



HUBUNGAN USIA *MENARCHE* DENGAN USIA MENOPAUSE

Adhika Wijayanti*, Rani Purwani

Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdurahman Palembang, Jl. Kol. H. Burlian
Sukajaya, Suka Bangun, Sukarami, Palembang, Sumatera Selatan 30114, Indonesia

*adhikaw1@gmail.com

ABSTRAK

Menopause yaitu masa dimana berhentinya siklus menstruasi untuk selamanya bagi setiap wanita yang mengalami menstruasi di tiap bulannya, hal ini disebabkan karena jumlah *folikel* yang mengalami *atresia* akan terus mengalami peningkatan, hingga tidak terdapat lagi *folikel*, yang dalam 12 bulan terakhir mengalami *amenore*. Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya *menopause* pada wanita diantaranya yaitu usia saat pertama kali perempuan mengalami haid (*menarche*), usia saat melahirkan, pemakaian kontrasepsi, jumlah anak, kebiasaan merokok serta kondisi sosial ekonomi, sehingga perlu dilakukan penelitian ini, untuk mengetahui hubungan usia *menarche* dengan usia *menopause* di Puskesmas Sosial Palembang. Metode penelitian ini bersifat *analitik* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini yaitu seluruh wanita yang berusia 45-59 tahun di Puskesmas Sosial Palembang. Teknik pengambilan sampling menggunakan *accidental sampling*, dari 100 sampel pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan analisis data menggunakan uji statistik *Chi-Square*. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan usia *menopause* pada wanita usia 45-59 tahun di Puskesmas Sosial Palembang tahun 2019, dengan nilai *p value* usia *menarche* = $0,000 < \alpha (0,05)$.

Kata kunci: *menarche*; *menopause*; usia

THE RELATIONSHIP OF THE AGE OF *MENARCHE* WITH THE AGE OF *MENOPAUSE*

ABSTRACT

Menopause namely the period when the menstrual cycle stops forever for every woman who experiences menstruation every month, this is due to quantity *follicles* who experienced *atresia* will continue to increase, until it is no longer available *follicles*, who in the last 12 months experienced *amenorrhoea*. Factors that cause it to occur *menopause* in women between the ages at first menstruation (*menarche*), age at birth, use of contraception, number of children, smoking and socioeconomic status, so it is necessary to carry out this research, to determine the relationship between age *menarche* with age *menopause* at the Palembang Social Health Center. This research method is *analytical* by using the approach *cross sectional*. The population of this study were all women aged 45-59 years at the Palembang Social Health Center. Using sampling technique *accidental sampling*, from 100 samples data collection using a questionnaire with data analysis using statistical tests *Chi-Square*. The results of this research are that there is a significant relationship between age *menarche* with age *menopause* in women aged 45-59 years at the Palembang Social Health Center in 2019, with *p value* *age menarche* = $0.000 < \alpha (0.05)$.

Keywords: *age*; *menarche*; *menopause*

PENDAHULUAN

Menopause merupakan masa berhentinya siklus menstruasi untuk selamanya bagi wanita yang sebelumnya mengalami menstruasi di setiap bulannya, yang disebabkan oleh jumlah *folikel* yang mengalami *atresia* terus meningkat, sampai tidak tersedia lagi *folikel*, dan dalam 12 bulan terakhir mengalami *amenorea*, serta keadaan ini bukan menandakan keadaan patologis (Imelda,

2017). *Menopause* adalah keadaan seorang perempuan yang tidak lagi mengalami menstruasi, hal ini terjadi pada rentang usia 50 sampai 59 tahun (Hanasiwi, 2015).

Data yang diperoleh dari *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2000 menyebutkan, total populasi wanita yang mengalami *menopause* di seluruh dunia akan mencapai 645 juta orang. Pada tahun 2010 jumlah ini mencapai 894 juta orang dan diperkirakan pada tahun 2030 yang akan datang, jumlah perempuan di dunia yang akan memasuki masa *menopause* mencapai 1,2 milyar orang. Sehingga sebanyak 1,2 milyar perempuan yang akan memasuki usia lebih 50 tahun, angka tersebut merupakan tiga kali lipat dari angka sensus tahun 1990, dimana jumlah perempuan yang mengalami *menopause* (Mulyani, 2013). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), perempuan yang berumur di atas 50 tahun adalah sebanyak 20,9 juta. Pada tahun 2020 jumlah perempuan yang hidup di usia *menopause* di Indonesia adalah 30,3 juta orang. Sedangkan pada tahun 2025 diperkirakan terdapat 60 juta wanita yang mengalami *menopause* (Sartika, 2023).

Pada proses hidupnya, wanita yang berusia sekitar 45 tahun akan mengalami penuaan dari indung telur, sehingga hal ini menyebabkan tidak mampu lagi untuk memenuhi hormon *estrogen*. Selain itu, sistem hormonal yang terdapat di seluruh tubuh akan mengalami *degradasi* untuk pengeluaran hormonnya. Disamping itu, pada kelenjar *tyroid* dengan hormon tiroksin yang bermanfaat untuk proses metabolisme umum juga mengalami kemunduran kelenjar dari *paratiroid* yang fungsinya mengatur metabolisme kalsium. Lain halnya dengan hormone *Folicle Stimulating hormon (FSH)* serta *Leutinizing hormon (LH)* akan mengalami peningkatan. Perubahan yang terjadi pada system hormonal akan menyebabkan berbagai macam perubahan fisik dan psikis pada wanita yang mengalami *menopause* (Imelda, 2016).

METODE

Berdasarkan tujuan penelitian yang akan diperoleh, penelitian ini menggunakan metode analitik dan menggunakan desain penelitian yang digunakan yaitu *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Sosial kota Palembang, dengan sampel 100 responden. Analisis data Bivariat dan Univariat menggunakan *Chi-square*.

HASIL

Kejadian Menopause

Penelitian ini dilakukan pada 100 responden, yang mana kejadian menopause di kelompokan menjadi 3 katagori, yaitu menopause dini (usia <49 tahun), menopause normal (usia 49-51 tahun), menopause lambat (usia > 51 tahun). Dibawah ini merupakan tabel distribusi frekuensi kejadian menopause adalah sebagai berikut :

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Menopause Di Puskesmas Sosial Palembang (n=100)

| Usia <i>Menopause</i> | f | % |
|-------------------------|----|----|
| <i>Menopause</i> dini | 31 | 31 |
| <i>Menopause</i> normal | 22 | 22 |
| <i>Menopause</i> lambat | 47 | 47 |

Tabel 1 bahwa dari 100 responden yang mengalami usia menopause, menopause lambat berjumlah 47 responden (47%), responden yang mengalami usia menopause dini yaitu 31 responden (31%) dan responden yang mengalami usia menopause normal adalah 22 responden (22%).

Usia menarche

Untuk menentukan usia menarce pada penelitian ini, dilakukan pada 100 responden. Dimana usia menarce di kelompokkan menjadi 3 katagori yaitu cepat (jika < 11 tahun), normal (jika usia 11-13 tahun), lambat (jika usia > 13 tahun). Dibawah ini merupakan tabel distribusi frekuensi usia menarce :

Tabel 2.
 Distirbusi Frekuensi Usia Menarche di Puskesmas Sosial Palembang (n=100)

| Usia Menarche | f | % |
|----------------------|----|----|
| Usia menarche dini | 46 | 46 |
| Usia menarche normal | 10 | 10 |
| Usia menarche lambat | 44 | 44 |

Tabel 2 dapat dilihat dari responden yang berjumlah 100 orang, yang mengalami usia menarche dini sebanyak 46 responden (46%), sedangkan responden yang mengalami usia menarche lambat 44 responden (44%), serta responden yang mengalami usia menarche normal sebanyak 10 responden (10%).

Hasil Analisis Bivariat

Analisa ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara variabel independen (usia menarce dan paritas) dengan variabel dependen (kejadian menopause). Penelitian ini menggunakan uji statistik yaitu Chi Square. Menggunakan sistem komputer statistical program for social sciene (SPSS) yang menggunakan program statistic yang dibuat untuk mengola atau menganalisa data. Batas kemaknaan pada $\alpha = 0,05$. Jika $P \text{ Value} \leq \alpha = 0,05$ artinya ada hubungan yang bermakna (signifikan) antara variabel independen dan variabel dependen, jika $P \text{ Value} > \alpha = 0,05$ mempunyai arti tidak ada hubungan yang bermakna (signifikan) volue variabel independen dan variabel dependen.

Tabel 3.
 Hubungan usia menarche dengan usia menopause (n=100)

| Usia Menarche | Kejadian Menopause | | | | | | | | P.Value |
|---------------|--------------------|------|------------------|------|------------------|------|----|----|---------|
| | Menopause Dini | | Menopause Normal | | Menopause Lambat | | | | |
| | f | % | f | % | f | % | f | % | |
| Cepat | 0 | 0 | 1 | 1,0 | 45 | 45,0 | 46 | 46 | 0,000 |
| Normal | 0 | 0 | 8 | 8,0 | 2 | 2,0 | 10 | 10 | |
| Lambat | 31 | 31,0 | 13 | 13,0 | 0 | 0 | 44 | 44 | |

Tabel 3 dari 44 responden yang usia *menarchenya* lambat terdapat 31 responden (31,0%) yang mengalami usia *menopause* dini, sedangkan yang usia *menarchenya* cepat dan normal tidak ada yang mengalami *menopause* dini. Serta dari 46 responden (46,0%) yang mengalami usia *menarche* cepat terdapat 45 responden (45,0%) yang mengalami usia *menopause* lambat sedangkan yang mengalami usia *menarche* lambat sebanyak 0 responden (0%). Dari hasil uji statistik *Chi-Square* (X^2) dengan derajat kepercayaan 95% serta tingkat kemaknaan (α) = 0,05 didapatkan nilai *P Value* hitung = 0,000 < α (0,05) yaitu hipotesis nol ditolak dan hipotesis analitik diterima yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan (bermakna) antara usia *menarche* dengan usia *menopause* yang artinya semakin muda atau dini usia *menarche*, maka akan semakin lambat mengalami *menopause*. Sebaliknya semakin lambat usia *menarche* maka akan semakin cepat mengalami *menopause*.

PEMBAHASAN

Penelitian yang didapatkan dari 44 responden yang menunjukkan usia *menarchenya* lambat terdapat 31 responden (31,0%), yang mengalami usia *menopause* dini. Sedangkan yang usia *menarchenya* cepat dan normal tidak ada yang mengalami *menopause* dini. Sehingga dari 46

responden (46,0%) yang mengalami usia *menarche* cepat terdapat 45 responden (45,0%) yang mengalami usia *menopause* lambat sedangkan yang mengalami usia *menarche* lambat sebanyak 0 responden (0%). Menopause adalah terhentinya menstruasi (usia rata-rata 51 tahun) akibat habisnya persediaan folikel ovarium. Oleh karena itu, produksi estrogen menurun. Penurunan produksi estrogen ini disertai oleh peningkatan kadar fsh yang berlangsung untuk waktu yang cukup lama. Pada sebagian wanita, menstruasi berhenti secara mendadak, tetapi pada banyak wanita, siklus wanita berubah secara mendadak (Manuaba, 2010).

Menarche dapat dijadikan suatu tanda yang penting bagi seorang wanita yang menunjukkan adanya produksi hormon yang normal yang dibuat oleh hypothalamus dan kemudian diteruskan pada ovarium dan uterus. Selama sekitar dua tahun hormon-hormon ini akan merangsang pertumbuhan tanda-tanda seks sekunder seperti perkembangan payudara, perubahan-perubahan kulit, perubahan siklus pertumbuhan rambut ketiak dan rambut pubis serta bentuk tubuh menjadi bentuk tubuh yang lebih ideal (Proverawati, 2018). Hasil uji statistik *Chi-Square* (X^2) dengan derajat kepercayaan 95% dan tingkat kemaknaan (α) = 0,05 didapatkan nilai *p value* = $0,000 < \alpha$ (0,05) yaitu hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima yang memiliki arti ada hubungan yang signifikan (bermakna) antara usia *menarche* dengan usia *menopause*. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Wulandari (2013), yang berjudul “hubungan usia *menarce* dengan kejadian *menopause* di Wilayah Minasa UPA RW XI Kelurahan Gunung Sari Makasar”. hasil yang didapat bahwa responden usia *menarche* < 13 tahun dan sebagian besar responden yang mengalami *menopause* berusia > 45 tahun. Hasil uji *Chi-Square* memiliki nilai *significancy* (*p*) yaitu 0,000 dan nilai *continuity correction* (x_2) adalah 19,931. Karena nilai $p < 0,05$ maka Hipotesis nol ditolak sehingga ada hubungan antara usia *menarche* dengan usia *menopause*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rosyada (2016), yang berjudul “faktor-faktor yang berhubungan dengan usia *menopause* (studi di puskesmas bangetyu tahun 2015)”. Setelah dilakukan uji statistik *Chi-Square*, dan diperoleh nilai $p = 0,047$ (lebih kecil dari α 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan usia *menopause*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Retna yang menyebutkan bahwa terdapat pengaruh usia *menarche* terhadap usia *menopause* pada wanita *menopause*. Semakin dini *menarche* yang terjadi, maka akan semakin lambat *menopause* timbul. Hal ini sesuai dengan teori Dragg (2012), yang menyebutkan bahwa jumlah *Anti Mulerial Hormon* (AMH) lebih tinggi pada wanita yang mengalami *menarche* di usia dini di dibandingkan dengan wanita yang mengalami *menarche* di usia yang lebih lambat. AMH yang berfungsi sebagai penanda cadangan ovarium karena di produksi secara proposional dengan jumlah *folikel* tubuh. (Senolinggi, 2015) AMH ini disekresikan oleh sel-sel granulosa dalam pertumbuhan *folikel* ovarium primer, sekunder, dan antral, dengan sekresi tertinggi terdapat pada tahap sekunder dan antral, yang kemudian berakhir dengan pertumbuhan *folikel* lanjut. (Mulyaningsih, 2018) Wanita yang memasuki usia *menarche* lebih awal akan memiliki kadar AMH yang lebih tinggi. Apabila hormon AMH meningkat maka kadar estrogen dan progesteron meningkat, sehingga folikel terus di produksi dalam jumlah yang banyak. Hal tersebut yang menyebabkan menopause itu lambat. (Ilmiah, 2016)

SIMPULAN

Diketahui distribusi frekuensi responden yang mengalami menopause dini berjumlah sebanyak 31 responden (31%), responden yang mengalami menopause normal sebanyak 22 responden (22%) dan responden yang mengalami menopause lambat terdapat 47 responden (47%). Diketahui distribusi frekuensi responden yang mengalami menarche cepat sebanyak 46 responden (46%), responden yang mengalami menarche normal berjumlah 10 responden (10%)

dan responden yang mengalami menarache adalah 44 responden (44%). Ada hubungan yang signifikan antara usia menarache dengan usia menopause pada wanita usia 45-59 tahun di Puskesmas Sosial Palembang tahun 2019 dengan nilai $p \text{ value} = 0,000 < \alpha (0,05)$.

DAFTAR PUSTAKA

- Hanasiwi, M. I. and Pertiwi, H. W. (2015) 'Jurnal Kebidanan Hubungan Paritas Dan Pemakaian Kb Hormonal Dengan', VII(02), pp. 208–222.
- Mulyani S. 2013. Menopause Akhir Siklus Menstruasi Pada Wanita di Usia Pertengahan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Sartika, 2023. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan Wanita menghadapi Menopause di RT 003 RW 01 Parung Serap Kecamatan Ciledug – Kota Tangerang. Jurnal Ilmiah Obsgyn
- Badan Pusat Statistik. (2017). Proyeksi Penduduk Indonesia 2005-2025. Jakarta : BPS
- Ilmiah, P. et al. (2016) 'Gambaran pengetahuan wanita tentang menopause di dukuh sorobaon kelurahan jati kecamatan jaten kabupaten karangayar'.
- Imelda fitri (2017) lebih dekat dengan sistem reproduksi wanita. Edited by KDT. yogyakarta.
- Manuaba. (2010) Ilmu Kebidanan, Kandungan dan KB. jakarta : EGC
- Atikah Proverawati. 2018. Anemia dan anemia kehamilan [Internet]. Nuha Medika.
- Wulandari U. 2013. Hubungan Usia Menarache Dengan Kejadian Menopause Di Wilayah Minahasa UPA RW XI Kelurahan Gunung Sari Makasar. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar
- Rosyada MA. 2015. Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Usia Menopause. Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal) Volume 4, Nomor 1, Januari 2016 (ISSN: 2356-3346).
- Muyaningsih (2018) Klimakterium Masalah dan Penanganan Dalam Perspektif Kebidanan. Bantul Yogyakarta.
- Rosyada, M. A., Pradigdo, S. F. and Aruben, R. (2016) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Usia Menopause', Jurnal Kesehatan Masyarakat, 4(1), pp. 241–248. doi: 10.16362/j.cnki.cn61-1023/h.2017.03.016.
- Senolinggi, M. A., Mewengkang, M. and Wantania, J. (2015) 'Hubungan Antara Usia Menarache Dengan Usia Menopause Pada Wanita Di Kecamatan Kakas Sulawesi Utara Tahun 2014', Jurnal e-Clinic (eCI), 3(1), pp. 138–142.

