

## Hubungan Riwayat Penggunaan Alat Kontrasepsi dengan Keluhan *Menopause* pada Wanita di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur

Dina Ratnasari<sup>1\*</sup>, Surmiasih<sup>2</sup>, Riska Hediya Putri<sup>3</sup>, Rizky Yeni Wulandari<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup>Jurusan Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Indonesia

Open Access Freely Available Online

Dikirim: 12 Januari 2024

Direvisi: 03 Februari 2024

Diterima: 10 Februari 2024

\*Penulis Korespondensi:

E-mail:

[dinaratnasari92@gmail.com](mailto:dinaratnasari92@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Wanita dikatakan telah *menopause* jika sudah tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan sejak menstruasi terakhir. Keluhan *menopause* menunjukkan hasil perubahan fisik dengan kontrasepsi hormonal 64 (94,1%) dan keluhan fisik dengan kb non hormonal 6 (66,7%). Keluhan *menopause* biasanya ditandai dengan keluhan-keluhan fisik dan psikologis. Keluhan yang dirasakan pada masa *menopause* sangat beragam dan bersifat individual salah satunya disebabkan riwayat penggunaan kontrasepsi. Menurut studi pendahuluan di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur terdapat (80%) wanita memiliki riwayat KB Hormonal dimana keluhan fisik yang dialami adalah perubahan BB. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui hubungan penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan keluhan *menopause* pada wanita di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif, desain penelitian observasi analitik dengan menggunakan pendekatan *Cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah semua wanita *menopause* dengan jumlah sampel 76 orang dan Teknik pengambilan sampel ini dilakukan dengan cara *total sampling* Adapun penelitiannya di lakukan pada tanggal 23 Oktober s/d 20 November 2023 di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur. Instrumen penelitian ini menggunakan Kuesioner dan Analisis data menggunakan Uji *Chi Square*. **Hasil:** Hasil penelitian sebagian besar responden menggunakan alat kontrasepsi hormonal berjumlah 48 (63,2%), dan sebagian besar responden dengan keluhan *menopause* berat berjumlah 29 (38,9%), hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan penggunaan alat kontrasepsi dengan keluhan *menopause* pada wanita Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur dengan nilai *p-value* 0,001. **Simpulan:** Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi bagi wanitayang menggunakan alat kontrasepsi hormonal terhadap keluhan *menopause* pada wanita, sehingga wanita dapat menangani mengetahui penyebab dan faktor keluhan yang dialami saat *menopause*.

**Kata kunci:** Keluhan, *Menopause*, Riwayat KB

### ABSTRACT

**Background:** A woman is said to be in *menopause* if she has not had menstruation for 12 months since her last menstruation. Menopausal complaints are usually characterized by physical and psychological complaints. Complaints experienced during *menopause* are very diverse and individual, one of which is caused by a history of contraceptive use. According to a preliminary study in the Sukaraja Nuban Community Health Center Working Area, East Lampung, there were (80%) women who had a history of hormonal birth control where the physical complaint they experienced was a change in weight. **Objectives:** This study aims to determine the relationship between the use of hormonal contraceptives and menopausal complaints in women in the Sukaraja Nuban Community Health Center Working Area, East Lampung. **Methods:** The type of research used is quantitative research, analytical observation research design using a cross-sectional approach. The population of this study were all menopausal women with a sample size of 76 people and this sampling technique was carried out by total sampling. The research was carried out from 23 October to 20 November 2023 in the Sukaraja Nuban Community Health Center Working Area, East Lampung. This research instrument uses a questionnaire and data analysis uses the Gamma Test. **Results:** The research results showed that the

majority of respondents used hormonal contraceptives, numbering 48 (63.2%), and the majority of respondents with complaints of severe menopause, numbering 29 (38.9%), the results of statistical tests showed that there was a relationship between the use of contraceptives and complaints of menopause in women. Sukaraja Nuban East Lampung Community Health Center Working Area with a p-value of 0.001. **Conclusions:** It is hoped that this research can provide information for women who use hormonal contraceptives regarding menopausal complaints in women, so that women can deal with the causes and factors of complaints experienced during menopause.

**Keywords:** Complaints, Menopause, Family planning history

## PENDAHULUAN

*Menopause* merupakan tahap dalam kehidupan wanita ketika menstruasi berhenti, dengan demikian tahun – tahun melahirkan anak juga berhenti. Wanita dikatakan telah *menopause* jika sudah tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan sejak menstruasi terakhir. Umumnya terjadi pada usia 50 tahun setelah *menopause* (Suryoprajogo, 2019).

World Health Organization (WHO) (2022), memperkirakan di tahun 2030 akan ada sekitar 1,2 miliar wanita yang berusia di atas 50 tahun. Sebanyak 80% diantaranya tinggal di negara berkembang dan populasi wanita *menopause* meningkat tiga persen setiap tahunnya (WHO, 2016). Dinas Kesehatan Republik Indonesia menyatakan pada tahun 2025, jumlah perempuan *menopause* di Indonesia diperkirakan akan ada 60 juta. Pada tahun 2016, di Indonesia baru mencapai 14 juta perempuan *menopause* atau 7,4% dari total populasi yang ada. Perkiraan umur rata-rata wanita *menopause* di Indonesia adalah 48 tahun serta data Dinkes Provinsi Lampung jumlah penduduk perempuan sebanyak 3.954.831 orang dan yang berusia antara 49-54 tahun sebanyak 437.050 orang artinya sebanyak 437.050 wanita mengalami *menopause* (Widjayanti, 2016).

Fenomena penggunaan kontrasepsi telah meningkat di banyak bagian dunia, terutama di Asia dan Amerika Latin dan terendah di Sub-Sahara Afrika. Secara global, pengguna kontrasepsi modern telah meningkat tidak signifikan menjadi 57,4% pada tahun 2020. Di Indonesia menurut Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat, 55,36% pasangan usia subur (PUS) di Indonesia sedang menggunakan alat Keluarga Berencana (KB) atau cara tradisional pada 2022. Persentase tersebut meningkat 0,3% poin dibandingkan pada tahun lalu yang sebesar 55,06%. Selain itu, Badan Pusat

Statistik (BPS) juga mencatat bahwa di Lampung persentase wanita yang sedang menggunakan / memakai alat keluarga Berencana (KB) sebesar 66,06%. Persentase tersebut meningkat 2,24% dibandingkan pada tahun sebelumnya yang nilai persentasenya sebesar 63,82% (Setyaningrum, 2016).

Keluhan *menopause* biasanya ditandai dengan keluhan-keluhan fisik dan psikologis seperti, mudah tersinggung, takut, gelisah, mudah marah, gejala panas (hot flushes), depresi, sakit kepala, cepat lelah, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, kurang tenaga, berat badan bertambah, nyeri tulang dan otot, gangguan tidur, obstipasi, jantung berdebar-debar, gangguan libido, kesemutan, mata berkunang-kunang (Maryani & Muliani, 2009).

Rata-rata waktu kembalinya kesuburan pada kedua metode tersebut masing-masing adalah 10 dan 6 bulan dari suntikan terakhir, tanpa memandang lama penggunaan. Hal tersebut menunjukkan adanya jeda waktu munculnya keluhan *menopause* pada wanita yang berhenti menggunakan alat kontrasepsi (Ismail et al., 2023).

Faktor keluhan yang dirasakan pada masa *menopause* sangat beragam dan bersifat individual salah satunya yaitu riwayat penggunaan kontrasepsi, Jenis kontrasepsi dibagi menjadi dua yaitu kontrasepsi non hormonal yang merupakan alat kontrasepsi yang tidak mengandung hormon. Sehingga, penggunaannya tidak mempengaruhi kondisi hormonal dalam tubuh, sedangkan kontrasepsi hormonal memiliki tujuan untuk mencegah terjadinya kehamilan yang dapat bersifat sementara dan permanen (Baziad, 2017).

Kontrasepsi biasanya memiliki efek yang sangat mengganggu bagi wanita karena efek dari hormon yang ada pada kontrasepsi ini menekan fungsi indung telur. Efek lainnya seperti

peningkatan atau penurunan berat badan yang drastis, menstruasi yang tidak teratur, mual muntah berlebihan, pusing, nyeri perut, sakit dada atau sesak nafas, kelainan pada penglihatan (misalnya kabur), nyeri pada tungkai, dan masih banyak yang lainnya (Juliana et al., 2021). Selain itu efek samping dari penggunaan Kontrasepsi adalah terjadi kenaikan berat badan dan mempengaruhi usia *menopause* (Ismail et al., 2023).

KB Hormonal mengandung hormone Estrogen dalam kontrasepsi bekerja dengan jalan menghambat perjalanan ovum atau implantasi, Pemakaian kontrasepsi, khususnya alat kontrasepsi hormonal bisa mempengaruhi kapan seorang wanita mengalami *menopause*. Hal ini bisa terjadi karena cara kerja kontrasepsi yang menekan fungsi indung telur sehingga tidak memproduksi sel telur. Semua organ tubuh wanita yang berada dibawah pengaruh hormon seks tentu dengan sendirinya akan dipengaruhi oleh kontrasepsi hormonal. Pada organ-organ tersebut akan terjadi perubahan-perubahan tertentu, tergantung pada dosis, jenis hormon, dan lama penggunaan (Aisyah & Muis, 2013).

Dampak dari *menopause* dapat menyebabkan keluhan jangka pendek berupa *hot flushes*, inkontinensia, gangguan psikologis keluhan jangka panjang seperti osteoporosis, tulang patah, bahkan penyakit kardiovaskuler dan pembuluh dan Jika tidak ditangani, kondisi seperti ini tidak hanya dapat mengganggu kegiatan sehari-hari tapi dapat juga menurunkan kualitas hidup perempuan *menopause* istri (Proverawati, 2010).

Usia rata – rata wanita mengalmai *menopause* adalah 51 tahun, tetapi bisa terjadi pada usia 40 – 45 tahun dan masih dalam kategori normal (Holland, 2015). Menjelang *menopause* biasanya ditandai dengan keluhan – keluhan fisik dan psikologis seperti, mudah tersinggung, takut, gelisah, mudah marah, gejalok panas (*hot flushes*), depresi, sakit kepala, cepat lelah, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, kurang tenaga, berat badan bertambah, nyeri tulang dan otot, gangguan tidur, obstipasi, jantung berdebar – debar, gangguan libido, kesemutan, mata berkunang – kunang (Maryanti, 2019).

Penelitian Jannah, (2014), yaitu terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan alat kontrasepsi dengan keluhan masa *menopause*. Serta penelitian Nurdianti & Luthfiyati, (2018) bahwa riwayat KB hormonal akan mempengaruhi usia *menopause* dan keluhan *menopause* pada sorang wanita, terhadap hubungan yang bermakna antara jenis pemakaian alat kontrasepsi dengan kecepatan *menopause* ( $p=0,003$ ) dimana *menopause* lebih lambat terjadi pada wanita yang memiliki riwayat KB hormonal sebagian besar 53,1% mengalami *menopause* alamiah.

Menurut penelitian Hidayah & Hartatik, (2022) menyebutkan bahwa penggunaan kontrasepsi dengan keluhan *menopause* menunjukkan hasil perubahan fisik dengan kontrasepsi hormonal 64 (94,1%) dan keluhan fisik dengan kb non hormonal 6 (66,7%) Dengan demikian penggunaan kontrasepsi memiliki hubungan dengan perubahan fisik pada Wanita *menopause* hal ini di tunjukkan dengan *p-value* 0,000.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur pada bulan Mei 2023 diperoleh data wanita *menopause* berjumlah 76, peneliti melakukan wawancara kepada 10 wanita *menopause* diperoleh hasil bahwa 8 (80%) wanita memiliki riwayat KB Hormonal dimana keluhan fisik yang dialami oleh wanita *menopause* dengan riwayat KB Hormonal yaitu diantaranya perubahan BB yang dikarenakan badan mulai menyusut. Selain itu wanita *menopause* dengan riwayat KB Hormonal mengeluhkan susah untuk memulai tidur dan ketika bangun pada malam hari susah kembali untuk memejamkan mata, buang air kecil setiap malam, setelah melakukan kegiatan-kegiatan mengalami rasa capek yang sangat terasa walaupun kegiatan tersebut tidak terlalu berat, banyak keluhan pada tulang terutama masalah pegal dan linu setelah melakukan aktifitas, memilki tensi darah rata-rata 120 – 150/100 mmHg.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan keluhan *menopause* pada wanita di Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur.

**METODE**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif, desain penelitian observasi analitik dengan menggunakan pendekatan *Cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah semua wanita *menopause* dengan jumlah sampel 76 orang dan Teknik pengambilan sampel ini dilakukan dengan cara *total sampling*, Variabel penelitiannya adalah penggunaan alat kontrasepsi dan keluhan *menopause* wanita *menopause*. Instrumen penelitian yang digunakan untuk pengumpulan data dari kuisioner. analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan *uji Chi square*.

**HASIL**

**1. Analisis Univariat**

**a. Penggunaan Alat Kontrasepsi**

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penggunaan Alat Kontrasepsi pada Wanita di Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur

Penggunaan Alat Kontrasepsi	Jumlah	Presentase (%)
Kontrasepsi Non Hormonal	28	36,8
Kontrasepsi Hormonal	48	63,2
<b>Jumlah</b>	<b>76</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 76 responden sebagian besar responden Menggunakan

**2. Analisis Bivariat Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Dengan Keluhan Menopause Pada Wanita Di Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur**

Tabel 3

Hasil Uji *Chi Square* Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Dengan Keluhan *Menopause* Pada Wanita Di Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur

Penggunaan Alat Kontrasepsi	Keluhan Menopause						Total	P-Value
	Tidak ada		Ringan		Berat			
	n	%	n	%	n	%		
Kontrasepsi Non-Hormonal	19	67,9	5	17,9	4	14,3	28	100
Kontrasepsi Hormonal	6	12,5	17	35,4	25	52,1	48	100
<b>Total</b>	25	32,9	22	28,9	29	38,2	76	100

Alat Kontrasepsi Hormonal berjumlah 48 (63,2%), dan responden yang menggunakan Alat Kontrasepsi Non Hormonal berjumlah 28 (36,8%).

**b. Keluhan Menopause**

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Keluhan *Menopause* pada Wanita di Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur

Keluhan Menopause	Jumlah	Preentase (%)
Tidak ada keluhan	25	32,9
Ringan	22	28,9
Berat	29	38,2
<b>Jumlah</b>	<b>76</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 76 responden sebagian besar responden dengan keluhan *menopause* Berat berjumlah 29 (38,9%), Responden dengan keluhan *menopause* Ringan berjumlah 22 (28,9%) dan responden dengan Tidak ada keluhan *menopause* berjumlah 25 (32,9%).

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa responden yang menggunakan Alat kontrasepsi Hormonal dan Mengalami Keluhan *Menopause* Berat berjumlah 25 (52,1%) responden, dari hasil analisis uji *Chi Square* data diperoleh hasil nilai  $p = <0,001$ . Angka tersebut menunjukkan bahwa nilai  $p < 0,05$ , artinya Ada Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Dengan Keluhan *Menopause* Pada Wanita Di Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur.

## PEMBAHASAN

### 1. Analisis Univariat

#### a. Penggunaan Alat Kontrasepsi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 76 responden sebagian besar responden Menggunakan Alat Kontrasepsi Hormonal berjumlah 48 (63,2%), dan responden yang Menggunakan Alat Kontrasepsi Non Hormonal berjumlah 28 (36,8%).

Sejalan dengan penelitian Ismail et al., (2023) Diketahui bahwa sebagian responden yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal dan mengalami keluhan *menopause* berat sebanyak 8 (61,5%) responden, Dari hasil analisis data diperoleh hasil nilai  $p = 0,035$ . Angka tersebut menunjukkan bahwa nilai  $p < 0,05$ , artinya Ada hubungan penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan keluhan *menopause* pada wanita prolansis.

Secara pengertian, kontrasepsi adalah alat atau obat yang tujuannya untuk menjarangkan kehamilan. Orang-orang yang menggunakan kontrasepsi adalah pasangan yang berniat untuk membatasi jumlah anak dan menjarangkan kehamilan. Jenis kontrasepsi dibagi menjadi dua yaitu kontrasepsi non hormonal yang merupakan alat kontrasepsi yang tidak mengandung hormon. Sehingga, penggunaannya tidak mempengaruhi kondisi hormonal dalam tubuh, sedangkan kontrasepsi hormonal memiliki tujuan untuk mencegah terjadinya kehamilan yang dapat bersifat sementara dan permanen (Manuaba et al., 2018).

Kontrasepsi hormonal mengandung kombinasi hormon estrogen dan progesteron yang terakhir digunakan oleh akseptor dengan minimal selama 6 bulan pemakaian yang dapat mencegah terjadinya

ovulasi. Adapun kontrasepsi hormonal antara lain pil, suntik, implant dan IUD/AKDR sebagian besar bergantung pada sarana pelayanan kesehatan untuk melakukan pemasangan maupun pelepasan alat kontrasepsi (Setyaningrum, 2016). Kandungan hormon estrogen dan progesteron yang ada pada kontrasepsi hormonal berdampak pada perubahan hormonal pada ovarium, Karena tubuh terus menerus diberikan maka merangsang hipofisis tidak memproduksi kedua hormon tersebut sehingga hormon estrogen dan progesteron tidak diproduksi.

Peneliti berpendapat berdasarkan hasil pengisian kuesioner sebagian besar wanita *menopause* memiliki riwayat penggunaan kontrasepsi Hormonal, menurut peneliti Wanita dengan Riwayat kontrasepsi hormonal dapat menyebabkan perubahan haid, ada yang tidak teratur bahkan ada yang mundur, Peneliti menyimpulkan bahwa penggunaan alat kontrasepsi hormonal responden terbanyak menggunakan KB suntik dan pemakaiannya biasanya berlangsung lama dan tidak berganti ganti sehingga dampaknya baru terasa sekarang saat memasuki *menopause*. Informasi yang terbatas menjadi salah satu penyebab penggunaan kontrasepsi yang berlangsung lama biasanya informasi di dapatkan.

#### b. Keluhan *Menopause*

Diketahui bahwa dari 76 responden sebagian besar responden dengan keluhan *menopause* Berat berjumlah 29 (38,9%), Responden dengan keluhan *menopause* Ringan berjumlah 22 (28,9%) dan responden dengan Tidak ada keluhan *menopause* berjumlah 25 (32,9%).

Menurut penelitian Hindriyawati et al., (2021), menyatakan bahwa ada hubungan antara alat kontrasepsi hormonal dengan keluhan *perimenopause*. Hal ini bisa terjadi karena pada wanita yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal akan terjadi peningkatan kadar hormone estrogen dan progesterone, yang muali menurun di dalam tubuhnya akibat berkurangnya fungsi ovarium dalam memproduksi hormone estrogen dan progesterone (Maryani & Muliani, 2009).

Alat kontrasepsi hormonal adalah alat yang bersisi hormone estrogen dan progesterone yang

digunakan untuk mencegah terjadinya kehamilan dengan cara menghambat ovulasi, perjalanan ovum dan implantasi, seta dapat mempertahankan siklus haid dan mengurangi insidens breakthrough bleeding (Wahyuni, 2019). Penggunaan pil kombinasi sebagai alat salah satu jenis kontrasepsi hormonal pada wanita perimenopause dapat menurunkan resiko keluhan vasomotor, osteoporosis dan meningkatkan kepuasan seksual (Baziad, 2017).

Peneliti menyimpulkan Sebagian besar responden memiliki keluhan *menopause* yang berat hal ini ditinjau dari pengisian kuesioner responden memiliki keluhan-keluhan fisik dan psikologis seperti, mudah tersinggung, takut, gelisah, mudah marah, gejala panas (hot flushes), depresi, sakit kepala, cepat lelah, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, kurang tenaga, berat badan bertambah, nyeri tulang dan otot, gangguan tidur, obstipasi, jantung berdebar-debar, gangguan libido, kesemutan, mata berkunang-kunang, Keluhan yang dirasakan pada wanita pada masa *menopause* sangat beragam dan bersifat individual, hal ini dipengaruhi beberapa factor dan salah satunya Riwayat KB hormonal.

## 2. Analisis Bivariat

### **Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Dengan Keluhan *Menopause* Pada Wanita Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur**

Diketahui bahwa responden yang menggunakan Alat kontrasepsi Hormonal dan Mengalami Keluhan *Menopause* Berat berjumlah 25 (52,1%) responden, dari hasil analisis uji *Chi Square* data diperoleh hasil nilai  $p = <0,001$ . Angka tersebut menunjukkan bahwa nilai  $p < 0,05$ , artinya Ada Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Dengan Keluhan *Menopause* Pada Wanita Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wahyuni, (2019) menjelaskan bahwa Ada korelasi antara penggunaan kontrasepsi hormonal dan usia *menopause* di Kecamatan Lalongasumeeto Kabupaten Konawe tahun 2019 pada tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha = 0,05$ ). Selain itu

hasil penelitian lainnya yang menjelaskan bahwa ada hubungan antara Penggunaan KB hormonal Pil dengan Masa Rentang Terjadinya *Menopause* adalah berbanding lurus, di mana penggunaan KB hormonal suntik akan meningkatkan kecenderungan masa rentang terjadi *menopause* lebih lambat (Hindriyawati et al., 2021).

Menurut penelitian dari Juliana et al., (2021), bahwa perubahan fisik yang terjadi pada wanita *menopause* dini berdasarkan karakteristik informan kunci usia pertama kali menstruasi sebagian besar menstruasi usia 12-13 tahun, sedangkan usia *menopause* sebagian besar berusia antara 45-50 tahun, berdasarkan status pekerjaan informan kunci sebagian besar swasta. Hasil penelitian yang disampaikan oleh Widjayanti, (2016) menunjukkan bahwa mayoritas (90.32 %) responden mengeluhkan rasa tidak nyaman pada tulang, persendian dan otot (sakit pada persendian, keluhan rematik), sebesar (85.87 %) responden mengeluhkan hot flushes, dan sebesar (74.19 %) mengeluh kelelahan secara fisik dan mental akibat penurunan kadar estrogen pada masa *menopause*.

Wanita yang menggunakan kontrasepsi hormonal akan lebih lama atau tua memasuki masa *menopause* (Purwoastuti & Walyani, 2015). Masa *menopause* itu terjadi ketika ovarium atau indung telur telah kehabisan sel telur atau ovum, sehingga hal ini menyebabkan produksihormon dalam tubuh terganggu yaitu berhentinya produksi hormon estrogen dan progesterone.

Sebagian besar alasan wanita *menopause* menggunakan kontrasepsi hormonal adalah praktis, proses pemakaian yang simpel, efektifitas tinggi bisa dipakai jangka pendekat aupun jangka panjang dan karena fasilitaskesehatan yang ditempuh untuk mendapatkankontrasepsi hormonal tidak terlalu jauh (Hartanto, 2014). menjelaskan bahwa kontrasepsi hormonal mengandung kombinasi hormon yaitu estrogen dan progesteron yang menekan fungsi indung telur sehingga tidak memproduksi sel telur dan mencegah ovulasi. Oleh karena itu, sesuai dengan teori bahwa wanita yang memiliki riwayat menggunakan kontrasepsi hormonal akan lebih lama atau tua memasuki masa

menopausenya karena terpapar oleh hormon estrogen dan progesteron.

Peneliti menyimpulkan bahwa adanya hubungan penggunaan alat kontrasepsi dengan keluhan *menopause* dari hasil penelitian responden terbanyak menggunakan KB hormonal seperti KB suntik, Pil dan Implant serta responden menggunakannya berlangsung lama dan tidak berganti ganti sehingga dampaknya baru terasa sekarang saat memasuki *menopause*. Dampak dari keluhan *menopause* ini adalah munculnya keluhan fisik dan psikologis seperti, mudah tersinggung, takut, gelisah, mudah marah, gejala panas (hot flushes), depresi, sakit kepala, cepat lelah, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, kurang tenaga, berat badan bertambah, nyeri tulang dan otot, gangguan tidur, obstipasi, jantung berdebar-debar, gangguan libido, kesemutan, mata berkunang-kunang, factor keluhan ini muncul disebabkan oleh tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi, gaya hidup, misalnya kebiasaan merokok ataupun minum alkohol, budaya setempat, serta riwayat penggunaan kontrasepsi. faktor Informasi yang terbatas menjadi salah satu penyebab penggunaan kontrasepsi yang berlangsung lama biasanya informasi di dapatkan.

#### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan Ada Hubungan Penggunaan Alat Kontrasepsi Dengan Keluhan *Menopause* Pada Wanita Di Puskesmas Sukaraja Nuban Lampung Timur dengan nilai *p-value* <0,001. Diharapkan tenaga kesehatan untuk dapat memberikan penyuluhan menggunakan media Leaflet dan Booklet tentang *menopause* pada wanita yang belum *menopause* maupun yang sudah *menopause* karena media tersebut dapat dipelajari dengan mudah dan mereka semua dapat menerima datangnya masa *menopause* dan tidak merasa khawatir terhadap apa yang dialaminya. Selain itu, dapat memberikan edukasi terhadap wanita yang akan memilih kontrasepsi supaya tepat dan tidak menimbulkan banyak keluhan pada saat *menopause*.

#### REFERENSI

- Aisyah, R. A., & Muis, T. (2013). Perilaku Seksual Remaja Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 03(01), 364–372.
- Baziad, A. (2017). *Menopause dan Andropause*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Hartanto, H. (2014). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Pustaka Sinar Harapan.
- Hidayah, N., & Hartatik. (2022). Usia Menopause, Riwayat Kontrasepsi, Berat Menopause Di desa Angkatanlor Tambakromo. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 13(1), 368–374.
- Hindriyawati, W., Tatik, T., & Lestari, R. T. (2021). Studi Deskriptif Pengguna Metode Kontrasepsi Modern. *Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Science)*, 9(2), 59–68. <https://doi.org/10.36307/jik.v9i2.111>
- Holland, J. (2015). *Moody Bitches The Truth About the Drugs You're Taking, The Sleep You're*. Penguin Press.
- Ismail, P., Kadir, L., & Amalia, L. (2023). Analisis Hubungan Antara Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Usia Menopause Di Puskesmas Kabila. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 7(1), 70–77. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/gojhes/index>
- Jannah, M. (2014). *Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Keluhan Menopause Pada Wanita Di Desa Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh*. Universitas Syiah Kuala.
- Juliana, D., Anggraini, D., & Amalia, N. (2021). Hubungan Antara Karakteristik Wanita Dengan Keluhan Pada Masa Menopause Di Wilayah Kerja Upk Puskesmas Perumnas Ii Pontianak. *Borneo Nursing Journal*, 3(1), 33–38. <https://akperyarsismd.e-journal.id/BNJ>
- Manuaba, I. A. C., Manuaba, I. B. G. F., & Manuaba, I. B. G. (2018). *Ilmu Penyakit Kebidanan, Kandungan dan Pelayanan KB untuk pendidikan Bidan*. Buku Kedokteran EGC.
- Maryani, L., & Muliani, R. (2009). *Epidemiologi Kesehatan*. Graha Ilmu.
- Maryanti, D. (2019). *Monografi Kelaianan Bawaan*. Deepublish.
- Nurdianti, N., & Luthfiyati, Y. (2018). Hubungan

Jumlah Paritas Dengan Usia Menopause Di Padukuhan Cangkringan, Desa Argomulyo, Kecamatan Cangkringan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(1), 282–286.

<http://nursingjournal.respati.ac.id/index.php/JKRY/index>

- Proverawati, K. (2010). *Ilmu Gizi Untuk Keperawatan Dan Gizi Kesehatan*. Nuha Medika.
- Purwoastuti, E., & Walyani, E. S. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui*. Pustaka Baru Press.
- Setyaningrum, E. (2016). *Pelayanan Keluarga Berencana*. Trans Info Media.
- Suryoprajogo, N. (2019). *Tips Menyenangkan Menghadapi Menopause*. Desa Pustaka Indonesia.
- Wahyuni, E. S. (2019). *Kontrasepsi Hormonal Progesteron*. Pustaka Hanif.
- WHO. (2016). *Global Report On Diabetes*. World Health Organization.
- Widjayanti, Y. (2016). Gambaran Keluhan Akibat Penurunan Kadar Hormon Estrogen pada Masa Menopause. *Adi Husada Nursing Journal*, 2(1), 96–101. <https://adihusada.ac.id/jurnal/index.php/AHNJ/article/view/41/121>