

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP DISPAREUNIA PADA PEREMPUAN MENOPAUSE

Lisda Maria¹, Ratna Sari²

¹Program Studi S1 Keperawatan STIKES Mitra Adiguna Palembang.

²RSUD Kayu Agung

Komplek Kenten Permai Blok J No 9-12 Bukit Sangkal Palembang 30114

Email : lisdamaria83@gmail.com¹ , ratnasari.amkep@gmail.com²

ABSTRAK

Masalah seksual sering terjadi pada kelompok wanita menopause. Masalah ini meningkat jika anatomi atau fisiologi reproduksinya terganggu. Dampak dari dispareunia adalah penurunan frekuensi intercourse pada wanita dan akan menyebabkan depresi pada wanita. Hasil survey yang berhubungan dengan dispareunia di RSUD Kayuagung didapatkan dalam satu bulan sebanyak 65 orang yang didiagnosis dispareunia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap dispareunia pada perempuan menopause di RSUD Kayuagung tahun 2022. Metode penelitian ini merupakan pre experiment dengan pendekatan pre post test without control group. Populasi penelitian ini adalah semua wanita menopause yang datang ke poliklinik RSUD Kayuagung dengan jumlah sampel 40 orang. Teknik sampling menggunakan *consecutive sampling*. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian didapatkan data sebelum sebagian besar responden mengalami dyspareunia dalam kategori dua yaitu 42,5%. Setelah penelitian, sebagian besar responden mengalami dispareunia dalam kategori satu yaitu 40,0%, selanjutnya tidak mengalami dispareunia yaitu 35,0%, sisanya skor dispareunia dalam kategori dua yaitu 25,0% didapatkan nilai $Z = -4,442$ yang lebih besar dari tabel, uji statistic menunjukkan $p\text{ value} = 0,000$. Kesimpulan ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap dispareunia pada perempuan menopause di RSUD Kayuagung Tahun 2022. Disarankan untuk mengembangkan penelitian system pendidikan kesehatan bagi wanita menopause terutama yang mengalami masa dispareunia agar ibu memiliki pengetahuan untuk mengatasi gejala dispareunia sesuai dengan kebutuhannya.

Kata Kunci : Dispareunia, menopause, pendidikan kesehatan

ABSTRACT

Sexual problems often occur in menopausal women. This problem increases if the anatomy or physiology of reproduction is disturbed. The impact of dyspareunia is a decrease in the frequency of intercourse in women and will cause depression in women. The results of a survey related to dyspareunia at the Kayuagung Hospital were obtained in one month as many as 65 people who were diagnosed with dyspareunia. Objective: to determine the effect of health education on dyspareunia in postmenopausal women at the Kayuagung Hospital in 2022. Methods: This study was a pre experiment with a pre post test approach without a control group. The population of this study were all postmenopausal women who came to the clinic at Kayuagung Hospital with a sample of 40 people. The sampling technique used consecutive sampling. Data analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test. Results: Before the study, it was found that most of the respondents experienced dyspareunia in category two, namely 42.5%. After the study, most of the respondents experienced dyspareunia in category one, namely 40.0%, then did not experience dyspareunia, namely 35.0%, the remaining dyspareunia scores in category two, namely 25.0%, got a value of $Z = -4.442$ which is bigger than the table, statistical test shows $p\text{ value} = 0.000$. Conclusion: There is an effect of health education on dyspareunia in postmenopausal women at Kayuagung Hospital in 2022. Suggestion: develop a health education system research for menopausal women, especially those who experience dyspareunia so that mothers have knowledge to overcome dyspareunia symptoms according to their needs.

Keywords: *Dyspareunia, menopause, health education*

PENDAHULUAN

Menopause adalah proses fisiologis, yang terjadi secara universal pada semua wanita yang mencapai usia paruh baya. Selama masa transisi ke menopause, wanita mungkin mengalami gejala vasomotor, urogenital, psikosomatik dan psikologis, serta disfungsi seksual. Prevalensi gejala menopause sangat bervariasi tidak hanya antar individu. Dari populasi yang sama tetapi juga antara populasi yang berbeda (Bansal et., 2013).

Wanita menopause mengalami gejala masa menopause hampir di seluruh dunia, sekitar 70-80 % wanita Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia. Dari beberapa data tampak bahwa salah satu faktor dari perbedaan jumlah tersebut adalah karena pola makan. Wanita Eropa dan Amerika mempunyai estrogen yang lebih banyak dari pada Asia. Penurunan kadar estrogen tersebut sering menimbulkan gejala yang sangat mengganggu aktivitas kehidupan para wanita (Priyatni & Rahayu, 2016)

Jumlah wanita yang berusia 45-55 tahun di Indonesia mencapai 14,3 juta orang. Pada tahun 2017 jumlah penduduk di Indonesia mencapai 261,89 juta orang yang terdiri dari 130,31 juta perempuan dengan jumlah perempuan yang berusia 45-55 tahun dan jumlah wanita dengan umur menopause diperkirakan 15,8 juta orang. Pada tahun 2022 di Indonesia 30,3 juta wanita menopause (Kemenkes RI, 2021).

Menurut Kemenkes RI, tahun 2017 jumlah perempuan menopause di Sumatera Selatan sebesar 69,43% dan meningkat pada tahun 2018 menjadi 69,65%. Tahun 2017 di Sumatera Selatan jumlah wanita menopause sebesar 196.835 orang namun hanya 39,53% yang telah mendapat

pelayanan kesehatan (Kemenkes RI, 2017).

Masalah seksual sering terjadi pada kelompok usia 40-60 tahun. Masalah ini meningkat jika anatomi atau fisiologi reproduksinya terganggu. Hilangnya hasrat seksual tercatat pada 81,5% dan Dyspareunia dikeluhkan oleh 2,2%. (Bansal et al., 2013). Pada saat wanita menopause akan terjadi penurunan kadar oksigen yang menyebabkan *genitourinary syndrome of menopause* (GSM). GSM dimanifestasikan sebagian oleh gejala atrofi vulvovaginal yang dapat menyebabkan hubungan seksual yang menyakitkan yang disebut dengan dyspareunia (Hoffstetter, 2018).

Dyspareunia merupakan masalah kesehatan wanita yang umum tetapi diabaikan. Prevalensi populasi diperkirakan bervariasi dari 3 hingga 18% secara global dan rentang perkiraan seumur hidup dari 10 hingga 28%. Kondisi ini seringkali sulit untuk didiagnosis dan terobati karena faktor etiologinya kompleks. Sebagian besar, gangguan nyeri seksual sering diabaikan sehingga memperburuk penderitaan pasien (Mitchell et al., 2017).

Dampak dari dyspareunia adalah penurunan frekuensi intercourse pada wanita dan akan menyebabkan depresi pada wanita. studi lebih lanjut diperlukan untuk menjelaskan bagaimana dyspareunia mempengaruhi fungsi seksual bagaimana tentang penatalaksanaannya (Thomas et al., 2012).

Wanita umumnya hanya tahu sedikit tentang menopause dan cara mengatasinya salah satunya untuk mengatasi dyspareunia dengan *hormone replacement therapy* (HRT) namun demikian tidak dipahami cara

mengaplikasikannya serta efek samping. Tenaga kesehatan umumnya memberikan informasi tentang dispareunia namun belum maksimal sehingga diperlukan pendidikan tentang menopause khususnya untuk menangani masalah dispareunia, pada penelitian (Elnagaar et al., 2013) menunjukkan bahwa disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan dan sikap wanita yang teliti terhadap menopause rendah sebelum program pendidikan kesehatan dan mereka meningkat secara signifikan setelah program sehingga ada kebutuhan yang kuat untuk membuat program pendidikan kesehatan yang tepat untuk wanita meningkatkan pengetahuan dan sikap mereka menuju menopause.

Perempuan menopause akan mengalami perubahan psikologis dan fisik, seperti mudah marah dan kondisi fisik melemah. Oleh karena itu pemahaman premenopause diperlukan untuk membantu mereka menghadapi fase ini. Penyuluhan kesehatan merupakan tindakan penting, yang perlu dilakukan dalam upaya meningkatkan pengetahuan ibu – ibu mengenai persiapan wanita menghadapi menopause (Lestari, 2018). Salah satu masalah pendidikan kesehatan yang diperlukan adalah penatalaksanaan dispareunia.

Kajian review yang dilakukan oleh Hoosetter (2018), tentang manajemen dispareunia pada wanita menopause menunjukkan bahwa manajemen dispareunia hanya dapat dilakukan bila wanita menopause memiliki pengetahuan yang baik. Intervensi apapun dapat dilakukan asalkan wanita dapat memahami manfaat yang diberikan.

Hasil survey yang berhubungan dengan dispareunia di RSUD Kayuagung didapatkan dalam satu bulan sebanyak 65 orang yang didiagnosis dispareunia. Intervensi yang diberikan adalah dengan pemberian hormone terapi dan pendidikan kesehatan. Umumnya wanita menopause

belum memahami secara detil bagaimana cara mengaplikasikan pendidikan kesehatan setelah dirumah atau lupa.

Berdasarkan penjelasan dan data-data diatas, menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan masih perlu dikembangkan menggunakan media, sehingga responden dapat mempelajarinya setelah di rumah dan dapat mengaplikasikannya sehingga keluhan dispareunia berkurang. Oleh karena itu penulis terkait untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pendidikan kesehatan dispareunia pada perempuan menopause.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *pre-eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest without control*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Juni di RSUD Kayuagung

Target/Subjek Penelitian

Populasi yang akan diambil pada penelitian ini adalah semua wanita menopause yang datang ke poliklinik RSUD Kayuagung, metode yang digunakan adalah menggunakan desain *pre-eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest without control dengan total Sampel penelitian berjumlah 40 orang*. Kriteria inklusi dalam penelitian ini: Ibu-ibu yang bersedia menjadi responden penelitian dengan mengisi *informed consent*, memiliki pasangan seksual aktif, memiliki gejala dispareunia, wanita menopause 45-55 di RSUD Kayuagung yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, tidak buta huruf. Kriteria eksklusi penelitian ini adalah memiliki diagnosis banding penyakit urogenital lain dengan gejala dispareunia, endometriosis, pengangkatan rahim, kanker rahim, gangguan jiwa dan stroke.

Prosedur

Persiapan, pada tahap ini dilakukan pembuatan modul pendidikan kesehatan, mendapatkan rekomendasi dari etik (*ethical clearance*) dan surat ijin penelitian dari program studi SI Keperawatan dilanjutkan melakukan perjanjian pada tempat penelitian RSUD Kayuagung, melakukan seleksi responden berdasarkan kriteria inklusi dan ekklusi, melakukan intervensi, responden sebelumnya dilakukan dispareunia. Wanita menopause mendapatkan pendidikan kesehatan untuk mengatasi dispareunia dengan menggunakan *booklet*. Penatalaksanaan penelitian ini dilakukan selama 20-30 menit. Peneliti kemudian memberikan *booklet* kepada responden untuk dibaca di rumah. Protokol penelitian yang dilakukan pada proses intervensi ini adalah. Pre intervensi, calon responden yang sesuai kriteria diberikan penjelasan prosedur penelitian. Responden yang menyetujui untuk mengikuti penelitian kemudian diberikan lembar inform consent. Responden kemudian diberikan kuesioner oleh peneliti untuk mengukur skala dyspareunia. Peneliti kemudian melanjutkan pendidikan kesehatan menggunakan *booklet* untuk mengatasi masalah dyspareunia. post intervensi, setelah intervensi responden mempraktekkan pendidikan kesehatan. Pada kunjungan selanjutnya responden diminta untuk mengisi kuesioner derajat dyspareunia dengan skala manirof. Evaluasi digunakan untuk menilai pendidikan kesehatan terhadap gejala dispareunia di RSUD Kayuagung. Peneliti menjadwalkan pada dua minggu selanjutnya untuk melihat efek pendidikan kesehatan dengan post test.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen *booklet* pendidikan kesehatan, *booklet* yang dikembangkan

dalam kajian asuhan keperawatan pasien dispareunia dari kajian pustaka dan penelitian sebelumnya. Proses pembuatannya dilakukan dengan konsultasi ke dosen pembimbing tentang penatalaksanaan dispareunia. Instrumen alat ukur pada penelitian ini alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data adalah daftar isian data demografi pada daftar isian (lembar observasi) yang meliputi umur, pendidikan observasi dan pekerjaan. Data variabel penelitian juga menggunakan lembar observasi yang menggunakan skala marinof (Hoffsetter, 2018).

Teknik Analisis Data

Analisis univariat dilakukan terhadap tiap variabel yaitu variabel independen dan variabel dependen mengetahui tendency sentral (mean, standar deviasi, median dan rentang), Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan satu variabel dengan variabel lainnya atau berkorelasi yaitu pengaruh pendidikan kesehatan terhadap dispareunia pada perempuan menopause (Notoatmodjo, 2012).

Analisis Bivariat digunakan dalam menguji pengaruh variabel independen (pendidikan kesehatan) dengan variabel dependen (dispareunia pada wanita menopause) dalam bentuk rasio adalah Wilcoxon Signed Rank Test adalah uji nonparametris untuk mengukur signifikansi perbedaan antara 2 kelompok data berpasangan berskala ordinal. Karena uji yang akan kita lakukan harus menyesuaikan dengan tujuan penelitian dan hipotesis yang dibuat, maka menghadapi kasus seperti di atas, dimana bentuk hipotesanya adalah perbedaan 2 kelompok data berpasangan, maka pilihan utama adalah uji parametris yaitu paired t test. 0,05 bila data berdistribusi normal dan uji Wilcoxon bila data tidak berdistribusi normal. Uji Normalitas berguna untuk menentukan data yang telah

dikumpulkan berdistribusi normal atau diambil dari populasi normal. Metode klasik dalam pengujian normalitas suatu data tidak begitu rumit. Uji Normalitas yang digunakan adalah uji *Shapiro Wilk* karena jumlah sampel < 50 orang. Data berdistribusi normal bila $p \text{ value} > 0,05$. Pada pengujian hipotesis menggunakan $\alpha 0,05$. Jika nilai $p\text{-value} < 0,05$ maka hasil bermakna H_0 ditolak dan H_a diterima (S. Dahlan, 2017).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Analisa Univariat

Uji Normalitas

Tabel 1 Hasil uji normalitas data

| Tests of Normality ^{b,c} | | | | | | |
|-----------------------------------|------|------|--------------|------|------|-------|
| Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | | |
| Statisti | | | Statisti | | | |
| c | df | Sig. | c | df | Sig. | |
| Umur | .197 | 40 | 0.000 | .861 | 40 | 0.000 |
| Pendidikan | .262 | 40 | 0.000 | .848 | 40 | 0.000 |
| Pekerjaan | .228 | 40 | 0.000 | .842 | 40 | 0.000 |
| Anak | .390 | 40 | 0.000 | .623 | 40 | 0.000 |
| Pekerjaan suami | .240 | 40 | 0.000 | .851 | 40 | 0.000 |
| Penghasilan | .377 | 40 | 0.000 | .629 | 40 | 0.000 |
| Marinof_pre | .240 | 40 | 0.000 | .799 | 40 | 0.000 |
| Marinof_post | .226 | 40 | 0.000 | .804 | 40 | 0.000 |

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan hasil uji normalitas menggunakan *Shapiro wilk* didapatkan seluruh variable (umur, pendidikan, pekerjaan, anak, pekerjaan suami, penghasilan, skala marinof pre dan skala marinof post) memiliki $p \text{ value} = 0,000$.

Hal ini berarti bahwa distribusi data pada semua variable tidak normal.

2. Karakteristik Responden

Tabel 2 Karakteristik responden berdasarkan umur di RSUD Kayuagung Tahun 2022

| Mean (SD) | Median | Minimum | Maksimum |
|--------------|--------|---------|----------|
| 52,55 (3,01) | 51,50 | 49 | 57 |

Berdasarkan tabel 2 didapatkan rata-rata umur responden 52,55 (3,01) tahun dengan umur minimum 49 tahun dan umur maksimum 57 tahun.

Tabel 3 Karakteristik responden berdasarkan pendidikan, pekerjaan, anak, pekerjaan suami dan penghasilan

| Variabel | n | % |
|------------------------|----|-------|
| Pendidikan | | |
| SD | 2 | 5,0 |
| SMP | 8 | 20,0 |
| SMA | 19 | 47,5 |
| PT | 11 | 27,5 |
| Total | 40 | 100,0 |
| Pekerjaan | | |
| Tidak bekerja | 10 | 25,0 |
| Wiraswasta | 4 | 10,0 |
| Pegawai BUMN | 5 | 12,5 |
| Pegawai Swasta | 11 | 27,5 |
| Profesi | 10 | 25,0 |
| Total | 40 | 100,0 |
| Jumlah Anak | | |
| Anak ≤ 2 | 24 | 60,0 |
| Anak > 2 | 16 | 40,0 |
| Total | 40 | 100,0 |
| Pekerjaan Suami | | |
| Tidak bekerja | 11 | 27,5 |
| Wiraswasta | 12 | 30,0 |
| Pegawai BUMN | 5 | 12,5 |
| Pegawai Swasta | 5 | 12,5 |
| Profesi | 7 | 17,5 |
| Total | 40 | 100,0 |
| Penghasilan | | |
| $> \text{UMR}$ | 17 | 42,5 |
| $\leq \text{UMR}$ | 23 | 57,5 |
| Total | 40 | 100,0 |

Berdasarkan tabel 3 didapatkan mayoritas responden berpendidikan SMA

(47,5%). Mayoritas responden memiliki pekerjaan pegawai swasta (27,5%), Mayoritas responden memiliki anak ≤ 2 (60,0%). Mayoritas pekerjaan suami adalah wiraswasta (30,0%).

3. Skor Dispareunia Sebelum Intervensi Pendidikan Kesehatan Pada Wanita Menopause Di RSUD Kayuagung Tahun 2022.

Tabel 4 Distribusi frekuensi dispareunia sebelum intervensi pendidikan kesehatan pada wanita menopause di RSUD Kayuagung Tahun 2022

| Skor | Frekuensi | N | % |
|-------|---|----|-------|
| 0 | Tidak ada rasa sakit saat berhubungan | 0 | 0,0 |
| 1 | Rasa sakit dengan hubungan seksual namun tidak menghalangi hubungan seksual | 15 | 37,5 |
| 2 | Nyeri dengan hubungan seksual yang membutuhkan interupsi atau penghentian hubungan seksual | 17 | 42,5 |
| 3 | Nyeri saat berhubungan seksual yang begitu hebat sehingga tindakan tersebut tidak dilakukan sama sekali | 8 | 20,0 |
| Total | | 40 | 100,0 |

Berdasarkan tabel 4 didapatkan Distribusi frekuensi dispareunia sebelum intervensi pendidikan kesehatan pada wanita menopause. Sebagian besar responden mengalami dyspareunia dalam kategori dua yaitu 42,5%, selanjutnya skor dispareunia dalam kategori satu yaitu 37,5%, sisanya skor dyspareunia dalam kategori tiga yaitu 20,0%.

4. Skor Dispareunia Setelah Intervensi. Pada Wanita Menopause Di RSUD Kayuagung Tahun 2022.

Tabel 5 Skor Dispareunia Setelah Intervensi. Pada Wanita Menopause Di RSUD Kayuagung Tahun 2022.

| Skor | Frekuensi | N | % |
|------|---------------------------------------|----|------|
| 0 | Tidak ada rasa sakit saat berhubungan | 14 | 35,0 |

| | | | |
|---|---|----|-------|
| 1 | Rasa sakit dengan hubungan seksual namun tidak menghalangi hubungan seksual | 16 | 40,0 |
| 2 | Nyeri dengan hubungan seksual yang membutuhkan interupsi atau penghentian hubungan seksual | 10 | 25,0 |
| 3 | Nyeri saat berhubungan seksual yang begitu hebat sehingga tindakan tersebut tidak dilakukan sama sekali | 0 | 0,0 |
| | | 40 | 100,0 |

Berdasarkan tabel 5 didapatkan Distribusi frekuensi dispareunia setelah intervensi pendidikan kesehatan pada wanita menopause. Sebagian besar responden mengalami dyspareunia dalam kategori satu yaitu 40,0%, selanjutnya skor dispareunia dalam kategori 1 yaitu 35,0%, sisanya skor dyspareunia dalam kategori dua yaitu 25,0%.

Analisa Bivariat

Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap dispareunia pada perempuan menopause di RSUD Kayuagung Tahun 2022.

Tabel 6 Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap dispareunia pada perempuan menopause di RSUD Kayuagung Tahun 2022.

| Mean Rank | Sum Of Rank | Z | P Value |
|-----------|-------------|--------|---------|
| 9,50 | 19,0 | -4,442 | 0,000 |

Berdasarkan tabel 6 didapatkan nilai Z - =4,442 yang lebih besar dari tabel, uji statistic menunjukkan p value =0,000 yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap dispareunia pada perempuan menopause di RSUD Kayuagung Tahun 2022.

Pembahasan

Skor Dispareunia Sebelum Intervensi. Pada Wanita Menopause Di Rsud Kayuagung Tahun 2022.

Pada penelitian didapatkan sebagian besar responden mengalami dispareunia dalam kategori dua yaitu 42,5%, selanjutnya skor dispareunia dalam kategori satu yaitu 37,5%, sisanya skor dispareunia dalam kategori tiga yaitu 20,0% pada saat sebelum dilakukan intervensi pendidikan kesehatan.

Menurut teori, dispareunia adalah suatu kondisi menyakitkan pada saat wanita berhubungan seksual. Hal ini mungkin yang umum terjadi tetapi kadang diabaikan. Dispareunia adalah keluhan umum dan mengganggu wanita dengan vulvodynia, dan khususnya menyebabkan vestibulodynia. Seks yang menyakitkan juga dapat disebabkan oleh berbagai kondisi yang menyebabkan nyeri genital, termasuk kondisi kulit vulva (misalnya lichen sclerosus), infeksi vulvovaginal dan saluran kemih, infeksi menular seksual (IMS), menopause dan endometriosis. Dispareunia sering disertai dengan kesulitan seksual seperti kurangnya keinginan dan gairah dan ketegangan dalam hubungan seksual. Korelasi psikososial termasuk citra tubuh negatif, bencana, kewaspadaan berlebihan terhadap rasa sakit, depresi dan kecemasan, dan harga diri rendah (Mitchell et al., 2017).

Faktor fisik berupa kemunduran fisik karena usia yang terjadi pada semua bagian tubuh yang berkaitan dengan fungsi hormon seks, pembuluh darah dan saraf. Masalah seksual sering terjadi wanita menopause yang berhubungan dengan penurunan hormon estrogen dan progesteron. Masalah psikis pada wanita menopause terjadi karena seorang wanita telah merasa dirinya menjadi tua dan takut tidak dapat memenuhi kebutuhan seksual suami. Masalah-masalah tersebut dapat berupa penurunan hasrat untuk berhubungan seksual, masalah lubrikasi

vagina, lamanya waktu yang dibutuhkan untuk mencapai orgasme bahkan terjadi anorgasme, dispareunia, dan berbagai keluhan lainnya (Setyaningsih et al., 2019).

Penelitian oleh Hekhmawati (2016), mengatakan penurunan hormon estrogen pada masa menopause mengakibatkan perubahan pada vagina. Vagina akan menjadi atrofi, kering, gatal, dan panas sehingga nyeri atau tidak nyaman saat berhubungan seks. Untuk mengatasi hal ini, wanita menopause dapat menggunakan pelumas vagina atau krim sebagai pengganti hormon estrogen dengan mengusapkannya pada vagina atau melakukan foreplay lebih lama.

Menurut penelitian di 29 negara oleh (Kao et al., 2018), prevalensi terjadinya dispareunia sebanyak 2-29 % pada wanita menopause. Tingginya variasi kasus dispareunia disesuaikan dengan banyak faktor yaitu sosiokultural, gaya hidup, biologis dan variasi metode pelaporan di antara populasi yang berbeda. Misalnya, perbedaan internasional utama dalam tingkat dispareunia pada wanita berusia 40 hingga 80 tahun telah ditemukan dalam penelitian.

Didukung dengan penelitian sebelumnya, menyatakan bahwa banyak wanita yang melaporkan dispareunia (seks yang menyakitkan) juga melaporkan yang lain masalah fungsi seksual 62,0% melaporkan menurunnya minat pada seks pada suami, sebanyak 40,2% melaporkan kesulitan mencapai klimaks (dibandingkan dengan 14,4%), dan 40,1% melaporkan kurang menikmati (dibandingkan dengan 9,9%). Seks yang menyakitkan sangat terkait dengan semua masalah fungsi seksual, merasa cemas saat berhubungan seks (dan kurang menikmati seks. Wanita yang melaporkan dispareunia lebih mungkin untuk mengatakan bahwa mereka telah menghindari seks dalam satu tahun

terakhir karena kesulitan seksual (Mitchell et al., 2017).

Menurut asumsi peneliti, dispareunia pada wanita menopause sebelum penelitian menunjukkan parah nya kasus dispareunia yang tidak teratasi. Dispareunia sangat berhubungan dengan mengalami masalah fungsi seksual lainnya, terutama kekeringan vagina, kecemasan dan kurangnya kenikmatan seks. Hal ini bisa berdampak pada kesehatan mental dan fisik wanita menopause. Pendidikan kesehatan yang tepat diharapkan dapat mengatasi masalah dispareunia pada wanita menopause.

Skor Dispareunia Setelah Intervensi. Pada Wanita Menopause di RSUD Kayuagung Tahun 2022

Model pendidikan kesehatan untuk mengurangi dispareunia ini ini memfasilitasi pendidikan melalui informasi dan keterampilan keterampilan agar terbentuk perilaku sehat dalam hubungan seksual sehingga nyeri dapat berkurang.

Pada penelitian ini dibangun modul pendidikan kesehatan bagi wanita menopause yang mengalami dispareunia . Proses pembuatan modul melalui tahap konsultasi dengan dosen pembimbing. Modul kemudian dilatihkan kepada peneliti dan enumerator untuk mendapatkan standarisasi pemberian pendidikan kesehatan.

Pada saat penelitian, peneliti melakukan standarisasi modul pendidikan nutrisi kepada tenaga kesehatan yang bertugas di Rumah sakit sebagai enumerator. Peneliti dan kemudian melakukan pendidikan nutrisi yang terjadwal pada subjek penelitian untuk meningkatkan pengetahuan dalam mengatasi dispareunia. Pendidikan kesehatan pada penelitian ini dilakukan sebanyak dua kali selama 30 menit.

Pendidikan kesehatan ini dilakukan satu kali di rumah sakit dan satu kali saat ibu sudah di rumah. Proses pengobatan di poli yang yang lama terkadang membuat wanita menopause menjadi lelah dan tidak bisa berkonsentrasi dalam mengikuti pendidikan kesehatan. Dalam mengatasi hal tersebut peneliti melatih enumerator untuk memberikan pendidikan kesehatan kesehatan agar proses pendidikan kesehatan dapat berjalan.

Pada penelitian ini distribusi frekuensi dispareunia setelah intervensi pendidikan kesehatan pada wanita menopause. Sebagian besar responden mengalami dispareunia dalam kategori satu yaitu 40,0%, selanjutnya skor dispareunia dalam kategori 1 yaitu 35,0%, sisanya skor dispareunia dalam kategori dua yaitu 25,0%.

Menurut Notoatmodjo (2016), Pendidikan kesehatan merupakan upaya yang dilakukan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok atau masyarakat untuk memperbaiki kesehatan. Baik penyuluhan maupun promosi kesehatan dapat diartika sama dengan pendidikan kesehatan. Keduanya bertujuan untuk untuk meningkatkan kesehatan masyarakat dengan memfasilitasi perubahan perilaku.

Penelitian yang dilakukan Noervadila et al (2020), Penelitian ini meneliti tentang Peningkatan Pengetahuan Lansia Melalui Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Lansia Pre-Menopause di Desa Sumberejo Kecamatan Banyuputih. Hasil didapatkan Ibu-ibu Lansia dari Desa Sumberejo diberikan pendidikan kesehatan (penyuluhan) mengenai pengenalan masa pre-menopause, gejala gejala yang terjadi pada masa pre-menopause dan bagaimana cara mengatasinya. Dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berupa penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi pada lansia pre-menopasedapat meningkatkan

pengetahuan ibu-ibu lansia tentang pengertian pre-menopause, gejala-gejala menopause, dampak menopause terhadap kesehatan fisik dan psikis, dan cara menghadapinya termasuk dispareunia. Selain itu diharapkan dapat meningkatkan kesiapan ibu-ibu rumah tangga di Desa Sumberejo Kabupaten Banyuputih dalam menghadapi Pre-menopause.

Kajian review yang dilakukan oleh Hoffstetter (2018), tentang manajemen dispareunia pada wanita menopause menunjukkan bahwa manajemen dispareunia hanya dapat dilakukan bila wanita menopause memiliki pengetahuan yang baik. Intervensi apapun dapat dilakukan asalkan wanita dapat memahami manfaat yang diberikan. Namun demikian wanita harus lebih dahulu merasa nyaman untuk membahas tentang dispareunia melalui konseling kemudian dapat memberikan pendidikan kesehatan tentang masalah dispareunia, mengevaluasinya dan memberikan informasi perawatan secara individualis sesuai dengan kebutuhan, keinginan, psikososial dan zona nyaman.

Menurut asumsi peneliti menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan pada ibu menopause yang mengalami dispareunia berdampak pada penurunan gejala dispareunia yang dapat dilihat dari skor marinoff yang lebih rendah dibandingkan sebelum penelitian.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Dispareunia Pada Perempuan Menopause di RSUD Kayuagung Tahun 2022

Pada penelitian ini menunjukkan p value = 0,000 yang berarti Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap dispareunia pada perempuan menopause di RSUD Kayuagung Tahun 2022. Hal ini berarti menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dapat menurunkan nyeri dispareunia pada wanita menopause.

Penatalaksanaan pendidikan kesehatan adalah untuk meredakan gejala dispareunia, memfasilitasi aktivitas seksual sesuai keinginan wanita, dan meningkatkan kualitas hidup. Dalam semua kasus, preferensi khusus seorang wanita menentukan tujuannya Strategi penanganan pertama untuk disfungsi seksual terkait menopause termasuk pendidikan kesehatan dan mengatasi faktor yang dapat dimodifikasi. Memberikan informasi tentang fungsi seksual yang normal, menekankan peran motivasi, pentingnya stimulasi seksual yang memadai dan pengaruh usia dan lama hubungan sering memfasilitasi perubahan perilaku seksual yang positif. Faktor risiko umum yang dapat dimodifikasi, seperti gangguan mood/penggunaan antidepresan, gaya hidup menetap, gangguan endokrin (hiperprolaktinemia, hypo/hipertiroidisme, diabetes mellitus), infeksi atau penyakit ginekologi dan urologi harus diselidiki dan ditangani secara memadai. Melibatkan pasangan dapat membantu untuk mengubah pola komunikasi menjadi positif, untuk mengatasi gangguan seksual pasangan (Scavello et al., 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Setyaningsih et al (2019), yang menunjukkan bahwa pemberian paket *affection* pada wanita menopause terdapat pengaruh pemberian paket “Affection” terhadap peningkatan aktifitas seksual pasangan menopause. Aktifitas seksual wanita menopause pada kelompok perlakuan lebih tinggi daripada sebelum diberikan intervensi. Oleh karena itu dianjurkan bagi petugas puskesmas untuk menindaklanjuti dengan mengembangkan program promosi kesehatan melalui penyebaran pemanfaatan paket “Affection” bagi pasangan menopause.

Didukung oleh Elnaggar et al (2013), tentang *Health Education Effect on Knowledge and Attitude of Peri-Menopausal and Menopausal Women*

toward Menopause at El-Arabin District in Suez Governorate. Hasil didapatkan bahwa Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada peningkatan yang signifikan secara statistik pengetahuan dan sikap wanita tentang menopause setelah intervensi sebagai pengetahuan mereka yang memuaskan adalah (48,6) sebelum intervensi dan menjadi (99,3%) dan sikap positif mereka adalah 4,2% sebelum intervensi dan menjadi 59% setelah program intervensi. Gangguan dispareunia menurun (5,6%).

Menurut asumsi peneliti, pendidikan kesehatan dispareunia berpengaruh terhadap penurunan gejala dispareunia pada wanita menopause. Perlunya pelatihan atau pendidikan kesehatan dan konseling terhadap wanita dalam masa transisi menopause agar dapat memahami dan mengatasi masalah-masalah dalam masa transisi termasuk dispareunia sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan standar kesehatan pada wanita menopause. Pada penelitian ini pendidikan kesehatan menggunakan booklet yang dalam penerapannya mudah dan aman untuk di terapkan pada berbagai fasilitas kesehatan yang ada. Masyarakat terutama lansia perlu mendapatkan Pendidikan kesehatan khusus terkait masa menopause namun memerlukan waktu khusus untuk membahas dispareunia karena masih malu untuk membicarakannya. Tindakan pendidikan kesehatan dan konseling ini juga berkontribusi dalam upaya promotif dan preventif khususnya pada peningkatan kesehatan wanita menopause yang mengalami masalah dispareunia.

Keterbatasan penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti menyadari tidak lepas dari kekurangan dan keterbatasan yang ada meskipun telah diupayakan sebaik mungkin untuk mengatasinya. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini, yaitu:

Bahasan dispareunia umumnya masih awam kalangan masyarakat sehingga peneliti harus menyiapkan ruangan khusus dan konseling system konseling harus diberikan satu persatu saat pertemuan. Penelitian ini tidak melibatkan grup kontrol sehingga tidak dapat dilihat perbandingan efektivitasnya pada kelompok kontrol.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan kajian jurnal yang didapat diketahui disimpulkan bahwa:

1. Distribusi frekuensi dispareunia sebelum intervensi pendidikan kesehatan pada wanita menopause. Sebagian besar responden mengalami dispareunia dalam kategori dua yaitu 42,5%, selanjutnya skor dispareunia dalam kategori satu yaitu 37,5%, sisanya skor dispareunia dalam kategori tiga yaitu 20,0%
2. Distribusi frekuensi dispareunia setelah intervensi pendidikan kesehatan pada wanita menopause. Sebagian besar responden mengalami dispareunia dalam kategori satu yaitu 40,0%, selanjutnya skor dispareunia dalam kategori 1 yaitu 35,0%, sisanya skor dispareunia dalam kategori dua yaitu 25,0%.
3. Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap dispareunia pada perempuan menopause di RSUD Kayuagung Tahun 2022 (p value 0,000)

SARAN

Saran Teoritis

Disarankan untuk mengembangkan penelitian system pendidikan kesehatan bagi wanita menopause terutama yang mengalami masa dispareunia agar ibu memiliki pengetahuan untuk mengatasi

gejala dispareunia sesuai dengan kebutuhannya

Saran Praktis

- a. Bagi tempat penelitian
Pelatihan yang tepat dari penyedia layanan kesehatan untuk dapat untuk berkomunikasi secara optimal dengan wanita premenopause dan wanita menopause di pusat perawatan kesehatan primer agar kasus dispareunia dapat ditangani dengan baik
- b. Bagi masyarakat
Mengintegrasikan materi dispareunia pada layanan kesehatan menopause dengan layanan kesehatan perempuan lainnya di masyarakat dalam pendidikan sangat penting untuk meningkatkan kesehatan ibu dengan lebih baik.
- c. Bagi penelitian
Studi lebih lanjut direkomendasikan untuk penilaian masalah kesehatan dispareunia untuk jangka panjang yang terkait dengan masa menopause

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Tuhan yang maha Esa dan semua pihak yang telah memberi dukungan **financial** terhadap penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arini, L. A. (2020). Fungsi Seksual Wanita Menopause yang Melakukan Orhiba Kombinasi Kegel Exercise: Studi Pengukuran Skor FSFI. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan 'Aisyiyah'*, 16(2), 240–252.
- Ayenew, A., Yechale, M., Nigussie, A., & Ayalew, N. (2021). Women's Knowledge of Concept of Menopause, Severity, and Climacteric Stage Among Women in Middle Age in Northwest Ethiopia: Community-Based Cross-Sectional Study. *Research Square*, July(2), 1–26. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-638981/v1>
- Bansal, P., Chaudhary, A., Soni, R. K., & Kaushal, P. (2013). Menopausal problems among rural middle aged women of Punjab. *International Journal of Research in Health Science*, 1(3), 103–109.
- Dahlan, M. . (2013). *Besar Sampel dan Cara pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan* (3rd ed.). Penerbit Salemba Medika.
- Dahlan, S. (2017). *Pintu Gerbang Memahami Epidemiologi, Biostatistik dan Metode Penelitian*. Epidemiologi Indonesia.
- Dharma, K. (2017). *Metodologi penelitian keperawatan panduan melaksanakan dan menerapkan hasil penelitian*. CV. Trans Info Media.
- Dizavandi, F. R., Ghazanfarpour, M., Roozbeh, N., Kargarfard, L., Khadivzadeh, T., & Dashti, S. (2019). An overview of the phytoestrogen effect on vaginal health and dispareunia in peri- and post-menopausal women. *Post Reproductive Health*, 25(1), 11–20. <https://doi.org/10.1177/2053369118823365>
- Elnaggar, S. A., Mohammed, A. H., & El-R-Ibraheem, S. A. (2013). Health Education Effect on Knowledge and Attitude of Peri-Menopausal and Menopausal Women toward Menopause at El-Arabin District in Suez Governorate Safaa. *Life Science Journal*, 10(4), 2838–2846.
- Faubion, S., Sood, R., & Kapoor, E. (2017). Genitourinary syndrome of meno_pause: management strategies for the clinician. *Mayo Clin Proc*, 92(12), 1842–1849.
- Hoffstetter, S. (2018). Managing postmenopausal dispareunia : An update. *Women's Healthcare*, June, 6–12.
- Kemenkes RI. (2021). Profil Kesehatan

- Indonesia Tahun 2020. In *Kemenkes RI*.
- Kingsberg, S., Kellogg, S., & Krychman, M. (2019). Treating dyspareunia caused by vaginal atrophy : a review of treatment options using vaginal estrogen therapy. *International Journal of Women's Health*, 1, 105–111.
- Kwak, E. K., Park, H. S., & Kang, N. M. (2014). Menopause Knowledge, Attitude, Symptom and Management among Midlife Employed Women. *Journal of Menopausal Medicine*, 20(3), 118. <https://doi.org/10.6118/jmm.2014.20.3.118>
- Lestari, I. B. (2018). *Efektivitas Health Education Menopause Dan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Premenopause Di Desa Banjarsari Kecamatan Dagangan Kabupaten Madiun*. STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Messina, M. (2014). Soybean isoflavones warrant greater consideration as a treatment for the alleviation of menopausal hot flashes. *Womens Health*, 10, 549–553. <https://doi.org/10.2217/WHE.14.38>
- Mitchell, K. R., Geary, R., Graham, C. A., Datta, J., Wellings, K., Sonnenberg, P., Field, N., & Nunns, D. (2017). Painful sex (dyspareunia) in women : prevalence and associated factors in a British population probability survey. *An International Journal of Obstetrics and Gynaecology*, Januari 20, 1689–1697. <https://doi.org/10.1111/1471-0528.14518>
- Mubarak, W. (2014). *Promosi Kesehatan Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan*. Graha Ilmu.
- Noervadila, I., Puspitasari, Y., Kartika, L. D., Idayani, D., & Rasyidi, A. K. (2020). Peningkatan Pengetahuan Lansia Melalui Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Lansia Pre-Menopause di Desa Sumberejo Kecamatan Banyuputih. *Dedication : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 49–62. <https://doi.org/10.31537/dedication.v4i1.285>
- Notoatmodjo. (2016). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*.
- Notoatmodjo S. (2014). *Promosi Kesehatan dan perilaku kesehatan*.
- Nurlina. (2021). *Kualitas Hidup Wanita Menopause*. Media Sains Indonesia.
- Nursalam. (2016). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan pendekatan praktis*. Salemba Medika.
- Prijatni, I., & Rahayu, S. (2016). *Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Rachmawati, W. C. (2019). *Promosi Kesehatan dan Ilmu perilaku*. Wineka media.
- Riyadina, W. (2019). *Hipertensi Pada Wanita Menopause*. Lipi Press.
- Sastroasmoro, Sudigdo, I. S. (2014). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*. Sagung Seto.
- Scavello, I., Maseroli, E., Stasi, V. Di, & Vignozzi, L. (2019). Sexual Health in Menopause. *Medicina*, 55(559).
- Setyaningsih, M. M., Sutiarsih, E., Purwandhani, E. L. W., & Rahayu, M. I. T. (2019). Pengaruh Pemberian Paket “Affection” terhadap Aktivitas Seksual pada Pasangan Menopause. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 6(April), 56–62. <https://doi.org/10.26699/jnk.v6i1.AR.T.p056>
- Suparni, I. ., & Astutik, R. . (2016). *Menopause, Masalah dan Penanggannya*. CV.Budi Utama.
- Swarjana, K. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. CV. ANDI

OFFSET.

Thomas, H. M., Bryce, C. L., & Ness, R. B. (2012). Dyspareunia is Associated with Decreased Frequency of Intercourse in the Menopausal

Transition. *NIH Public Access Author*, 18(2), 152–157. <https://doi.org/10.1097/gme.0b013e3181eeb774>. Dyspareunia