause (Dame & Tengku, 2020).

Dari uraian tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap kejadian menopause pada wanita di Puskesmas Prambon.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adakah pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap kejadian menopause di Puskesmas Prambon?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap kejadian menopause di Puskesmas Prambon

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi riwayat jenis kontrasepsi hormonal yang digunakan oleh wanita di Puskesmas Prambon.
2. Mengidentifikasi gambaran usia menopause pada wanita di Puskesmas Prambon.
3. Menganalisis pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap menopause pada wanita di Puskesmas Prambon.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Dapat digunakan sebagai pedoman serta untuk pengembangan ilmu pengetahuan mengenai pengaruh dari penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap kejadian menopause pada wanita di Puskesmas Prambon.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Manfaat Bagi Penulis

Sebagai pengalaman dalam mempelajari ilmu keperawatan yang diperoleh selama perkuliahan keperawatan maternitas.

2. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian yang penulis lakukan dapat memberikan tambahan referensi sehingga dapat digunakan untuk bahan penelitian lebih lanjut.

3. Manfaat Bagi Wanita Usia Lanjut

Menambah wawasan pada wanita yang berusia lanjut tentang dampak dari kontrasepsi hormonal terhadap menopause

4. Manfaat Bagi Puskesmas

Meningkatkan peran petugas kesehatan dalam memberikan asuhan keperawatan pada wanita yang mengalami menopause

5. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai dokumentasi agar dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dalam melaksanakan penelitian selanjutnya

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Menopause**

##### **2.1.1 Pengertian Menopause**

Menopause berasal dari kata Yunani yang berarti "bulan" dan "penghentian sementara". Secara bahasa, disebut *menocasease*, yang berarti masa berhentinya haid. Menurut medis, menopause didefinisikan sebagai periode berhentinya menstruasi untuk seterusnya. Menopause adalah proses pergantian dari masa produktif ke masa non-produktif dikarenakan hormon estrogen dan progesteron berkurang (Suparni, 2016).

Menurut World Health Organization (WHO), menopause adalah suatu kondisi dimana menstruasi berhenti permanen dikarenakan hilangnya aktivitas ovarium. Wanita dikatakan mengalami menopause apabila selama 12 bulan berturut-turut tidak mengalami menstruasi tanpa adanya penyebab patofisiologis atau fisiologis. Sebelum menopause, wanita akan mengalami masa fluktuasi hormonal selama 5 sampai 15 tahun atau lebih yang disebut dengan premenopause (Jannah, 2020).

##### **2.1.2 Patofisiologi Menopause**

Menopause merupakan peristiwa alamiah yang terjadi karena menurunnya aktivitas ovarium disertai dengan menurunnya produksi hormon reproduksi. Saat lahir wanita mempunyai folikel. Pada saat pubertas folikel-folikel mulai matang dan menghasilkan sel telur yang disebut sebagai menstruasi. Salah satu hormon reproduksi yang menghasilkan estrogen adalah granulosa. Estrogen tersebut akan membuat folikel mengeluarkan sel telur. Sel telur yang keluar dari korpus luteum

menyebabkan produksi hormon estrogen dan progesteron meningkat. Hormon progesteron sendiri mempunyai tugas yaitu menyiapkan tempat terjadinya pembuahan dengan membuat dinding endometrium menebal. Dinding endometrium akan luruh apabila tidak terjadi pembuahan dalam setiap bulan. Hal ini dibuktikan dengan keluarnya darah dari vagina yang disebut menstruasi. Folikel akan menurun apabila ovarium tidak produktif lagi sehingga produksi hormon estrogen dan progesteron mengalami penurunan. Keadaan ini akan membuat semakin lama untuk mencapai masa klimakterium saat mengalami menopause (Fauzia *et al.*, 2018).

### **2.1.3 Periode Menopause**

Fase klimakterium menurut (Zaitun *et al*, 2020) ada 4, yaitu :

#### **1. Pra-menopause**

Siklus menstruasi yang tidak teratur, jumlah darah pada menstruasi yang banyak, dan terkadang disertai dengan nyeri menstruasi merupakan ciri dari fase pra-menopause.

#### **2. Perimenopause**

Fase pergantian antara masa premenopause dan setelah menopause yang ditandai dengan siklus menstruasi menjadi lebih panjang.

#### **3. Menopause**

Masa menopause merupakan ciri dari menstruasi akhir sebagai akibat menurunnya fungsi hormon estrogen.

#### **4. Post-menopause**



Pada masa ini keadaan fisik dan psikologis sudah stabil dikarenakan sudah dapat beradaptasi dengan perubahan-perubahan hormonalnya.

#### **2.1.4 Klasifikasi Menopause**

Menopause dibagi dalam 2 macam menurut (Silalahi, 2016), yaitu :

##### **1. Menopause alami**

Menopause ini terjadi pada wanita yang masih memiliki indung telur di antara usia 45-55 tahun. Kesehatan wanita pada masa ini cenderung cukup baik walaupun proses terjadinya menopause berjalan sangat lambat. Akan tetapi, tubuhnya dapat beradaptasi dengan perubahan yang terjadi selama menopause.

##### **2. Menopause dini**

Menopause ini terjadi pada wanita yang berusia di bawah 40 tahun yang dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor pertama, bisa karena indung telur yang diangkat akibat penyakit yang dialaminya. Faktor kedua karena gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, minum-minuman alkohol, makanan yang tidak sehat, dan kurang aktivitas fisik. Faktor ketiga karena mengonsumsi obat-obatan yang tidak jelas kandungan zat kimianya seperti obat pelangsing dan jamu yang dapat menyebabkan produksi hormon menjadi terhambat.

#### **2.1.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Menopause**

Beberapa faktor yang mempengaruhi usia menopause menurut (Rosyada *et al*, 2016), yaitu :

##### **1. Menarche**

Semakin lambat wanita mendapatkan menarche maka akan semakin cepat mengalami menopause, sedangkan wanita yang semakin cepat mengalami menarche maka akan semakin lambat mengalami menopause.

## 2. Faktor psikis

Wanita yang keadaan psikisnya terganggu akan mengalami menopause lebih muda bila dibandingkan dengan wanita yang keadaan psikisnya tidak terganggu.

## 3. Jumlah anak

Wanita yang semakin sering melahirkan maka akan semakin tua mengalami menopause dikarenakan jumlah hormon progesteron saat hamil dan setelah melahirkan mampu memperlambat terjadinya menopause.

## 4. Usia melahirkan

Semakin tua seorang wanita dalam melahirkan maka akan semakin tua mengalami menopause dikarenakan saat hamil dan melahirkan kerja organ reproduksi menjadi terhambat.

## 5. Penggunaan kontrasepsi

Kelenjar hipofisis mendapat umpan balik dari hormon estrogen dan progesteron sehingga perkembangan folikel dan ovulasi menjadi terhambat. Pada kontrasepsi hormonal terdapat hormon yang cara kerjanya menekan fungsi ovarium sehingga sel telur tidak dapat diproduksi. Selain itu kandungan hormon pada kontrasepsi akan berdampak pada perubahan hormonal di ovarium. Apabila tubuh terus menerus diberi hormon yang terdapat dalam kontrasepsi hormonal maka akan merangsang hipofisis untuk tidak memproduksi kedua hormon

tersebut. Akibatnya ovarium tidak lagi memproduksi hormon estrogen dan progesteron sehingga sel telur habis dan menstruasi menjadi lebih panjang. Hal ini mempengaruhi seseorang dalam memasuki masa menopause (Maringga, 2017).

#### 6. Merokok

Wanita yang merokok akan semakin cepat mengalami menopause. Hal ini dikarenakan cara tubuh dalam memproduksi dan membuang hormon estrogen terganggu oleh kebiasaan merokok.

#### 7. Sosial ekonomi

Semakin rendah tingkat ekonomi seseorang maka tingkat pengetahuan seseorang menjadi rendah sehingga seseorang tidak mengetahui premenopause yang sedang dialaminya.

#### 8. Beban kerja

Semakin berat beban kerja seseorang maka akan semakin cepat mengalami menopause.

#### 9. Cemas

Seorang wanita yang sering merasa cemas dalam hidupnya maka akan semakin cepat mengalami menopause.

#### 10. Budaya dan lingkungan

Budaya dan lingkungan mempengaruhi wanita dalam beradaptasi dengan klimakterium dini.

#### 11. Penyakit diabetes

Pada penyakit diabetes, hormon FSH akan diserang oleh antibodi yang menyebabkan seseorang mengalami menopause dini.

## 12. Status gizi

Status gizi yang tidak baik maka akan mempengaruhi seseorang sehingga menopause menjadi lebih cepat.

### **2.1.6 Perubahan yang Terjadi Selama Menopause**

Menurut (Sastrawinata, 2014) perempuan yang akan memasuki masa menopause akan mengalami beberapa perubahan, diantaranya:

#### 1. Perubahan organ reproduksi

Ovarium dan uterus semakin hari akan mengecil dan endometrium akan mengalami atrofi. Akan tetapi, uterus masih dapat bereaksi terhadap estrogen. Epitel vagina mengalami penipisan dan mamai menjadi lembek. Proses ini akan berlangsung sampai masa senium.

#### 2. Perubahan hormon

Ovarium yang mengalami penurunan fungsi akan menyebabkan berkurangnya kemampuan ovarium dalam merespon rangsangan gonadotropin. Hal ini akan mengganggu interaksi antara hipotalamus dan hipofisis. Pada awalnya akan terjadi kegagalan fungsi korpus luteum. Kemudian produksi steroid mengalami penurunan yang berakibat reaksi umpan balik hipotalamus menjadi berkurang. Situasi ini meningkatkan produksi FSH dan LH.

#### 3. Perubahan vasomotorik

Pada perubahan ini akan muncul gejala panas yang dikenal dengan *hot flushes*, keringat banyak, rasa kedinginan, sakit kepala, perubahan tekanan darah, berdebar-debar, dan gangguan usus.

#### 4. Perubahan emosi

Perubahan emosi yang dimaksud yaitu mudah tersinggung, depresi, kelelahan, semangat menurun, dan sulit tidur.

Menurut (Sastwawinata, 2014) wanita yang mengalami menopause akan timbul gejala fisik dan psikologis yang tidak nyaman, diantaranya:

##### 1. Gejala fisik

###### 1) Siklus haid yang tidak teratur

Siklus haid yang tidak teratur merupakan tanda gejala utama wanita menopause. Ketidakteraturan siklus haid sering disertai dengan jumlah darah yang sangat banyak, tidak seperti jumlah perdarahan haid normal.

###### 2) Rasa panas (*hot flushes*)

Sebagian besar wanita merasakan sensasi tekanan pada kepala yang disertai rasa panas yang biasanya terjadi selama beberapa detik hingga 1 jam. Sensasi panas ini dirasakan pada area kepala, leher, dan meluas hingga seluruh tubuh disertai dengan keringat banyak. Gejala *hot flushes* ini akan membangunkan wanita dari tidurnya dan menyebabkan sulit tidur.

###### 3) Sakit kepala

Munculnya sakit kepala dipengaruhi oleh gangguan tidur dan gangguan fisik lain yang dapat mengganggu pikiran.

###### 4) Berat badan meningkat

Meningkatnya berat badan disebabkan rasa lelah yang dialami wanita yang kemudian diperburuk dengan perilaku makan sembarangan dan kurangnya olahraga.

5) Gangguan tidur

Gangguan tidur ini disebabkan rasa tidak nyaman akibat berkeringat di malam hari dan perubahan fisik yang terjadi.

6) Nyeri pada tulang dan otot

Saat berusia 30 tahun massa tulang wanita akan mulai menghilang dan menjadi lebih cepat saat menopause. Kehilangan massa tulang ini biasanya terjadi dalam 3-4 tahun menopause.

7) Jantung berdebar

Munculnya gejala jantung berdebar disebabkan perubahan hormon, munculnya stress, kebiasaan mengonsumsi alkohol dan kopi yang berlebihan.

8) Libido terganggu

Gairah seksual terganggu disebabkan oleh tingkat estrogen yang menurun, muncul stress, dan depresi.

9) Vagina kering

Kekeringan pada vagina disebabkan karena leher rahim yang sedikit mensekresikan lendir. Kondisi ini dikarenakan hormon estrogen berkurang sehingga vagina menjadi lebih kering, lebih tipis, dan kurang elastis.

2. Gejala psikologis

1) Sulit berkonsentrasi dan mudah lupa

Sulit berkonsentrasi disebabkan oleh kurangnya aliran darah ke otak yang ditunjukkan dengan munculnya rasa khawatir, melamun, sensitif, dan merasa tidak berdaya.

2) Cemas berlebihan

Kecemasan berlebih disebabkan oleh munculnya kekhawatiran saat menjelang menopause yang sifatnya relatif, artinya ada yang kembali cemas dan ada yang kembali tenang setelah mendapat dukungan dari orang sekitar. Akan tetapi, banyak juga wanita yang tidak mengalami perubahan yang tidak berarti saat mengalami menopause.

3) Perubahan suasana hati

Perubahan suasana hati ditunjukkan dengan perilaku yang mudah marah, mudah tersinggung, dan depresi.

4) Perilaku gelisah

Perilaku gelisah ditunjukkan dengan perilaku yang mudah gugup, waspada yang berlebihan, sangat sensitif, dan agitasi.

### **2.1.7 Upaya yang Dilakukan Dalam Menghadapi Menopause**

Dalam menghadapi menopause upaya-upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan menjaga pola makan dan melakukan aktivitas fisik yang cukup. Pada perempuan menopause yang kehilangan hormon estrogen akan menimbulkan beberapa macam penyakit seperti penyakit jantung dan osteoporosis. Upaya yang dapat dilakukan untuk meminimalisir keluhan-keluhan yang muncul saat menopause yaitu dengan mengonsumsi makanan bergizi, pengaturan diet yang benar (tinggi kalsium dan rendah lemak), rutin olahraga, tidur yang cukup, dan

mencari ketenangan dengan mengurangi pekerjaan yang melelahkan (WHO, 2017). Selain itu dapat dilakukan terapi Hormon Replacement Therapy (HRT) untuk mengurangi keluhan-keluhan saat menopause. Terapi HRT merupakan pengobatan yang dilakukan dengan memberikan estrogen seperti estriol selama 21 hari berturut kemudian dilanjutkan dengan masa istirahat selama 7 hari. Selama masa istirahat diperhatikan apakah keluhan-keluhan yang dirasakan masih ada atau sudah hilang. Jika keluhan masih ada maka pengobatan dapat dilanjutkan. Pengobatan ini tidak berpengaruh pada jangka panjang sehingga perdarahan ataupun keganasan jarang terjadi. Alternatif lain yang dapat digunakan untuk menggantikan hormon estrogen dan mengatasi hot flushes yaitu dengan mengonsumsi makanan yang mengandung fitoestrogen seperti kacang kedelai, kentang, biji bunga matahari, dan kecambah (Jacoeb, 2015).

## **2.2 Konsep Kontrasepsi**

### **2.2.1 Pengertian kontrasepsi**

Kontrasepsi adalah alat yang digunakan untuk mencegah kehamilan. Mekanisme kontrasepsi yaitu mencegah ovulasi dengan mengentalkan lendir serviks dan membuat rongga indung rahim menjadi tidak siap menerima pembuahan sehingga sel telur dan sel sperma tidak bertemu (Kasim & Muchtar, 2019).

### **2.2.2 Tujuan menggunakan kontrasepsi**

Tujuan menggunakan kontrasepsi adalah untuk menjaga jarak kelahiran, menjaga kesehatan ibu dan anak, serta meningkatkan ketahanan dan kesejahteraan keluarga (Rusmin et al., 2019).



### **2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan kontrasepsi**

#### **1. Pendidikan**

Semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin mudah bagi seseorang untuk menerima informasi mengenai KB. Oleh karena itu pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dalam pemilihan metode kontrasepsi (Syukaisih, 2015).

#### **2. Pengetahuan**

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting dalam pemilihan metode kontrasepsi karena seseorang yang kurang pengetahuan tidak bisa memilih jenis kontrasepsi yang tepat bagi dirinya. Sehingga cenderung memilih kontrasepsi seperti yang digunakan oleh kebanyakan orang (Syukaisih, 2015).

#### **3. Usia**

Usia menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi dalam pemilihan metode kontrasepsi dikarenakan klien yang menjadi akseptor KB kebanyakan berusia sekitar 16-35 tahun (Syukaisih, 2015).

## **2.3 Kontrasepsi Hormonal**

### **2.3.1 Pengertian**

Kontrasepsi hormonal merupakan metode kontrasepsi yang bertujuan untuk mencegah kehamilan yang didalamnya terdapat hormon estrogen dan progesteron (Zettira & Nisa, 2015). Kontrasepsi hormonal adalah suatu alat untuk mencegah kehamilan yang cara kerjanya yaitu dengan mengubah produksi hormon dalam tubuh wanita (Saswita, 2017).

### **2.3.2 Jenis-jenis kontrasepsi hormonal**

1. Kontrasepsi suntik merupakan salah satu metode kontrasepsi yang sering digunakan. Kontrasepsi suntik terdiri dari 2 macam yaitu kontrasepsi suntik progestin dan kontrasepsi suntik kombinasi. Kontrasepsi suntik 3 bulan mempunyai kekurangan yaitu siklus menstruasi menjadi tidak teratur, muncul bercak perdarahan ringan yang jumlahnya sedikit (spotting), kesuburan mengalami keterlambatan setelah penghentian pemakaian, dan berat badan meningkat. Kontrasepsi suntik 1 bulan mempunyai kekurangan yaitu siklus menstruasi menjadi tidak lancar, sakit kepala, tidak aman bagi ibu yang sedang menyusui, dan kesuburan mengalami keterlambatan setelah penghentian pemakaian (Qomariah & Sartika, 2019).
2. Kontrasepsi pil merupakan salah satu metode yang disukai dikarenakan kesuburan dapat langsung kembali seperti semula apabila penggunaannya dihentikan. Kontrasepsi pil terdiri dari 2 macam yaitu pil kombinasi dan pil progestin. Kontrasepsi pil oral kombinasi biasanya mengalami kegagalan karena ketidakpatuhan seseorang dalam mengonsumsi pil tersebut. Kontrasepsi pil oral kombinasi harus dikonsumsi setiap hari dan pada saat yang sama (Anna, Artathi, & Retnowati, 2015).
3. Kontrasepsi implan merupakan suatu alat yang dimasukkan dalam jaringan lemak pada lengan atas wanita. Kontrasepsi implan memiliki keuntungan yaitu bisa tahan hingga lima tahun dan kesuburan dapat kembali segera setelah kontrasepsi diambil. Akan tetapi, kontrasepsi implan juga memiliki efek samping yaitu berat badan meningkat dikarenakan hormon di dalamnya

mampu merangsang pusat pengendali nafsu makan yang terdapat di hipotalamus (Larasati, 2017).

### **2.3.3 Macam-macam kontrasepsi hormonal**

Macam-macam kontrasepsi hormonal menurut (Zettira & Nisa, 2015), yaitu:

#### **1. Kontrasepsi pil**

##### **1) Pengertian**

Kontrasepsi pil merupakan suatu metode yang disukai sebagian orang untuk mencegah kehamilan. Mekanisme kontrasepsi pil yaitu mencegah ovulasi dengan mengentalkan lendir servik sehingga penetrasi sperma menurun kemudian selaput lendir rahim menjadi tipis dan transportasi gamet dan tuba terhambat.

##### **2) Jenis kontrasepsi pil**

###### **(1) Pil kombinasi**

Pil kombinasi terdiri dari macam-macam hormon buatan yaitu estrogen dan progesteron, serta membuat sel telur keluar dari ovarium. Kondisi ini menyebabkan sel telur dan sel sperma tidak bertemu.

###### **(2) Mini pil**

Mini pil lebih aman digunakan wanita yang tidak cocok dengan pil kombinasi karena di dalamnya hanya mengandung progestin. Beberapa ketentuan wanita yang tidak dianjurkan untuk mengonsumsi mini pil sebagai berikut :

###### **3) Keuntungan**

Keuntungan mengonsumsi kontrasepsi pil menurut (Nani, 2018), yaitu :

(1) Pil kombinasi

Keuntungan penggunaan pil kombinasi yaitu frekuensi koitus tidak perlu diatur, siklus menstruasi teratur, dan keluhan seperti dismenorea primer menjadi berkurang.

(2) Mini pil

Keuntungan penggunaan mini pil yaitu hubungan seksual tidak terganggu, nyaman dan mudah digunakan, nyeri menstruasi berkurang, dan kesuburan kembali dengan cepat. Mini pil dikonsumsi sejak hari pertama hingga hari kelima masa menstruasi.

4) Kerugian

Kerugian mengonsumsi kontrasepsi pil menurut (Nani, 2018), yaitu :

(1) Pil kombinasi

Kerugian pil kombinasi yaitu harus dikonsumsi setiap hari, dapat menimbulkan efek samping seperti mual muntah, nyeri payudara, dan sakit kepala.

(2) Mini pil

Kerugian mini pil yaitu menyebabkan gangguan menstruasi, berisiko mengalami kehamilan ektopik jika mengonsumsi satu pil saja, dan berat badan mengalami penurunan.

2. Kontrasepsi suntik

1) Pengertian

Kontrasepsi suntik merupakan suatu alat yang disuntikkan dalam tubuh lalu masuk pembuluh darah dan kemudian diserap tubuh guna mencegah kehamilan (Qomariah & Sartika, 2019).

## 2) Jenis kontrasepsi suntik

Jenis kontrasepsi suntik menurut (Qomariah & Sartika, 2019), yaitu :

### (1) Suntik 1 bulan

Kontrasepsi suntik 1 bulan mengandung hormon estrogen dan progestin yang mekanismenya mirip dengan pil kb kombinasi. Suntikan pertama diberikan saat 7 hari pertama selama menstruasi atau 6 minggu setelah melahirkan apabila ibu tidak menyusui bayinya. Dosis yang disuntikkan yaitu Cyclofem 25 mg, Medroksi Progesteron Asetat, dan 5 mg Estrogen Sipionat yang diberikan rutin setiap bulan.

### (2) Suntik 3 bulan

Dosis yang disuntikkan dalam kontrasepsi suntik 3 bulan mengandung 150 mg DMPA yang rutin diberikan setiap 3 bulan sekali dengan cara disuntikkan di pantat.

## 3) Keuntungan

Keuntungan kontrasepsi suntik yaitu mampu mencegah kehamilan dalam jangka panjang, hubungan seksual tidak terganggu, dan pengeluaran ASI tidak terhambat.

## 4) Kerugian

Kerugian kontrasepsi suntik yaitu tidak praktis dikarenakan harus melalui suntikan setiap 1 bulan atau 3 bulan sekali. Selain itu terdapat beberapa

efek samping yang ditimbulkan yaitu siklus menstruasi terganggu, kesuburan mengalami keterlambatan, berat badan meningkat, dan munculnya jerawat.

### 3. Kontrasepsi implan

#### 1) Pengertian

Kontrasepsi implan adalah suatu alat yang dimasukkan dalam jaringan lemak pada lengan atas wanita. Mekanisme kontrasepsi implan sama dengan kontrasepsi pil (Larasati, 2017).

#### 2) Jenis kontrasepsi implan

Jenis kontrasepsi implan menurut (Larasati, 2017), yaitu :

- (1) Norplant : terdapat 6 batang silastik lembut berongga dengan panjang 3,4 cm, diameter 2,4 mm yang diisi sebanyak 36 mg Levonorgestrel
- (2) Implanon : terdapat satu batang putih lentur dengan panjang 40 mm, diameter 2 mm yang diisi sebanyak 68 mg 3 Keto desogestrel
- (3) Indoplant : terdapat 2 batang yang diisi sebanyak 75 mg Levonorgestrel.

#### 3) Keuntungan

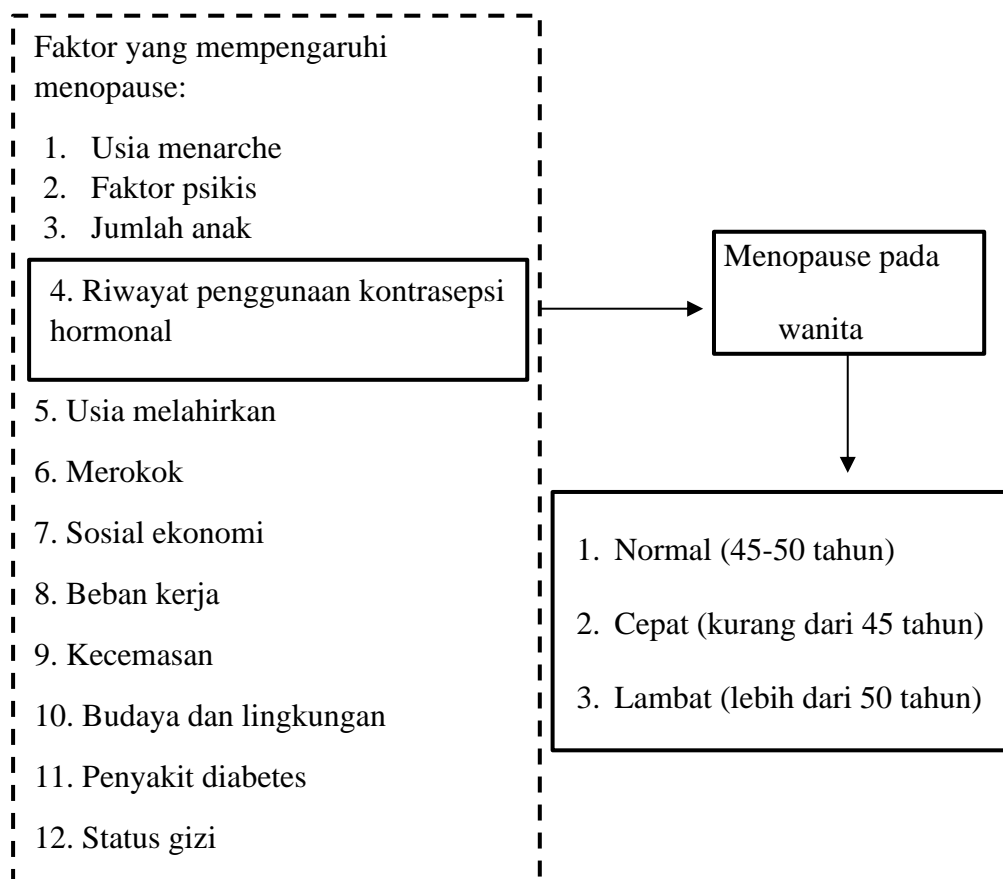
Keuntungan kontrasepsi implan yaitu tahan hingga lima tahun, hubungan seksual tidak terganggu, laktasi tidak terganggu, pemasangan mudah dengan operasi kecil, dan kesuburan kembali segera setelah kontrasepsi diambil.

#### 4) Kerugian

Beberapa kerugian dari kontrasepsi implan menurut (Larasati, 2017), yaitu:

- (1) Memerlukan tindakan bedah saat pemasangan dan pencabutan.
- (2) Saat pembedahan perlu dilakukan tindakan aseptis agar resiko infeksi dapat diminimalkan.
- (3) Pencabutan lebih sulit dibandingkan saat pemasangan
- (4) Dapat menyebabkan efek samping seperti berat badan meningkat, muncul jerawat, dan hirsutisme.

## 2.4 Kerangka Konsep



Keterangan :

: Diteliti



: Tidak diteliti

## **2.5 Hipotesis**

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

Ha diterima: ada pengaruh antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kejadian menopause pada wanita di Puskesmas Prambon.

H0 ditolak: tidak ada pengaruh antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kejadian menopause pada wanita di Puskesmas Prambon.



## **BAB 3**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan desain Analitik Korelasi yaitu rancangan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan korelatif antar variabel dengan menggunakan pendekatan Cross Sectional. Cross Sectional merupakan pengambilan data untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kejadian menopause pada wanita diukur pada saat yang sama di Puskesmas Prambon.

#### **3.2 Waktu dan Lokasi Penelitian**

##### **3.2.1 Waktu Penelitian**

Waktu yang digunakan peneliti untuk penelitian ini dilaksanakan sejak tanggal dikeluarkannya izin penelitian dalam kurun waktu kurang lebih selama 2 bulan, 1 bulan pengumpulan data dan 1 bulan pengolahan data yang meliputi penyajian dalam bentuk proposal dan proses bimbingan berlangsung.

##### **3.2.2 Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Prambon yang berlokasi di Sidoarjo

#### **3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling**

##### **3.3.1 Populasi**

Populasi merupakan satu kesatuan dari individu atau subjek di suatu wilayah tertentu dengan waktu yang akan diamati (Supardi, 2016). Populasi pada penelitian

ini adalah semua wanita yang berusia 45-55 tahun di Puskesmas Prambon sebanyak 50 orang.

### 3.3.2 Sampel

Sampel merupakan jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Peneliti dapat menggunakan sampel dari populasi tersebut jika populasi berjumlah banyak dan tidak memungkinkan untuk dipelajari semua (Muhyi *et al*, 2018). Sampel pada penelitian ini yaitu seluruh wanita berusia 45-55, memiliki riwayat dan tidak memiliki riwayat menggunakan kontrasepsi hormonal di Puskesmas Prambon. Penentuan besarnya sampel menggunakan rumus slovin yakni:

$$n = \frac{N}{1+N(d^2)}$$

Keterangan:

N = besar populasi

n = besar sampel

d = tingkat signifikan (p = 0,5)

$$n = \frac{50}{1+50(0,05^2)}$$

$$n = \frac{50}{1+50(0,0025)}$$

$$n = \frac{50}{1+0,125}$$

$$n = \frac{50}{1,125}$$

$n = 44,4$

Dibulatkan menjadi 44

### **3.3.3 Teknik Sampling**

Teknik sampling merupakan teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan (Sugiono, 2018). Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini yaitu *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan suatu teknik penetapan sampel sesuai dengan pengetahuan peneliti terhadap masalah yang akan diteliti dan dapat memberikan informasi yang dibutuhkan.

### **3.3.4 Kriteria Subjek Penelitian**

Sample penelitian ini didapatkan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi merupakan kriteria subjek yang dapat mewakili sebagai sampel penelitian. Kriteria eksklusi merupakan kriteria subjek yang tidak dapat mewakili sebagai sampel penelitian (Hidayat, 2020). Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu wanita berusia 45-55 tahun, memiliki riwayat dan tidak memiliki riwayat menggunakan kontrasepsi hormonal. Sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu wanita yang mempunyai riwayat operasi oovarektomi.

## **3.4 Variabel Penelitian**

### **3.4.1 Variabel bebas**

Variabel bebas pada penelitian ini adalah penggunaan kontrasepsi hormonal

### **3.4.2 Variabel terikat**

Variabel terikat pada penelitian ini adalah wanita menopause

### 3.5 Definisi Operasional

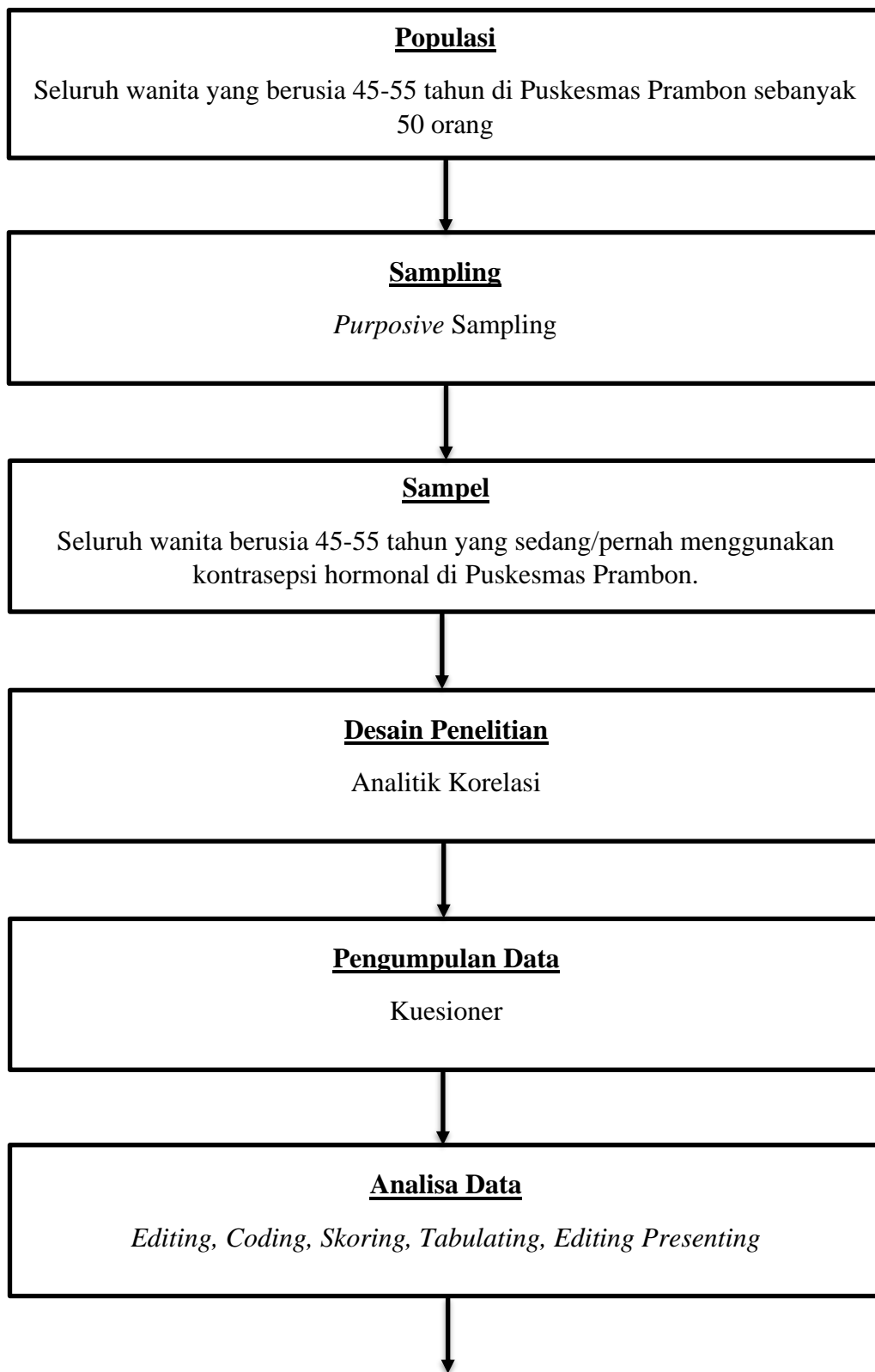
No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Hasil Ukur	Skala
1.	Penggunaan kontrasepsi hormonal	Riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal	Kuesioner	Iya/Tidak	Nominal
2.	Jenis kontrasepsi	Jenis kontrasepsi yang digunakan	Kuesioner	Jenis penggunaan: 1. Pil 2. Suntik 3. Implant	Nominal
3.	Lama penggunaan	Lama ibu menggunakan kontrasepsi hormonal (dalam bulan)	Kuesioner	Lama penggunaan: bulan	Rasio
4.	Usia menopause	Usia saat wanita tidak menstruasi	Kuesioner	Usia <45 tahun 45-50 tahun >50 tahun	Nominal

		minimal selama 1 tahun berturut			
5.	Tanda dan gejala menopause	Tanda dan gejala yang sedang dialami oleh ibu	Kuesioner	Iya/Tidak	Nominal

### 3.6 Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini instrumen yang digunakan terdiri dari 3 kuesioner yaitu 1 kuesioner permohonan untuk menjadi responden, 1 kuesioner ketersediaan menjadi responden, dan 1 kuesioner penelitian. Kuesioner yang digunakan merupakan adopsi dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Baiq Wahyuni Angrika dengan judul "Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Usia Menopause" pada tahun 2018 di Yogyakarta dan telah dimodifikasi oleh peneliti. Pada kuesioner ini terdiri dari 4 bagian pertanyaan yaitu: bagian data demografi, bagian riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal, bagian tanda gejala menopause, dan bagian usia menopause. Instrumen dimodifikasi dengan menambahkan pertanyaan yang tidak ada pada kuesioner sebelumnya. Pada data demografi nama responden diganti dengan menggunakan inisial, pertanyaan yang ditambah berupa pertanyaan mengenai tanda gejala yang dialami oleh wanita saat mengalami menopause.

### 3.7 Kerangka Kerja



### **Penarikan Kesimpulan**

Pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap kejadian menopause pada wanita di Puskesmas Prambon

### **3.8 Cara Pengumpulan Data**

Langkah-langkah pengumpulan data pada penelitian ini yaitu:

1. Tahap persiapan
  - 1) Peneliti menyusun proposal penelitian.
  - 2) Peneliti membuat instrumen penelitian.
  - 3) Peneliti melakukan pertemuan dengan kader posbindu di desa Prambon untuk mengetahui jumlah populasi dan kriteria responden yang sesuai dengan tujuan penelitian.
  - 4) Peneliti menentukan sampel untuk mendapatkan responden.
  - 5) Peneliti memilih responden dengan teknik *purposive sampling*.
  - 6) Peneliti melakukan uji etik untuk mendapatkan perizinan penelitian dari Universitas Muhammadiyah Gresik.
  - 7) Peneliti menyiapkan kuesioner, *inform consent* dan *form consent*.
2. Tahap pelaksanaan
  - 1) Peneliti sudah memiliki daftar nama responden dengan usia 45-55 tahun sehingga peneliti dapat bertanya langsung ke responden.
  - 2) Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan tentang tujuan dan proses penelitian pada responden.
  - 3) Peneliti meminta persetujuan pada responden.

- 4) Kemudian peneliti bertanya apakah responden sudah memasuki masa menopause. Jika responden masuk dalam kriteria inklusi maka akan dilanjutkan untuk menandatangani lembar kesediaan menjadi responden. Apabila responden tidak masuk dalam kriteria maka akan dijelaskan alasan responden tersebut tidak dapat dijadikan sample penelitian.
- 5) Peneliti membagikan kuesioner dan meminta pada responden untuk mengisi lembar kesediaan menjadi responden.
- 6) Peneliti menjelaskan cara mengisi kuesioner.
- 7) Peneliti membantu responden mengisi kuesioner dengan jawaban dari responden.
- 8) Kuesioner langsung dikumpulkan pada peneliti jika responden sudah selesai mengisi.
- 9) Peneliti mengecek kembali isi kuesioner, apabila ada yang belum lengkap maka peneliti meminta responden untuk mengisi kuesioner kembali.
- 10) Peneliti memberi kesempatan responden untuk bertanya apabila terdapat pertanyaan.
- 11) Peneliti berterimakasih dan memberikan kenang-kenangan pada responden.
- 12) Peneliti berpamitan pada responden.
- 13) Peneliti meringkas data penelitian, kemudian melakukan analisis data, membuat pembahasan, dan kesimpulan.

### **3.9 Pengolahan dan Metode Analisis Data**

#### **1. Pengolahan Data**



Menurut (Nursalam, 2016), langkah-langkah pengolahan data yaitu:

1) Penyuntingan data (*Editing*)

Peneliti melakukan pengecekan kelengkapan data penelitian (kuesioner) untuk mengetahui kesesuaian dan kelengkapan data yang diperoleh.

2) *Coding*

Peneliti mengubah data yang sebelumnya dalam bentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan. Pada penelitian ini jika pertanyaan Ya = 0, tidak = 1, pil = 1, suntik = 2, implant = 3

3) *Entry data/Skoring*

Peneliti memasukkan data yang telah diperoleh dalam program statistik berdasarkan jawaban dari responden kemudian dianalisis lebih lanjut.

4) *Tabulating*

Tabulating merupakan kegiatan yang dilakukan dengan cara memasukkan data yang diperoleh dalam tabel-tabel yang telah disiapkan. Setiap data yang terkumpul kemudian dihitung jumlah frekuensinya. Tujuan dari kegiatan ini yaitu agar data dapat dibaca dan dianalisa dengan mudah. Peneliti memeriksa ulang data yang diperoleh untuk menghindari terjadinya kesalahan. Data yang salah kemudian dikoreksi dan selanjutnya siap untuk dianalisis.

## 2. Analisis Data

1) Analisis Univariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang bertujuan untuk menjelaskan karakteristik dari setiap variabel penelitian. Analisis ini menghasilkan

distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel (Notoatmodjo, 2014). Variabel independen pada penelitian ini yaitu penggunaan kontrasepsi hormonal yang terdiri dari jenis dan lama penggunaan kontrasepsi hormonal. Variabel dependen pada penelitian ini yaitu usia menopause yang akan disajikan dalam bentuk frekuensi dan persentase.

## 2) Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Data yang digunakan pada penelitian ini yaitu data numerik dan kategorik. Pada data kategorik dilakukan uji *chi square*, sedangkan pada data numerik dilakukan uji spearman dengan ketentuan data harus terdistribusi normal. Apabila data tidak terdistribusi normal maka dilakukan uji alternatif non parametrik (korelasi pearson). Untuk menentukan apakah data terdistribusi normal maka dilakukan uji normalitas terlebih dahulu. Suatu data dikatakan normal apabila memiliki nilai  $p > 0,05$ . Pada uji pearson dikatakan memiliki hubungan apabila nilai  $r$  hitung lebih dari  $r$  tabel (0,4) dengan nilai  $p < 0,05$ . Pada uji *chi square* dikatakan memiliki hubungan jika nilai  $p < 0,05$  (Notoatmodjo, 2014).

### 3.10 Etika Penelitian

Prinsip etik pada penelitian ini berupa prinsip *autonomy*, *confidentiality*, *non maleffience*, *beneficence* dan *justice*

#### 1. Prinsip *autonomy*

Sebelum responden mengisi instrumen penelitian, peneliti terlebih dahulu menyampaikan permohonan izin untuk ketersediaan responden berpartisipasi dalam penelitian ini serta dijelaskan tentang tujuan diadakannya penelitian ini.

2. Prinsip *confidentiality*

Identitas atau privasi responden dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Peneliti menggunakan inisial nama responden dan menggunakan kode untuk data lain.

3. Prinsip *non maleffience*

Penelitian yang dilakukan peneliti tidak memberikan dampak berbahaya pada responden karena alat yang digunakan berupa kuesioner. Peneliti juga tidak memberikan dampak negatif terhadap karir responden karena peneliti akan menjaga kerahasiaan identitas dan privasi responden.

4. Prinsip *justice*

Peneliti bersikap sama pada setiap responden tanpa mendiskriminasi responden. Peneliti juga memberi hak pada responden untuk bertanya dan mendapat penjelasan tentang penelitian yang dilakukan.

## KUESIONER PENELITIAN

### Pengaruh Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Kejadian Menopause di Puskesmas Prambon

#### A. Data demografi

Petunjuk pengisian: Isilah data dibawah ini dengan tepat dan benar. Berilah tanda check list (✓) pada kotak pilihan yang tersedia atau dengan mengisi titik-titik sesuai dengan situasi dan kondisi Anda saat ini.

5. Inisial :

6. Usia :

7. Agama : ☐ Islam ☐ Hindu  
☐ Kristen ☐ Budha

8. Jumlah anak :.....

9. Usia berapa ibu pertama kali menstruasi :.....tahun

10. Usia berapa ibu terakhir kali menstruasi :.....tahun

11. Sudah berapa lama ibu tidak menstruasi :.....

12. Apakah ibu sudah melakukan operasi pengangkatan rahim?

(iya/tidak)

#### B. Kuesioner riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal

Petunjuk pengisian: Isilah pertanyaan dibawah ini dengan benar sesuai dengan kondisi Anda saat ini.

1. Apakah ibu menggunakan kontrasepsi hormonal (iya/tidak)

\*jika iya lanjutkan pengisian

\*jika tidak lanjutkan dengan mengisi bagian usia menopause

2. Jenis kontrasepsi hormonal  Pil  
 Suntik  
 Implant

(Untuk pertanyaan nomor 2, jawaban tidak boleh lebih dari satu pilihan)

3. Lama penggunaan kontrasepsi : Pil = .....bulan

Suntik = .....bulan

Implant = .....bulan

4. Berapa lama total waktu ibu menggunakan kontrasepsi hormonal?

Sebutkan .....bulan

### C. Kuesioner tanda dan gejala menopause

Petunjuk pengisian: Pilihlah salah satu jawaban 'Iya' atau 'Tidak' dengan memberikan tanda check list (✓) sesuai dengan kondisi Anda saat ini.

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Iya	Tidak
1.	Apakah ibu tidak menstruasi selama 1 tahun berturut?		
2.	Apakah ibu merasa sesak?		
3.	Apakah ibu merasakan panas yang ditandai dengan kulit memerah pada area dada, leher, dan wajah?		
4.	Apakah ibu merasa mudah lapar?		
5.	Apakah ibu merasa nyeri saat berhubungan seksual?		
6.	Apakah ibu merasa penglihatan menjadi kabur?		
7.	Apakah ibu merasa gairah seksual menurun?		

8.	Apakah ibu merasa mudah haus?		
9.	Apakah ibu merasa mudah marah dan tersinggung?		
10.	Apakah ibu merasa sulit untuk menelan?		
11.	Apakah ibu merasa buang air kecil lebih dari 7x sehari?		
12.	Apakah ibu merasa nyeri di dada?		
13.	Apakah ibu merasa vagina menjadi kering?		
14.	Apakah ibu merasa kesemutan dan mati rasa di tangan dan kaki?		

#### **D. Kuesioner usia menopause**

Petunjuk pengisian: Isilah pertanyaan dibawah ini dengan melingkari salah satu pilihan jawaban yang menurut Anda paling benar.

1. Pada usia berapa ibu mengalami menopause
  - a. Dibawah 45 tahun, sebutkan .....
  - b. Usia 45-55 tahun, sebutkan .....
  - c. Diatas 55 tahun, sebutkan .....