

ANALISA FAKTOR BIOPSIKOSOSIAL YANG MEMPENGARUHI KUALITAS HIDUP WANITA MENOPAUSE

Ellia Ariesti*, Emy Sutiarsih, Narita Diatanti

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang, Jl. Yulius Usman No. 62 Malang, Indonesia

*corresponding author: ellianathanael@gmail.com 

Informasi Artikel	Abstrak
<p>Submit: 26/07/2023 Revisi: 12/12/2023 Accepted: 28/12/2023</p> <p>Kata kunci: Faktor biopsikososial, Menopause, Kualitas hidup</p>	<p>Pada setiap tahap kehidupan, wanita akan menghadapi perubahan mulai dari masa menarche hingga pada tahap menopause. wanita biasanya mengalami gejala klimakterik terlebih dahulu diantaranya gejala vasomotor, fisik, keluhan psikologis maupun seksual, dengan keadaan kekurangan estrogen yang berdampak pada berbagai masalah kesehatan yang mempengaruhi kualitas hidupnya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Faktor Biopsikososial Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Wanita Menopause di RW I Kelurahan Sukoharjo Wilayah Puskesmas Bareng Kota Malang. Design penelitian adalah penelitian analitik komparatif non eksperimental. Rancangan yang digunakan adalah metode <i>cross sectional</i>. Pada penelitian ini Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Regresi Logistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 5 faktor biopsikososial yang ada, terdapat 2 faktor yang memiliki nilai $p_{value} < 0.05$ yaitu pertama faktor tingkat pendidikan ($P_{value} 0.0001$) dan kedua faktor dukungan keluarga ($P_{value} = 0.028$). Berdasarkan hal tersebut, maka dinyatakan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara tingkat pendidikan responden dan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup wanita menopause. responden dengan pendidikan setingkat diploma atau sarjana memiliki odds 26.1 kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan responden yang tidak menempuh pendidikan sekolah atau responden dengan pendidikan setingkat SD, SMP, dan SMA. Selain itu, Responden yang mendapatkan dukungan keluarga juga memiliki odds 24.6 kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan responden yang tidak mendapatkan dukungan dari keluarga. Untuk itu dukungan keluarga sangat dibutuhkan oleh wanita menopause</p>
<p>Keywords: Phantom; Biopsychosocial factors, Menopause, Quality of lif</p>	<p>Abstract</p> <p>At every stage of life, women will face changes starting from menarche to menopause. Women usually experience climacteric symptoms first, including vasomotor symptoms, physical, psychological and sexual complaints, with estrogen deficiency which results in various health problems that affect their quality of life. This study aims to analyze Biopsychosocial Factors that Influence the Quality of Life of Menopausal Women in RW I, Sukoharjo Village, Bareng Community Health Center Area, Malang City. The research design is non-experimental comparative analytical research. The design used was a cross sectional method. In this study, data analysis was carried out using the Logistic Regression test. The results of the research show that of the 5 existing biopsychosocial factors, there are 2 factors that have a p value < 0.05, namely the first is the education level factor (P value 0.0001) and the second is the family support factor (P value = 0.028). Based on this, it is stated that H_0 is rejected, which means there is a relationship between the respondent's education level and family support on the quality of life of menopausal women. Respondents with a diploma or bachelor's level education have 26.1 times greater odds of having a good quality of life compared to respondents who have no school education or respondents with elementary, middle school and high school education. Apart from that, respondents who received family support also had 24.6 times greater odds of having a good quality of life compared to respondents who did not receive support from their family. For this reason, family support is really needed by menopausal women.</p>

PENDAHULUAN

Pada setiap tahap kehidupan, wanita akan menghadapi perubahan mulai dari masa menarche hingga pada tahap menopause. Menopause didefinisikan sebagai berhentinya menstruasi pada wanita selama dua belas bulan secara berturut-turut akibat penurunan kadar estrogen. Sebelum melalui masa menopause, wanita biasanya mengalami gejala klimakterik terlebih dahulu diantaranya gejala vasomotor, fisik, keluhan psikologis maupun seksual. Sebagian besar wanita menopause tidak menyadari akan perubahan-perubahan yang mereka alami ketika memasuki masa menopause (Seeta et al., 2015).

Seiring dengan meningkatnya usia harapan hidup wanita menjadi 70.43 tahun pada tahun 2014 dan 73.77 tahun di tahun 2025, maka dapat diprediksi bahwa mayoritas wanita akan mengalami gejala menopause lebih dari 30 tahun setelah melalui masa menopause dan menghabiskan sekitar sepertiga umur dari kehidupan mereka dengan keadaan kekurangan estrogen yang berdampak pada berbagai masalah kesehatan yang mempengaruhi kualitas hidupnya (Bener and Anas, 2014).

Hasil penelitian Trisetyaningsih (2016) tentang hubungan gejala menopause dengan kualitas hidup perempuan klimakterik, didapatkan hasil bahwa 78.4% wanita klimakterium mengalami gejala ketidaknyamanan akibat nyeri otot dan persendian, 72.2% wanita juga mengalami masalah seksual berupa perubahan gairah dan aktivitas seksual serta rasa kering di vagina. Gejala tersebut bila terus menerus dirasakan tentu nya akan menurunkan kualitas hidup wanita menopause.

Salah satu faktor yang memengaruhi kualitas hidup adalah pendapatan (Suadirman, 2011). Individu yang menikah lebih sejahtera secara ekonomi (Lestari, 2016). Hal ini karena individu yang menikah dapat menggabungkan pendapatannya sehingga dapat meningkatkan kemampuan ekonominya. Lain halnya dengan individu yang kehilangan pasangannya, kesejahteraan individu tersebut tentu lebih rendah dibandingkan dengan yang memiliki

pasangan. Hal ini sesuai dengan pernyataan Bennett dan Soulsby (2012) yang menyatakan kehilangan pasangan hidup akan memengaruhi sebagian besar kehidupan dan berpengaruh secara signifikan pada kualitas hidup pasangannya baik pada psikologi, sosial, fisik, praktik dan ekonomi. Penelitian dari Mirhaghjou, Niknami, Moridi, Pakseresht dan Kazemnejad (2016) pada 675 wanita menopause di Iran menunjukkan wanita yang menikah memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan wanita yang janda. Hal ini karena dukungan mental dari suaminya berdampak pada tingginya kualitas hidup wanita yang menikah.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Giannouli dkk., (2012) mengenai kualitas hidup yang diteliti pada 1140 wanita usia madya di Yunani menunjukkan bahwa status pernikahan berhubungan secara signifikan dengan kualitas hidup pada wanita usia madya. Rata-rata kualitas hidup pada wanita yang menikah lebih tinggi dibandingkan dengan wanita yang janda. Hal ini terjadi karena mereka telah kehilangan suami yang dapat membantu mereka dalam menjalani kehidupannya.

Berbeda dengan hasil penelitian tersebut, penelitian dari Putri, Wati dan Ariyantopada (2014) pada 128 wanita menopause yang berusia 45-59 tahun di Puskesmas Summersari, Kabupaten Jember menunjukkan secara keseluruhan kualitas hidup wanita menopause tidak berhubungan dengan status perkawinan. Meskipun begitu, penelitian ini menemukan adanya perbedaan secara signifikan pada domain fisik dan sosial wanita yang masih memiliki suami bila dibandingkan dengan wanita yang janda.

Berbagai faktor biopsikososial berpengaruh pada kualitas hidup menopause diantaranya durasi menopause, BMI, dukungan keluarga, tingkat pendidikan dan pendapatan keluarga. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sudeshna and Aparajita(2012) didapatkan hasil bahwa wanita dengan durasi menopause kurang dari 5 tahun memiliki perbedaan signifikan dalam domain psikososial dan seksual. Berdasarkan variabel dukungan

keluarga didapatkan hasil yang signifikan mengenai domain fisik dan psikologis.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Daley et al., (2007) didapatkan hasil bahwa efek BMI secara signifikan ditemukan untuk sub-skala gejala vasomotor dan gejala somatik pada wanita dengan BMI yang tinggi. Menurut Kothiyal (2013) wanita yang memiliki pendapatan keluarga yang rendah cenderung memiliki pendidikan yang rendah, akses terhadap fasilitas pelayanan kesehatan yang sulit terjangkau, serta ketersediaan makanan yang bergizi yang berkaitan dengan keluhan yang dirasakan pada masa menopause (Kothiyal dan Monika, 2013).

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: Analisa Faktor Biopsikososial Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Wanita Menopause Di RW I dan II, Kelurahan Sukoharjo Wilayah Puskesmas Bareng Kota Malang.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian *Analitik Crosssectional Study*. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Puskesmas Bareng Kota Malang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh wanita menopause di RW I Kelurahan Sukoharjo wilayah kerja Puskesmas Bareng sebanyak 112 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling yang masuk ke dalam kriteria inklusi sebanyak 100 orang.

Penelitian ini dilakukan dengan cara mengumpulkan responden pada saat ada posyandu lansia di posyandu lansia yang ada di RW I Kelurahan Sukoharjo diambil data 1 kali pelaksanaan posyandu dan membagikan kuesioner untuk diisi oleh responden secara langsung. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar Kuesioner A untuk penggalan data karakteristik responden dan Kuesioner B (Kualitas Hidup Wanita Menopause) menggunakan MENQOL (Menopause Specific Quality of Life Questionnaire).

Analisis dalam penelitian ini melalui tiga tahap, tahap pertama adalah analisis univariabel. Pada analisis ini, variabel penelitian dianalisis secara deskriptif untuk mendapatkan gambaran distribusi frekuensi

responden. Tahap kedua dilakukan analisis bivariat untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Untuk menganalisis pengaruh Faktor Biopsikososial yang mempengaruhi kualitas hidup wanita menopause di RW I Kelurahan Sukoharjo Wilayah Puskesmas Bareng Kota Malang dengan menggunakan uji analisis *Chi Square*. Selanjutnya untuk analisis Multivariabel menggunakan uji Regresi Logistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Faktor Biopsikososial yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Wanita Menopause

Penelitian ini melibatkan 100 responden yang dianalisis. Hasil analisis univariabel menggambarkan distribusi responden berdasarkan faktor biopsikososial yang mempengaruhi kualitas hidup wanita menopause.

Tabel 1. Gambaran Faktor Biopsikososial

Karakteristik variabel	Kualitas Hidup Baik		Kualitas Hidup Sedang		Kualitas Hidup Buruk	
	n	(%)	n	(%)	n	(%)
Durasi Menopause						
▪ < 5 Tahun	40	85.1	5	10.6	2	4.3
▪ > 5 Tahun	47	88.7	5	9.4	1	1.9
Body Max Index (BMI)						
▪ Sangat Kurus	0	0.0	0	0.0	0	0.0
▪ Kurus	0	0.0	0	0.0	0	0.0
▪ Normal	52	89.7	4	6.9	2	3.4
▪ Overweight	20	80.0	4	16.0	1	4.0
▪ Obesitas	15	88.2	2	11.8	0	0.0
Dukungan Keluarga						
▪ Tidak ada						
▪ Ada	16	69.6	7	30.4	0	0.0
Tingkat Pendidikan	71	92.2	3	3.9	3	3.9
▪ Tidak Sekolah						
▪ SD						
▪ SMP	0	0.0	0	0.0	0	0.0
▪ SMA	0	0.0	0	0.0	0	0.0
▪ Perguruan Tinggi	0	0.0	0	0.0	3	3.0
▪ Tinggi	83	97.6	2	2.4	0	0.0
Pendapatan Keluarga	4	33.3	8	66.7	0	0.0
▪ < UMR						
▪ > UMR						
	59	88.1	7	10.4	1	1.5
	28	84.8	3	9.1	2	6.1

Berdasarkan tabel 1. dapat diketahui bahwa proporsi responden yang memiliki kualitas hidup baik sebagian besar terdapat pada responden dengan durasi menopause > 5 tahun yaitu sebanyak 47 responden (88.7%), proporsi responden yang memiliki kualitas

hidup baik sebagian besar terdapat pada responden dengan BMI Normal yaitu sebanyak 52 responden (89.7%), proporsi responden yang memiliki kualitas hidup baik hampir seluruhnya terdapat pada responden yang mendapatkan dukungan keluarga yaitu sebanyak 71 responden (92.2%), proporsi responden yang memiliki kualitas hidup baik hampir seluruhnya terdapat pada responden dengan tingkat pendidikan SMA yaitu sebanyak 83 responden (97.6%), dan proporsi responden yang memiliki kualitas hidup baik juga sebagian besar terdapat pada responden yang memiliki pendapatan < UMR yaitu sebanyak 59 responden (88.1%).

2. Hubungan Faktor Durasi Menopause dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause.

Analisis Bivariabel dalam penelitian ini menggunakan uji *chi square*. Adapun hasil analisis sebagai berikut:

Tabel 2. Hubungan Faktor Durasi Menopause dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Karakteristik variabel	Kualitas Hidup			Pvalue	95% CI
	Baik (%)	Sedang (%)	Buruk (%)		
Durasi Menopause					
▪ < 5 Tahun	85.1	10.6	4.3	0.764	0.0
▪ > 5 Tahun	88.7	9.4	1.9		-
					4.9

Berdasarkan tabel 2. dapat diketahui bahwa nilai P_{value} hubungan faktor durasi menopause dengan kualitas hidup wanita menopause sebesar $0.764 > 0.05$ sehingga H_0 gagal ditolak yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara faktor durasi menopause dengan kualitas hidup wanita menopause.

3. Hubungan Faktor *Body Mass Index* (BMI) dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Analisis Bivariabel dalam penelitian ini menggunakan uji *chi square*. Adapun hasil analisis sebagai berikut:

Tabel 3. Hubungan Faktor *Body Mass Index* (BMI) dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Karakteristik variabel	Kualitas Hidup			Pvalue	95% CI
	Baik (%)	Sedang (%)	Buruk (%)		
Body Mass Index					
▪ Sangat Kurus	0.0	0.0	0.0	0.674	0.0
▪ Kurus	0.0	0.0	0.0		-
▪ Normal	89.7	6.9	3.4		3.7
▪ Overweight	80.8	15.4	3.8		
▪ Obesitas	88.2	11.8	0.0		

Berdasarkan tabel 3. dapat diketahui bahwa nilai P_{value} hubungan faktor durasi menopause dengan kualitas hidup wanita menopause sebesar $0.674 > 0.05$ sehingga H_0 gagal ditolak yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara faktor *Body Mass Index* (BMI) dengan kualitas hidup wanita menopause.

4. Hubungan Faktor Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Analisis Bivariabel dalam penelitian ini menggunakan uji *chi square*. Adapun hasil analisis sebagai berikut:

Tabel 4. Hubungan Faktor Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Karakteristik variabel	Kualitas Hidup			Pvalue	95% CI
	Baik (%)	Sedang (%)	Buruk (%)		
Dukungan Keluarga				0.001	7.7 – 78.2
• Tidak ada	69.6	30.4	0.0		
• Ada	92.2	3.9	3.9		

Berdasarkan tabel 4. dapat diketahui bahwa nilai P_{value} hubungan faktor durasi menopause dengan kualitas hidup wanita menopause sebesar $0.001 < 0.05$ sehingga H_0 ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara faktor dukungan keluarga dengan kualitas hidup wanita menopause.

5. Hubungan Faktor Tingkat Pendidikan dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Analisis Bivariabel dalam penelitian ini menggunakan uji *chi square*. Adapun hasil analisis sebagai berikut:

Tabel 5. Hubungan Faktor Tingkat Pendidikan dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Karakteristik variabel	Kualitas Hidup			Pvalue	95% CI
	Baik (%)	Sedang (%)	Buruk (%)		
Tingkat Pendidikan	0.0	0.0	0.0	0.0001	-
▪ Tidak Sekolah	0.0	0.0	0.0		
▪ SD	0.0	0.0	3.0		
▪ SMP	97.6	2.4	0.0		
▪ SMA	33.3	66.7	0.0		
▪ Perguruan Tinggi					

Berdasarkan tabel 5. dapat diketahui bahwa nilai P_{value} hubungan faktor tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause sebesar $0.0001 < 0.05$ sehingga H_0 ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara faktor tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause.

6. Hubungan Faktor Pendapatan Keluarga dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Analisis Bivariabel dalam penelitian ini menggunakan uji *chi square*. Adapun hasil analisis sebagai berikut:

Tabel 6. Hubungan Faktor Pendapatan Keluarga dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Karakteristik variabel	Kualitas Hidup			Pvalue	95% CI
	Baik (%)	Sedang (%)	Buruk (%)		
Pendapatan Keluarga	88.1	10.4	1.5	0.783	0.0–2.5
▪ < UMR	84,8	9.1	6.1		
▪ > UMR					

Berdasarkan tabel 6. dapat diketahui bahwa nilai P_{value} hubungan pendapatan keluarga dengan kualitas hidup wanita menopause sebesar $0.783 > 0.05$ sehingga H_0 gagal ditolak yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara faktor pendapatan keluarga dengan kualitas hidup wanita menopause.

7. Faktor Biopsikososial yang Paling Dominan dalam mempengaruhi Kualitas Hidup Wanita Menopause

Guna mengetahui faktor biopsikososial yang paling dominan mempengaruhi kualitas hidup wanita menopause maka dilakukan uji multivariat menggunakan uji regresi logistik ordinal. Adapun hasil analisis sebagai berikut:

Tabel 7. Faktor Biopsikososial yang Paling mempengaruhi Kualitas Hidup Wanita Menopause

Karakteristik Variabel	Pvalue	OR	95% CI
Durasi Menopause	0.176	0.3	0.0–4.4
Body Max Index (BMI)	0.930	0.6	2.6–2.8
Dukungan Keluarga	0.028	24.6	6.0–24.3
Tingkat Pendidikan	0.0001	26.1	2.5–28.2
Pendapatan Keluarga	0.999	0.3	0.0–2.5

Berdasarkan tabel 7. dapat diketahui bahwa dari 5 faktor biopsikososial yang ada, terdapat 2 faktor yang memiliki nilai $p_{value} < 0.05$ yaitu pertama faktor tingkat pendidikan ($P_{value} 0.0001$) dan kedua faktor dukungan keluarga ($P_{value} = 0.028$). Berdasarkan hal tersebut, maka dinyatakan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara tingkat pendidikan responden dan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup wanita menopause. responden dengan pendidikan setingkat diploma atau sarjana memiliki odds 26.1 kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan responden yang tidak menempuh pendidikan sekolah atau responden dengan pendidikan setingkat SD, SMP, dan SMA. Selain itu, Responden yang mendapatkan dukungan keluarga juga memiliki odds 24.6 kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan responden yang tidak mendapatkan dukungan dari keluarga.

PEMBAHASAN

1. Faktor Biopsikososial yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Wanita Menopause

Berdasarkan tabel 1. dapat diketahui bahwa proporsi responden yang memiliki kualitas hidup baik sebagian besar terdapat pada responden dengan durasi menopause > 5 tahun yaitu sebanyak 47 responden (88.7%), proporsi responden yang memiliki kualitas hidup baik sebagian besar terdapat pada responden dengan BMI Normal yaitu sebanyak 52 responden (89.7%), proporsi responden yang memiliki kualitas hidup baik hampir seluruhnya terdapat pada responden yang mendapatkan dukungan keluarga yaitu sebanyak 71 responden (92.2%), proporsi responden yang memiliki kualitas hidup baik hampir seluruhnya terdapat pada responden dengan tingkat pendidikan SMA yaitu

sebanyak 83 responden (97.6%), dan proporsi responden yang memiliki kualitas hidup baik juga sebagian besar terdapat pada responden yang memiliki pendapatan < UMR yaitu sebanyak 59 responden (88.1%).

Lama wanita mengalami menopause dikaitkan dengan adaptasi wanita terhadap perubahan-perubahan pada menopause. Semakin lama wanita mengalami menopause, semakin mampu ia beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada periode menopause, sehingga kualitas hidupnya pun juga semakin baik (Widyastuti, 2010). Keseimbangan hormon yang baru juga akan tercapai seiring lamanya waktu menopause, sehingga tubuh terbiasa dengan gangguan vegetatif maupun psikis selama menopause (Tarigan, dkk, 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan Daley et al., (2007) tentang efek aktivitas fisik dan BMI terhadap kualitas hidup menopause didapatkan hasil bahwa efek BMI secara signifikan ditemukan untuk subskala gejala vasomotor dan gejala somatik daripada wanita dengan BMI normal. Wanita dengan BMI yang tinggi memiliki risiko lebih tinggi terhadap kejadian hot flushes, inkontinensia urin dan nyeri sendi daripada wanita dengan BMI yang rendah (Kothiyal dan Monika, 2013).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Sekar Sari Anisya dan Susilawati Dwi (2021) Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup wanita menopause (p -value= 0,002 dan $r=0,349$). Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup wanita menopause dengan arah korelasi positif.

Wanita yang memiliki pendidikan tinggi berhubungan baik dengan kemudahan mengakses layanan kesehatan, memperoleh pekerjaan dan pendapatan yang lebih tinggi (Kalarhoudi et al., 2011), memiliki karakter mudah beradaptasi dan mengendalikan situasi yang berdampak pada tingkat stress dan kemampuan untuk bersikap positif dalam menghadapi penuaan dan menopause sehingga kualitas hidupnya lebih baik daripada yang berpendidikan rendah dan belum mendapatkan informasi tentang menopause.

2. Hubungan Faktor Durasi Menopause dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause.

Berdasarkan tabel 2. dapat diketahui bahwa nilai P_{value} hubungan faktor durasi menopause dengan kualitas hidup wanita menopause sebesar $0.764 > 0.05$ sehingga H_0 gagal ditolak yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara faktor durasi menopause dengan kualitas hidup wanita menopause. Hal ini didukung dengan data bahwa responden yang durasi menopause lebih dari 5 tahun lebih banyak yaitu 53% sehingga mereka kemungkinan besar sudah beradaptasi dengan perubahan yang dialami selama masa menopause.

Hal ini berbalik dengan hasil penelitian Tarigan, Sinuhaji, & Sembiring (2019) menemukan adanya hubungan antara lama menopause dengan kualitas hidup wanita menopause. Kualitas hidup yang baik lebih banyak ditemukan pada wanita yang mengalami menopause > 2 tahun. Yerra, et al (2021) juga menemukan, wanita India yang mengalami menopause lebih lama (> 5 tahun) memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Lama wanita mengalami menopause dikaitkan dengan adaptasi wanita terhadap perubahan-perubahan pada menopause. Semakin lama wanita mengalami menopause, semakin mampu ia beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada periode menopause, sehingga kualitas hidupnya pun juga semakin baik (Widyastuti, 2010). Keseimbangan hormon yang baru juga akan tercapai seiring lamanya waktu menopause, sehingga tubuh terbiasa dengan gangguan vegetatif maupun psikis selama menopause (Tarigan, dkk, 2019). Perbedaan hasil penelitian dari peneliti kemungkinan bisa disebabkan perbedaan budaya dan perbedaan karakteristik responden.

3. Hubungan Faktor *Body Mass Index* (BMI) dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Berdasarkan tabel 3. dapat diketahui bahwa nilai P_{value} hubungan faktor *Body Mass Index* (BMI) dengan kualitas hidup wanita menopause sebesar $0.674 > 0.05$ sehingga H_0 gagal ditolak yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara faktor *Body Mass Index*

(BMI) dengan kualitas hidup wanita menopause.

Penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan Daley et al., (2007) tentang efek aktivitas fisik dan BMI terhadap kualitas hidup menopause di-dapatkan hasil bahwa efek BMI secara signifikan ditemukan untuk subskala gejala vasomotor dan gejala somatik daripada wanita dengan BMI normal. Wanita dengan BMI yang tinggi memiliki risiko lebih tinggi terhadap kejadian hot flushes, inkontinensia urin dan nyeri sendi daripada wanita dengan BMI yang rendah (Kothiyal dan Monika, 2013).

4. Hubungan Faktor Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Berdasarkan tabel 4. dapat diketahui bahwa nilai P_{value} hubungan faktor durasi menopause dengan kualitas hidup wanita menopause sebesar $0.001 < 0.05$ sehingga H_0 ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara faktor dukungan keluarga dengan kualitas hidup wanita menopause.

Perhatian dan dukungan yang diberikan kepada sang istri dapat membantu istri untuk melalui masa menopause tanpa adanya rasa cemas yang berlebihan. Hurlock menyatakan bahwa pada masa dewasa madya, terdapat perubahan hubungan dari hubungan yang berpusat pada keluarga (*family centred relationship*) menjadi hubungan yang berpusat pada pasangan (*pair centred relationship*), dimana hal tersebut menunjukkan bahwa peran pasangan sangat penting artinya dalam kehidupan. Perhatian yang diberikan oleh suami, juga dapat membuat seorang istri menjadi senang dan tenang karena mereka menganggap bahwa kehadirannya masih sangat dibutuhkan oleh suami. Suami yang tidak menuntut istri untuk tampil dengan kesempurnaan fisik, akan sangat membantu untuk meyakini bahwa tidak ada yang perlu dicemaskan ketika masa menopause itu datang. Dukungan suami inilah yang dapat meningkatkan kualitas hidup wanita menopause. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Sekar Sari Anisya dan Susilawati Dwi (2021) Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup wanita menopause (p -

value= 0,002 dan $r=0,349$). Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup wanita menopause dengan arah korelasi positif. Wanita menopause perlu memahami perubahan yang terjadi selama menopause dan terlibat secara aktif dalam kegiatan sosial serta menjalin kedekatan dengan keluarga

5. Hubungan Faktor Tingkat Pendidikan dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Berdasarkan tabel 5. dapat diketahui bahwa nilai P_{value} hubungan faktor tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause sebesar $0.0001 < 0.05$ sehingga H_0 ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara faktor tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause.

Wanita yang memiliki pendidikan tinggi berhubungan baik dengan kemudahan mengakses layanan kesehatan, memperoleh pekerjaan dan pendapatan yang lebih tinggi (Kalarhoudi et al., 2011), memiliki karakter mudah beradaptasi dan mengendalikan situasi yang berdampak pada tingkat stress dan kemampuan untuk bersikap positif dalam menghadapi penuaan dan menopause sehingga kualitas hidupnya lebih baik daripada yang berpendidikan rendah dan belum mendapatkan informasi tentang menopause. Selain itu, pendidikan juga mengajarkan individu dan masyarakat untuk dapat berpikir secara objektif, yang mana akan membangun kemampuan untuk menilai apakah kebudayaan masyarakat dapat memenuhi kebutuhan sesuai kondisinya (Eugenia et al., 2014). Kemudahan untuk memilih dan mengatur asupan makanan apa saja yang akan dikonsumsi demi menunjang derajat kesehatannya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian

(Annah, Mashar, Febriani, & Miden, 2021; Tarigan, Sinuhaji, & Sembiring, 2019) bahwa terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause. Hal ini sejalan juga dengan hasil penelitian El Hajj, Wardy, Haidar, Bourgi, Haddad, Chammas, et al (2020) di wilayah Mediteran, tingkat pendidikan memiliki hubungan yang signifikan dengan keempat domain kualitas hidup wanita menopause ($p < 0,001$). Kualitas hidup yang

lebih baik dicapai oleh mereka yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi. Yerra, Bala, Yalamanchili, Bandaru, & Mavoori (2021) dalam penelitiannya di India juga menemukan, tingkat pendidikan memiliki hubungan yang signifikan dengan gejala menopause. Namun, Trisetiyaningsih (2016) menemukan, tingkat pendidikan tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup wanita menopause. Perbedaan temuan dapat saja terjadi karena adanya pengaruh pada variabel lain. Tingkat pendidikan berhubungan dengan kemampuan individu dalam memahami informasi. Semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin baik kemampuan seseorang dalam menganalisis suatu informasi dan semakin baik pula keputusan yang diambil (Notoatmodjo, 2013). Selain itu, wanita berpendidikan akan lebih peduli dengan kondisi mereka, sehingga ingin mencari solusi melalui bantuan profesional dan seringkali memiliki akses yang lebih baik ke sumber informasi dan layanan kesehatan (Kamal & Seedhom, 2017).

6. Hubungan Faktor Pendapatan Keluarga dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause

Berdasarkan tabel 6. dapat diketahui bahwa nilai P_{value} hubungan pendapatan keluarga dengan kualitas hidup wanita menopause sebesar $0.783 > 0.05$ sehingga H_0 gagal ditolak yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara faktor pendapatan keluarga dengan kualitas hidup wanita menopause. Pekerjaan menentukan pendapatan seseorang. Adanya pendapatan atau penghasilan akan memengaruhi kesehatan seseorang. Keadaan sosial ekonomi yang baik dapat mengurangi beban psikologis dan fisiologis (Kargenti, 2014). Pendapatan yang lebih tinggi, seseorang dapat memiliki akses ke layanan kesehatan yang lebih luas untuk mendapatkan konseling maupun perawatan kesehatan yang lebih memadai, sehingga dapat membantu meningkatkan kualitas hidup wanita di usia lanjut pada saat sudah mengalami menopause (Kamal & Seedhom, 2017). Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, hal ini dapat disebabkan saat ini

sudah ada layanan kesehatan BPJS sehingga memudahkan masyarakat untuk menjangkau pelayanan kesehatan sesuai kondisinya.

7. Faktor Biopsikososial yang Paling Dominan dalam Mempengaruhi Kualitas Hidup Wanita Menopause

Berdasarkan tabel 7. dapat diketahui bahwa dari 5 faktor biopsikososial yang ada, terdapat 2 faktor yang memiliki nilai $p_{value} < 0.05$ yaitu pertama faktor tingkat pendidikan ($P_{value} 0.0001$) dan kedua faktor dukungan keluarga ($P_{value} = 0.028$). Berdasarkan hal tersebut, maka dinyatakan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara tingkat pendidikan responden dan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup wanita menopause. Responden dengan pendidikan setingkat diploma atau sarjana memiliki odds 26.1 kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan responden yang tidak menempuh pendidikan sekolah atau responden dengan pendidikan setingkat SD, SMP, dan SMA. Selain itu, Responden yang mendapatkan dukungan keluarga juga memiliki odds 24.6 kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan responden yang tidak mendapatkan dukungan dari keluarga.

Wanita yang memiliki pendidikan tinggi berhubungan baik dengan kemudahan mengakses layanan kesehatan, memperoleh pekerjaan dan pendapatan yang lebih tinggi (Kalarhudi et al., 2011), memiliki karakter mudah beradaptasi dan mengendalikan situasi yang berdampak pada tingkat stress dan kemampuan untuk bersikap positif dalam menghadapi penuaan dan menopause sehingga kualitas hidupnya lebih baik daripada yang berpendidikan rendah dan belum mendapatkan informasi tentang menopause. Selain itu, pendidikan juga mengajarkan individu dan masyarakat untuk dapat berpikir secara objektif, yang mana akan membangun kemampuan untuk menilai apakah kebudayaan masyarakat dapat memenuhi kebutuhan sesuai kondisinya (Eugenia et al., 2014). Kemudahan untuk memilih dan mengatur asupan makanan apa saja yang akan dikonsumsi demi menunjang derajat kesehatannya.

Pemberian dukungan emosional wanita menopause yang mengalami keluhan terkait menopause akan merasa tenang karena adanya empati dan perhatian dari keluarga, sehingga keluhan tersebut tidak begitu dirasakan dampaknya terhadap kualitas hidup wanita tersebut. Selain dukungan penghargaan dan emosional, dukungan informasi juga sangat diperlukan oleh menopause.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Sekar Sari Anisya dan Susilawati Dwi (2021) Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup wanita menopause (p -value=0,002 dan $r=0,349$). Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup wanita menopause dengan arah korelasi positif. Wanita menopause perlu memahami perubahan yang terjadi selama menopause dan terlibat secara aktif dalam kegiatan sosial serta menjalin kedekatan dengan keluarga.

SIMPULAN DAN SARAN

Faktor biopsikososial yang paling dominan dalam mempengaruhi kualitas hidup wanita menopause ada dua yaitu faktor tingkat pendidikan dan faktor dukungan keluarga. Saran agar tenaga kesehatan memberikan informasi yang benar kepada para wanita menopause yang ada di lingkungannya atau yang menjadi anggota posyandu lansia tentang cara meningkatkan kualitas hidup wanita menopause.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyanti, E., Sumantri, Arum S. (2012). Attitudes of Klimakterium's Women in Dealing Menopause Period at Jimus Village Polanharjo District Klaten Regency. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(2).
- Bener, A., & Falah, A. (2014). A measurement-specific quality-of-life satisfaction during premenopause, perimenopause and postmenopause in Arabian Qatari women. *Journal of mid-life health*, 5(3), 126–134. <https://doi.org/10.4103/0976-7800.141190>.
- Daley, A., Macarthur, C., Stokes-Lampard, H., McManus, R., Wilson, S., & Mutrie, N. (2007). Exercise participation, body mass index, and health-related quality of life in women of menopausal age. *The British journal of general practice : the journal of the Royal College of General Practitioners*, 57(535), 130–135.
- Giannouli, P., Zervas, I., Armenia, E., Koundi, K., Spyropoulou, A., Alexandrou, A., Irfana. (2021). *Faktor Determinan Kejadian Menopause*. Bandung: CV Media Sains Indonesia.
- Kamal, N. N., & Seedhom, A. E. (2017). Quality of life among postmenopausal women in rural Minia, Egypt. *Eastern Mediterranean Health Journal*, 23(8)
- Kothiyal P., & Monika S. (2013). Post Menopausal Quality Of Life And Associated Factors-A Review. *Journal of Scientific and Innovative Research*, 2(4): 814-823.
- Lestari, S. (2016). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Prenadamedia Group
- Mirhaghjou, S. N., Niknami, M., Moridi, M., Pakseresht, S., & Kazemnejad, E. (2016). Quality of life and its determinants in postmenopausal women: a population-based study. *Journal Applied Nursing Research*, 30, 252-256
- Putri, D. I., Wati, D. M., & Ariyanto, Y. (2014). Kualitas Hidup Wanita Menopause (Quality Of Life Among Menopausal Women). *e-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 2(1), 167-174
- Seeta D, Sheela U, Ranjana C, & Sheetal B. (2015). Assessment of Menopausal Symptoms Using Modified Menopause Rating Scale (MRS) Among Middle Age Women in Selected Urban and Rural Area Of Pune District. *Journal Of Advanced Scientific Research*, 6(3): 47-50, ISSN 0976-9595.
- Sekar Sari Anisya dan Susilawati Dwi (2021) Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause Di Kelurahan Wonosari Kecamatan Ngaliyan Semarang. *Journal Of Health Research*. Vol.4 No.2 Hal 13-20
- Suardiman, S. P. (2011). *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Tarigan, I., Sinuhaji, L. N. B., & Sembiring, M. (2019). Hubungan Pendidikan, Paritas, Pekerjaan dan Lama Menopause dengan Kualitas Hidup

- Perempuan Menopause di Puskesmas Kabanjahe Kabupaten Karo. *Jurnal Mutiara Ners*, 2(1), 158-167.
- Trisetiyaningsih Y (2016). Hubungan Gejala Menopause Dengan Kualitas Hidup Perempuan Klimakterik. *Jurnal Kesehatan "Samodra Ilmu"*, Vo 7. Nomer 1 Hal 3-9
- Widyastuti, Y, Rahmawati, A, &Purnamaningrum, Y. (2010). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Fitramaya