

**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI  
PADA PASIEN RAWAT JALAN DI POLI KLINIK JANTUNG RUMAH SAKIT  
DAERAH RADEN MATTAHER JAMBI**

**DORMINA**

**ABSTRAK**

Setiap wanita pasti akan memasuki dan menjalani masa menopause serta pasti akan mengalami masalah – masalah seksualitas. Dalam beberapa kondisi aktivitas seksual akan mengalami penurunan sejalan dengan bertambahnya usia, sehingga hubungan intim cenderung sangat jarang sekali dilakukan. Hal ini dipengaruhi oleh faktor kondisi fisik, psikis dan sosial dari menopause itu sendiri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan masalah-masalah seksualitas pada wanita menopause di Kelurahan Pakuan Baru Kecamatan Jambi Selatan tahun 2014. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan desain penelitian cross sectional yang dilakukan pada 87 orang responden dengan menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh wanita menopause yang berjumlah sebanyak 947 orang, sedangkan sampel pada penelitian ini adalah wanita usia 45 sampai dengan usia diatas 60 tahun dengan masalah – masalah seksualitas sebanyak 87 orang responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masalah – masalah seksualitas pada menopause yang normal sebanyak 39 orang responden (44,8%) sedangkan yang tidak normal sebanyak 48 orang responden (55,2%). Sebanyak 29 orang responden (33,3%) tidak mengalami kekeringan cairan pada vaginanya dan sebanyak 58 orang responden (66,7%) mengalami kekeringan cairan pada vaginanya. Pada faktor hot flushes ada sebanyak 38 orang responden (43,7%) yang tidak mengalami hot flushes dan sebanyak 49 orang responden (56,3%) yang mengalami hot flushes. Pada keadaan sulit tidur terdapat 42 orang responden (48,3%) yang tidak sulit tidur sedangkan sebanyak 45 orang responden (51,7%) yang mengalami keadaan sulit tidur. Sebanyak 41 orang responden (47,1%) mengatakan tidak mudah untuk tersinggung dan sebanyak 46 orang responden (52,9%) yang mengatakan mudah tersinggung. Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara cairan vagina berkurang, hot flushes, sulit tidur dan mudah tersinggung terhadap masalah-masalah seksualitas menopause (P Value < 0,05). Berdasarkan dari hasil penelitian tersebut diharapkan kepada pemerintah setempat dan petugas kesehatan khususnya perawat komunitas untuk meningkatkan peran dan pelayanan mengenai kesehatan reproduksi lanjut usia (menopause) terutama pada masalah-masalah seksualitas pada menopause agar dapat meningkatkan kesiapan didalam menghadapi menopause dan juga diperlukannya penelitian yang selanjutnya dengan menggunakan metode penelitian, sampel dan kuesioner yang berbeda.



## PENDAHULUAN

Visi Indonesia Sehat 2010 adalah gambaran masyarakat Indonesia di masa depan yang ingin dicapai melalui pembangunan kesehatan, yang ditandai oleh penduduknya yang hidup dalam lingkungan yang sehat, mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat, serta mampu untuk menyediakan dan memanfaatkan (menjangkau) pelayanan kesehatan yang setinggi – tingginya (Depkes RI, 2003;04).

Pembangunan kesehatan merupakan bagian integral dari pembangunan nasional. Konsep pembangunan nasional harus berwawasan kesehatan yaitu yang telah memperhitungkan dengan seksama berbagai dampak positif maupun negatif setiap kegiatan terhadap kesehatan masyarakat. Pembangunan kesehatan diarahkan untuk meningkatkan mutu sumber daya manusia yang sehat, cerdas dan produktif serta mampu memelihara dan meningkatkan kesehatan masyarakat dengan komitmen yang tinggi terhadap kemanusiaan dan etika dan dilaksanakan dengan semangat pemberdayaan dan kemitraan yang tinggi. Pembangunan kesehatan dan pencegahan penyakit disamping

penyembuhan dan pemulihan kesehatan (Munas PPNI, 2000;01).

Pelayanan Keperawatan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pelayanan rumah sakit, karena perawat merupakan salah satu bagian dari tenaga kesehatan. Tenaga keperawatan bertanggung jawab penuh didalam memberikan pelayanan keperawatan yang optimal untuk meningkatkan serta mempertahankan mutu pelayanan keperawatan yang diberikan selama 24 jam penuh dengan cara yang berkesinambungan. Untuk mendukung tercapainya pelayanan keperawatan yang profesional dan dapat diandalkan dalam memberikan pelayanan kesehatan berdasarkan kaidah – kaidah profesinya yakni bersifat humanistik, holistik, etik yang berorientasi pada kebutuhan pasien dan berlandaskan ilmu dan kiat keperawatan (Munas PPNI, 2000;01).

Kiat keperawatan difokuskan pada kemampuan perawat untuk memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif dengan sentuhan seni, dalam arti menggunakan kiat – kiat tertentu dalam upaya memberikan kepuasan dan kenyamanan pasien (Ganong, 1993).

Di Amerika Serikat, hipertensi merupakan faktor penyebab terpenting

pada 500.000 kasus stroke yang dilaporkan setiap tahunnya dan 150.000 diantaranya berakhir dengan kematian. 40% di antara mereka yang sembuh memerlukan perawatan khusus sepanjang sisa hidupnya dan 10% harus dirawat secara permanen di Rumah Sakit. Sekitar 2 juta korban dari penyakit stroke di Amerika Serikat terganggu kemampuannya yang disebabkan oleh kelumpuhan salah satu saraf akibat dari tekanan darah tinggi yang sangat merugikan (Diehl, 2014; 2)

Di negara industri jumlah penderita hipertensi ataupun prevalensi hipertensi diperkirakan berkisar antara 10 – 20 % penduduk dewasa yang terkena hipertensi. Di Indonesia, pola penyakit telah banyak berubah. Dulu, hanya ada masalah kesehatan masyarakat yang utama seperti penyakit infeksi dan masalah gangguan gizi, kini ditambah lagi dengan penyakit degenerasi (kemunduran), penyakit jantung dan pembuluh darah, termasuk juga diantaranya hipertensi tampak semakin menonjol seiring dengan meningkatnya umur harapan hidup (*Life Expectancy*) dan makin meningkatnya kesejahteraan manusia Indonesia (Rudi, 2014).

Hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga tahun 2013 menunjukkan prevalensi penyakit hipertensi atau

tekanan darah tinggi di Indonesia cukup tinggi, yaitu 83 per 1.000 anggota rumah tangga. Pada umumnya perempuan lebih banyak menderita hipertensi dibandingkan dengan pria (Astawan, 2013).

Berdasarkan data yang diperoleh dari *Medical Record* Rumah Sakit Daerah Raden Mattaher Jambi Tahun 2014 penyakit hipertensi menduduki urutan pertama dari sepuluh penyakit jantung lainnya yaitu sebanyak 5541 Orang. Untuk lebih jelas lagi dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 1.1

Sepuluh Penyakit Jantung Terbesar Rumah Sakit Daerah Raden Mattaher Jambi Tahun 2013

No	Jenis Penyakit	Jumlah
1	Hipertensi	5.541
2	Infark Myocard Akut	2.420
3	Jantung Iskemik	1.813
4	Aritmia	1.652
5	Gagal Jantung	1.455
6	Jantung Rematik Akut	1.418
7	Corteks	1.392
8	Atero Sklerosis	1.120
9	Decompensasi Cordis	1.045
10	Penyakit Jantung Lainnya	899

Sumber : *Medical Record*, Rumah Sakit Daerah Raden Mattaher Jambi Tahun 2013

Berdasarkan survey awal yang dilakukan terhadap 10 responden diruang Poliklinik Jantung Rumah Sakit Daerah Raden Mattaheer Jambi pada tanggal 25 Agustus 2014 didapat : 50% yang berusia 51 tahun, 10% berusia 63 tahun, 20% berusia 45 tahun dan 20% berusia 59 tahun. Dari 10 orang responden yang diwawancarai diketahui bahwa pada umumnya penderita hipertensi tersebut adalah wanita sebanyak 80% dan 20% pria. Dalam survey pendahuluan ini juga ditanyakan mengenai kebiasaan makan / diet pasien, dari 10 orang responden diketahui bahwa sebesar 40% yang biasa melakukan diet sebelum sakit, sedangkan yang tidak melakukan diet sebelum sakit atau makan tidak teratur dan tidak memperhatikan pola makan adalah sebesar 60%, dari 10 responden tersebut 3 orang rutin melakukan aktivitas fisik (olahraga) sebelum sakit dan 7 orang yang tidak pernah melakukan aktivitas fisik sebelum sakit karena dilihat dari proporsi tubuh responden yang rata – rata bertubuh gemuk.

Berdasarkan fenomena - fenomena diatas, tergambar bahwa penderita hipertensi berada pada usia > 40 tahun, sebagian besar wanita, hanya sedikit yang menjalankan diet dan sebagian besar tidak pernah berolahraga. Peneliti mengasumsikan bahwa kondisi ini dapat mempengaruhi kesehatan, pola hidup dan kondisi fisik pasien akan semakin

memburuk jika hal ini tidak diatasi ataupun dicegah dengan segera, sehingga peneliti berminat untuk melakukan penelitian tentang Faktor – faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Poli Klinik Jantung Rumah Sakit Daerah Raden Mattaheer Jambi Tahun 2014.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *Case Control* mempunyai validitas yang tinggi dalam mempelajari hubungan variabel independen dan variabel dependen (Notoatmodjo,2005).

Penelitian ini dilaksanakan pada pasien rawat jalan di Poli Klinik Jantung RSD Raden Mattaheer Jambi dan penelitian ini dilaksanakan dari tanggal 30 Agustus sampai dengan 10 Oktober 2014. Pemilihan lokasi berdasarkan data yang diperoleh dari Rumah Sakit Daerah Raden Mattaheer.

### **HASIL PENELITIAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya faktor – faktor yang berhubungan dengan masalah – masalah seksualitas pada wanita menopause di Kelurahan Pakuan Baru Kecamatan Jambi Selatan Tahun 2014.

Pada Bab IV ini disajikan hasil – hasil dari penelitian yang telah dilakukan setelah dilakukannya suatu pengolahan data dan analisis data, maka hasil dari penelitian ini disajikan dalam dua bentuk yaitu analisis Univariat yang menggambarkan distribusi frekuensi dari masing – masing variabel serta analisis bivariat untuk melihat hubungan antara masing – masing variabel bebas (Independen) dengan variabel terikat (dependen).

### Analisis Univariat.

#### Masalah–masalah Seksualitas Menopause.

Dari hasil penelitian diketahui distribusi frekuensi responden menurut masalah seksualitas sebagai berikut :

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Responden Menurut Masalah – masalah Seksualitas Di Kelurahan Pakuan Baru Kecamatan Jambi Selatan tahun 2014

Masalah Seksualitas Menopause	N	%
1. Normal	39	44,8
2. Tidak Normal	48	55,2
<b>Total</b>	<b>87</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2014

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa dari 87 responden sebagian besar (55,2%) masalah seksualitasnya tidak normal.

#### Cairan Vagina.

Dari hasil penelitian diketahui distribusi frekuensi responden menurut cairan vagina sebagai berikut :

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Responden Menurut Cairan Vagina Di Kelurahan Pakuan Baru Kecamatan Jambi Selatan tahun 2014

Cairan Vagina	N	%
1. Normal	29	33,3
2. Tidak Normal	58	66,7
<b>Total</b>	<b>87</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2014

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa dari 87 responden sebagian besar (66,7%) cairan vaginanya tidak normal.

#### Hot Flushes.

Dari hasil penelitian diketahui distribusi frekuensi responden menurut hot flushes sebagai berikut :

Tabel 4.3

Distribusi Frekuensi Responden Menurut hot flushes Di Kelurahan Pakuan Baru Kecamatan Jambi Selatan tahun 2014

Hot Flushes	N	%
1. Tidak Mengalami	38	43,7
2. Mengalami	49	56,3
<b>Total</b>	<b>87</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2014

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa dari 87 responden sebagian besar (56,3%) mengalami hot flushes.

### Susah Tidur.

Dari hasil penelitian diketahui distribusi frekuensi responden menurut susah tidur sebagai berikut :

Tabel 4.4

Distribusi Frekuensi Responden Menurut susah tidur Di Kelurahan Pakuan Baru Kecamatan Jambi Selatan tahun 2014

Susah Tidur	N	%
1. Tidak susah tidur	42	48,3
2. susah tidur	45	51,7
<b>Total</b>	<b>87</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2014

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa dari 87 responden sebagian besar (51,7%) mengalami susah tidur.

### Mudah Tersinggung.

Dari hasil penelitian diketahui distribusi frekuensi responden menurut mudah tersinggung sebagai berikut :

Tabel 4.5

Distribusi Frekuensi Responden Menurut mudah tersinggung Di Kelurahan Pakuan Baru Kecamatan Jambi Selatan tahun 2014

Mudah Tersinggung	N	%
1. Tidak Mudah Tersinggung	41	47,1
2. Mudah Tersinggung	46	52,9
<b>Total</b>	<b>87</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2014

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa dari 87 responden sebagian besar (52,9%) mudah tersinggung.

## PEMBAHASAN

### Masalah – masalah Seksualitas Menopause.

Masalah seksualitas dipandang dari segi biologis merupakan suatu kegiatan ataupun aktivitas organisme yang bersangkutan dan perilaku individu pada hakekatnya adalah suatu aktivitas individu itu sendiri.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang diperoleh dari analisa univariat bahwa sebanyak 48 orang responden (55,2%) pada wanita menopause yang mengalami masalah – masalah seksualitas yang tidak normal. Walaupun angka yang didapat relatif kecil, namun jika keadaan ini dihubungkan dengan nilai – nilai dan norma – norma serta mitos yang berlaku didalam masyarakat, maka angka ini menunjukkan suatu kejadian yang cukup besar sehingga perlu sekali untuk mendapatkan perhatian.

Diantara beberapa responden yang dijumpai oleh peneliti selama dilapangan ada sebanyak 7 orang responden yang mengaku telah mengalami *Premature Menopause* (menopause dini) pada usia dibawah 45 tahun. Sekalipun mereka telah mengalami menopause dini, sebagian besar dari mereka menganggap bahwa

keadaan ini merupakan suatu keadaan yang tidak perlu dirisaukan dan juga mereka mengakui tanpa adanya penyebab khusus (misalnya penyakit) yang mengakibatkan mereka mengalami menopause dini.

Pada masalah – masalah seksualitas yang dirasakan menopause setelah melakukan hubungan intim dengan suaminya, sebagian besar responden mengatakan (75%) merasakan perih setelah berhubungan. Sehingga dampak rasa sakit dan perih yang dirasakan itu sangatlah mengganggu dan juga menurunkan gairah didalam melakukan hubungan intim.

Kepada responden ditanyakan mengenai frekuensi dalam melakukan hubungan intim yang dilakukan. Dari hasil pengisian kuesioner, wawancara dan penelitian kepada responden, maka dapat diperoleh hasil bahwa hampir dari semua responden mengaku lebih ataupun sangat jarang sekali didalam melakukan hubungan intim. Bahkan sebanyak 18 orang responden (4,5%) mengaku tidak pernah sama sekali melakukan hubungan intim lagi.

Kepuasan yang dirasakan selama melakukan hubungan intim sangat jarang sekali dirasakan oleh sebagian dari responden yang diteliti (75%). Bagi mereka, hubungan intim dianggap sebagai suatu kewajiban didalam melayani suami

saja, bukan sebagai pemenuhan kebutuhan biologis.

Masalah – masalah seksualitas yang tidak normal pada menopause ini dapat mengakibatkan berbagai permasalahan seperti rasa sakit dan perih setelah melakukan hubungan intim, keharmonisan didalam rumah tangga berkurang atau bahkan tidak ada lagi, perceraian, poligami serta perselingkuhan.

Upaya yang dilakukan untuk mengatasi masalah seksualitas pada wanita menopause ini adalah dengan cara melakukan konsling atau melakukan psikotrapi. Jenis terapi yang dilakukan adalah terapi terapi tingkah laku termasuk latihan tuntunan diri seperti sentuhan non-seksual ataupun pijatan sensual sampai dengan terjadinya peningkatan kenikamatan gairah seks. Biasanya terapi yang dilakukan termasuk pendidikan seks mengenai fisiologi tubuh dan tehnik untuk membangkitkan rangsangan yang diperlukan untuk dalam mencapai orgasme.

Selain itu, berikan respon seksual sebagai ungkapan rasa kasih sayang terhadap suami, seperti keintiman emosional dengan cara sambil berpegangan tangan untuk mencapai keintiman seksual, serta bicarakan dengan terus terang kepada suami secara teratur dan terbuka tentang

perasaan dan masalah yang dihadapi, sehingga hal ini dapat membantu untuk memperbaiki hubungan.

#### **4.1.1 Hubungan Faktor Cairan Vagina Berkurang Terhadap Masalah – masalah Seksualitas Menopause.**

Berdasarkan dari hasil penelitian pada tabel 4.2 terdapat sebanyak 58 orang responden (66,7%) yang mengalami masalah dengan keringnya cairan vagina.

Berkurangnya ataupun mengeringnya cairan pada vagina dapat mengakibatkan nyeri, sakit serta rasa perih pada saat melakukan hubungan, gatal – gatal pada daerah kemaluan serta rasa panas dan kejang saat berkemih, sehingga hal ini dapat mengakibatkan terganggunya serta menurunnya gairah seksual.

Wanita yang melakukan hubungan intim atau aktivitas seks yang dilakukan secara teratur akan memelihara dinding vagina dan juga kestabilan cairan vagina. Wanita yang melakukan hubungan seks tiga kali dalam seminggu akan mengalami penurunan yang lebih ringan pada cairan dan dinding vaginanya karena adanya peningkatan aliran darah yang menuju vagina.

Upaya yang harus dilakukan untuk mengalami masalah seksualitas menopause ini adalah dengan cara menggunakan air liur, jelly sebagai pelumas untuk

menguatkan otot – otot vagina ataupun untuk meningkatkan rangsangan seksual, cream vagina ataupun minyak sayur sebagai pelicin dan pengganti cairan vagina yang berkurang agar hubungan intim yang dilakukan tidak terasa sakit dan perih. Dapat juga dilakukan dengan menggunakan terapi hormon, latihan kegel atau konsultasikan dengan ahlinya, cobalah untuk mencari posisi berhubungan dengan cara yang baru, latihan otot relaksasi (kontraksi dan relaksasi otot vagina) atau juga melatih otot vagina dengan menggunakan alat khusus.

#### **4.1.2 Hubungan Faktor Hot Flushes Terhadap Masalah – masalah Seksualitas Menopause.**

Dari tabel 4.3 pada Bab IV dapat dilihat bahwa sebanyak 38 orang responden (43,7%) yang tidak mengalami hot flushes sedangkan sebanyak 49 orang responden (56,3%) yang mengalami gejala hot flushes ini.

Sebagian besar dari responden (56,3%) yang mengalami hot flushes ini mengatakan bahwa keadaan ini dapat menurunkan daya konsentrasi mereka; ” juga dapat mengganggu dalam melakukan hubungan intim sehingga mereka sangat merasa takut sekali jika suami mereka tidak suka dengan keadaannya yang sering merasa kepanasan dan berkeringat. Perasaan yang dialami dapat berlangsung

selama beberapa detik atau bahkan dapat berlangsung dalam jangka waktu yang lama.

Menopause yang mempunyai daya tahan yang kuat terhadap stress yang tinggi lebih jarang mengalami atau merasakan hot flushes ini jika dibandingkan dengan wanita yang mudah sekali cemas, stress dan frustrasi.

Untuk mengatasi rasa panas ini maka sebaiknya gunakan pakaian yang tipis dan longgar. Ketika terjadi gejala hot flushes, bernafaslah dalam – dalam dan perlahan – perlahan kedalam perut untuk membantu agar tetap tenang, bila perlu gunakan kipas kuno ataupun kipas angin dan jika ada gunakan ac sebagai penyejuk.

#### **4.1.3 Hubungan Faktor Sulit Tidur Terhadap Masalah – masalah Seksualitas Menopause.**

Dari tabel 4.8 dapat diketahui bahwa sebanyak 14 orang responden (33,3%) yang tidak sulit tidur atau mudah tidur dengan masalah – masalah seksualnya yang tidak normal sedangkan sebanyak 34 orang responden (75,6%) yang sulit tidur masalah – masalah seksualnya tidak normal. Berdasarkan dari hasil uji statistik yang dilakukan, maka dapat diketahui bahwa hubungan yang bermakna antara faktor susah tidur dengan masalah – masalah seksualitas menopause

(P Value : 0,012). Sedangkan besarnya nilai OR adalah 6,182 sehingga responden yang mengalami susah tidur berpeluang 6,182 kali untuk berperilaku seksual yang tidak normal.

Menurut Kuntjoro (2002), Keadaan susah tidur (*Insomnia*) ini lazim terjadi pada menopause, akan tetapi hal ini mungkin ada kaitannya dengan perasaan terganggu akibat berkeringat, hot flushes serta perubahan – perubahan lainnya yang terjadi pada masa menopause. Pada wanita menopause kadar serotonin menurun sebagai akibat dari jumlah estrogen yang minim. Serotonin berperan sekali dalam mempengaruhi suasana hati seseorang. Akibatnya menopause akan seringkali mudah tersinggung, marah, lelah dan letih serta hubungan intim menjadi tidak baik karena merasa kelelahan, sering mudah tersinggung dan marah – marah.

Menurut Baiturokhim (2003), gangguan susah tidur mempunyai dampak yang negatif didalam kehidupan manusia karena akan mengurangi daya tahan tubuh sehingga berpeluang terhadap munculnya sejumlah penyakit. Fisik dan mental seseorang akan sehat jika terdapat keteraturan antara terjaga dan tidur, karena tidur berfungsi terhadap penataan kembali keseimbangan fisik.

Upaya yang dilakukan untuk mengatasi masalah susah tidur ini adalah sebaiknya jangan mengonsumsi obat tidur, makan dan minum secara wajar dan teratur, hindari minum kopi sebelum tidur karena mengandung kafein tapi minumlah susu skim hangat sebelum tidur karena mengandung senyawa kimia yang menimbulkan rasa kantuk, makanlah makanan yang kaya akan karbohidrat, tata lingkungan kamar secara efektif dan efisien seperti jauh dari kebisingan dan lampu yang terlalu terang, jalani gaya hidup yang positif dan hilangkan pikiran yang negatif, lakukan aktivitas fisik fisik disiang hari karena dengan aktivitas fisik yang teratur dapat membuat tidur lebih nyenyak serta jangan biarkan perut dalam kondisi kelaparan.

#### **4.1.4 Hubungan Faktor Mudah Tersinggung Terhadap Masalah – masalah Seksualitas Menopause.**

Dari tabel 4.9 dapat diketahui bahwa sebanyak 41 responden yang tidak mudah tersinggung hanya sebanyak 15 orang (36,6%) dengan masalah – masalah seksualitas yang tidak normal, sedangkan dari 46 orang responden yang mudah tersinggung adalah sebanyak 33 orang (71,7%) dengan masalah – masalah seksualitas yang tidak normal. Berdasarkan hasil uji statistik, maka dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang

bermakna antara keadaan mudah tersinggung dengan masalah – masalah seksualitas menopause (P Value : 0,002). Sedangkan besarnya nilai OR (*Odds Ratio*) adalah 4,400 sehingga responden yang mengalami keadaan mudah tersinggung berpeluang 4,400 kali lebih besar terhadap masalah – masalah seksualitas yang tidak normal.

Pada keadaan ini menopause sangat mudah sekali untuk tersinggung dan marah – marah terhadap sesuatu yang sebelumnya dianggap tidak mengganggunya. Pada saat memasuki masa menopause perasaan wanita menjadi sangat sensitif sekali terhadap sikap dan perilaku orang disekitarnya, tidak terkecuali juga dengan sikap dan perilaku suaminya yang dianggapnya menyinggung dirinya sehingga untuk melakukan hubungan intim menopause akan bersikap dingin dan selalu menolak keinginan dari suami untuk berhubungan intim (Kuntjoro dalam [www.e-psikologi.com](http://www.e-psikologi.com), 2012).

Upaya yang dilakukan untuk mengatasi masalah mudah tersinggung ini adalah dengan cara sediakan waktu untuk rileks atau rekreasi, bersikap lebih asertif, meningkatkan energi dengan tidur yang teratur, berolahraga seperti yoga, dan melakukan latihan relaksasi.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan penelitian, maka dapat ditarik suatu kesimpulan yaitu :

1. Masalah – masalah seksualitas pada wanita menopause di Kelurahan Pakuan Baru Kecamatan Jambi Selatan pada tahun 2014 adalah sebanyak 39 orang responden (44,8%) normal sedangkan yang tidak normal sebanyak 48 orang responden (55,2%). Sebagian besar wanita yang menopause tidak pernah merasakan kepuasan pada saat dan setelah melakukan hubungan intim, akan tetapi yang mereka rasakan hanyalah rasa sakit, perih dan nyeri setelah berhubungan intim. Keadaan menopause dapat mengakibatkan frekuensi untuk melakukan hubungan intim berkurang, jarang atau bahkan tidak pernah sama sekali lagi melakukan hubungan intim.
2. Masalah berkurangnya cairan vagian atau keringnya cairan vagina sangat berhubungan erat sekali dengan masalah – masalah seksualitas menopause karena dapat

mengakibatkan rasa sakit, nyeri, perih dan kejang saat berkemih.

3. Sebagian besar dari responden mengakui mengalami hot flushes sebanyak 49 orang responden (56,3%) dan yang tidak mengalami hot flushes sebesar 38 orang responden (43,7%).
4. Responden yang mengalami susah tidur sebanyak 45 orang responden (51,7%) dan yang tidak mengalami susah tidur sebanyak 42 orang responden (48,3%). Keadaan susah tidur ini erat sekali hubungan dengan masalah – masalah seksualitas pada wanita menopause karena dapat mengakibatkan perasaan lelah dan tegang, panas, mudah tersinggung dan juga cepat marah sehingga hubungan seksual menjadi sangat terganggu.
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara mudah tersinggung dengan masalah – masalah seksualitas pada wanita menopause (P Value : 0,002).

**SARAN**

Untuk mengatasi masalah – masalah seksualitas yang dihadapi wanita menopause di Kelurahan Pakuan Baru Kecamatan Jambi Selatan sebaiknya perlu dilakukan :

1. Perlunya dimasukkan Program Kesehatan Reproduksi (Kespro) dan pemberian penyuluhan mengenai masalah reproduksi dan seksual pada menopause di Posyandu Lansia yang bertujuan untuk menambah wawasan dan pengetahuan menopause mengenai masalah reproduksi.
2. Menciptakan suasana keluarga yang harmonis, akrab dan terbuka terhadap segala masalah yang dihadapi serta saling mendukung.
3. Untuk peneliti yang selanjutnya agar dapat dilakukan penelitian yang lebih mendalam lagi serta lebih detail mengenai masalah – masalah seksualitas pada wanita menopause.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abdul. M. 2002. *Krisis Hipertensi Klinis dan Pengobatan*. [www.digital@usu.co.id](http://www.digital@usu.co.id). Diakses bulan April 2014.
- Ali. 2005. Hipertensi. [www.merdicastore.co.id](http://www.merdicastore.co.id), Diakses bulan April 2014.
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*. PT. Rineka Cipta. Jakarta.
- Astawan. 2006. *Cegah Hipertensi Dengan Pola Makan*. [www.pusatdatadaninformasidepkes.co.id](http://www.pusatdatadaninformasidepkes.co.id). Diakses bulan April 2014.
- Beevers, D.G. 2002. *Tekanan Darah*. PT. Dian Rakyat. Jakarta.
- Deni. 2003. *Stroke, Hipertensi, Diabetes Mellitus, Kolesterol dan Slimming*. [www.wongndeso.com](http://www.wongndeso.com). Diakses bulan April 2014
- Depkes RI. 1999. *Modul Pelatihan Konseling Kesehatan Dan Gizi Bagi lanjut Usia Untuk Petugas Puskesmas*. Jakarta.
- \_\_\_\_\_. 2003. *Visi Dan Misi Indonesia Sehat 2010*. Jakarta.
- Diehl, H. 1990. *Waspada! Diabetes, Kolesterol, Hipertensi*. Indonesia Publishing House. Jakarta.
- Ganong, W.F. 2003. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Penerbit EGC. Jakarta.
- Gardner, F.S. 2014. *Panduan Sehat Mengatasi Tekanan Darah Tinggi (Smart Treatment For High Blood Pressure)*. Penerbit Prestasi Pustaka Publisher. Jakarta.
- Guyton, A.C. 1997. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. EGC. Jakarta.
- Kurniawan. A. 2002. *Gizi Seimbang Untuk Mencegah Hipertensi*. [www.yarsi.co.id](http://www.yarsi.co.id). Diakses bulan Mei 2014.
- Lamesshow, 1997. *Besar Sampel Dalam Penelitian Kesehatan*. Gadjah Mada University Press. Yogyakarta.
- Latifah. 2006. *Faktor – faktor Yang Berhubungan Dengan Pengendalian Hipertensi Diruang Poli Klinik Jantung RSD Raden Mattaher Jambi*. Skripsi PSIK STIKES HI. Jambi.