

**LAPORAN PENELITIAN HIBAH INTERNAL**



**Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Menopause Dini**

TIM PENGUSUL

Supatmi, S.Kep., Ns., M.Kes

(0701077302)

Fathiya Luthfil Yumni, S.Kep., Ns., M.Kep

(0715108601)

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

TAHUN 2019/2020

## HALAMAN PENGESAHAN

### PENELITIAN HIBAH INTERNAL

Judul Penelitian : Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Menopause Dini  
Skema : Penelitian  
Jumlah Dana : Rp. 12.200.000,-  
Ketua Penelitian :  
a. Nama Penelitian : Supatmi.,S.Kep.,Ns.,M.Kes  
b. NIDN/NIDK : 0701077302  
c. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli  
d. Program Studi : S1 Kebidanan  
e. Nomor Hp : 081330748508  
f. Alamat Email : supatmioppi@gmail.com  
Anggota Penelitian 1 :  
a. Nama Lengkap : Fathiya Luthfil Yumni, S.Kep., Ns., M.Kep  
b. NIDN : 0715108601  
c. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya  
Anggota Penelitian 2 :  
a. Nama mahasiswa : Elya Alvira Setiya Adi  
b. NIM : 20171660010  
Anggota Penelitian 3 :  
a. Nama mahasiswa : Nur Afifa  
b. NIM : 20171660020

Surabaya, 8 Juni 2020

Mengetahui,  
Dekan/Ketua



Dr. Mundakir, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIP. 197403232005011

Ketua Peneliti



Supatmi.,S.Kep.,Ns.,M.Kes  
NIDN. 0701077302

Menyetujui,  
Ketua LP/LPPM


Dr. Sujinah, M.Pd  
NIK:01202196590004

## DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN .....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	i
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT .....	vi
BAB 1 .....	1
PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	2
BAB 2 .....	3
TINJAUAN PUSTAKA .....	3
2.1 Pengertian Menopause Dini .....	3
2.2 Jenis-jenis Menopause.....	5
2.3 Tahap-tahap Menopause.....	6
2.4 Tanda dan Gejala Menopause .....	7
2.5 Proses Terjadinya Menopause .....	9
2.6 Faktor-faktor Menopause .....	9
2.7 Proses Terjadi Menopause .....	11
2.8 Kerangka konsep .....	12
BAB 3 .....	13
TUJUAN DAN MANFAAT.....	13
3.1 Tujuan Penelitian .....	13
3.2 Manfaat Penelitian .....	13
BAB 4 .....	14
METODELOGI PENELITIAN .....	14
4.1 Rancangan .....	14
4.2 Strategi Pencarian .....	14
4.3 Kriteria Inklusi dan eksklusi.....	15
4.4 Ekstraksi Data .....	15
4.5 Sintesis Tematik.....	16
BAB 4 .....	17
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	17
5.1 Hasil .....	17

5.2 PEMBAHASAN.....	33
BAB 6 .....	42
RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA .....	42
6.1 Rencana Jangka Pendek.....	42
6.1 Rencana Jangka Panjang .....	42
BAB 7 .....	43
KESIMPULAN DAN SARAN.....	43
7.1 KESIMPULAN .....	43
7.2 SARAN.....	43
DAFTAR PUSTAKA .....	44
LAMPIRAN .....	46
Lampiran 1 Laporan Keuangan Penelitian.....	46
Lampiran 2 Jadwal Pelaksanaan Penelitian .....	1
<i>Lampiran 1 Hasil Pencarian jurnal</i> .....	Error! Bookmark not defined.

**ABSTRAK**  
**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN**  
**MENOPAUSE DINI**

Oleh: Andini Dwi Febrianti

**PENDAHULUAN:**Menopause dini merupakan menopause yang terjadi pada usia kurang dari 40 tahun. Pada usia yang masih muda seharusnya wanita masih mengalami reproduksi yang normal. Namun menopause dini dijadikan momok yang menakutkan bagi wanita sehingga wanita mengalami dampak psikologis. Tujuan studi literature ini yaitu mengetahui faktor yang mempengaruhi menopause dini. **METODE:** Studi menggunakan metode literatur review, dengan pencarian database yang digunakan Google Scholar, Pubmed dan Proquest tahun 2011-2020. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian jurnal adalah *early menopause, factors of early menopause, characteristic* dengan mendapat 70.706 jurnal yang dieklusikan berdasarkan *text availability, article type, species, language, journal categories, publication date* mendapat hasil 24.129 jurnal dan dieksklusikan kembali sesuai dengan tujuan peneliti dengan hasil 10 jurnal. **HASIL:** Penelusuran artikel menunjukkan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi menopause seperti factor jumlah kelahiran (paritas) lebih dari 2 anak, factor menarche yang lambat, factor gaya hidup merokok sedangkan pada factor kontrasepsi tidak mempengaruhi terjadinya menopause dini. **KESIMPULAN:**faktor yang mempengaruhi terjadinya menopause dini meliputi faktor usia menarche, faktor paritas, faktor status gizi dan faktor gaya hidup. Sehingga diharapkan dapat memberikan informasi ke pada wanita di usia subur mengenai faktor yang mempengaruhi menopause dini agar wanita usia subur tidak merasa khawatir mengenai terjadinya menopause dini.

**Kata Kunci:** early menopause, factors of early menopause, characteristic

**ABSTRACT**  
**FACTORS AFFECTING EARLY MENOPAUSE**

Andini Dwi Febrianti

Email: febriantiandinidwi17@gmail.com

S1 Nursing Study, Health Sciences Faculty, University of Muhammadiyah  
Surabaya

**INTRODUCTION:** *Early menopause is menopause that occurs at the age of less than 40 years. At a young age, women should still experience normal reproduction. However, early menopause is so frightening specter for women that they feel psychological impacts. The purpose of this literature study is to determine the factors that influence early menopause.* **METHOD:** *This study used the literature review method, with database searches using Google Scholar, Pubmed and Proquest 2011-2020. The keywords used in the search for journals were early menopause, factors of early menopause, characteristic by getting 70,706 journals were excluded based on text availability, article type, species, language, journal categories, publication date got 24,129 journals and were re-excluded based on the researcher's goals with the results of 10 journals.* **RESULTS:** *The search for articles showed several factors influencing menopause, such as the number of births (parity) of more than 2 children, slow menarche, smoking lifestyle factor, whereas contraception does not affect the occurrence of early menopause.* **CONCLUSION:** *Factors affecting the occurrence of early menopause include the age of menarche, parity factor, nutritional status factor, and lifestyle factor. Therefore, it hopefully can provide information for women of childbearing age about the factors affecting early menopause in order to they do not feel worried about the occurrence of early menopause.*

**Key words:** *early menopause, early menopause factors, characteristics*

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Menopause dini menjadi masalah kesehatan yang penting pada wanita (Agaba, 2017). Menopause dini adalah keadaan tertentu saat tubuh tidak lagi memproduksi hormon estrogen sebelum berusia 40 tahun, yang mestinya masih berada di fase usia reproduksi. Ciri utama seorang wanita mengalami menopause dini adalah haid berhenti (Spencer, 2007). Wanita yang memasuki masa menopause dini seringkali menjadi sesuatu yang menakutkan bagi setiap wanita tidak jarang wanita merasa dirinya sudah tidak sempurna lagi sebagai seorang wanita, berfikirannya bahwa dirinya sudah tidak sehat, tidak bugar, dan merasa tidak cantik lagi. Kondisi ini sering menimbulkan tekanan psikologis. Jika tekanan ini tidak dapat diatasi dapat mengganggu keseimbangan hormon yang akhirnya berdampak pada kesehatan tubuh (Nurningsih, 2012).

Hasil Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012, menunjukkan bahwa wanita berusia 30-34 tahun mengalami menopause dini sebanyak 11,4%, dan wanita yang berusia 35-39 sebanyak 13,6%. Data dari World Health Organization (WHO) tahun 2014 yang menyatakan pada tahun 2030 jumlah perempuan di seluruh dunia yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang. Di Indonesia, pada tahun 2025 diperkirakan ada 60 juta perempuan menopause. Pada tahun 2016 di Indonesia mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4% dari total populasi yang ada.

Wanita yang mengalami menopause dini memiliki gejala yang sama dengan menopause pada umumnya seperti insomnia, rasa panas, berkurangnya daya ingat, banyak berkeringat dll (Manurung, 2017). Dari gejala tersebut

akan berdampak pada kesehatan tubuh salah satunya yaitu, mengalami stres. Cepat atau lambat terjadinya menopause dini akan mengganggu peningkatan kadar kolesterol dan trigliserida, pengurangan jaringan tulang yang menjurus ke osteoporosis, gangguan psikis, kelelahan dan depresi. Kondisi ini sering menimbulkan tekanan psikologis, jika tekanan ini tidak dapat diatasi akan berkembang menjadi stres yang berdampak buruk pada kehidupan sosial seorang wanita dan akan merangsang otak yang dapat mengganggu keseimbangan hormon yang akhirnya akan berdampak pada kesehatan tubuh, (Bong, 2019).

Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya menopause dini adalah haid pertama kali (menarche), faktor psikis, jumlah anak, penggunaan obat-obat keluarga berencana (KB), merokok, stress, status gizi, sosial ekonomi, budaya dan lingkungan. Selain itu, faktor lain penyebab menopause dini adalah kadar estrogen rendah, sedangkan kadar hormon hipofisa yang merangsang ovarium (terutama FSH) tinggi (Nugroho, 2014).

Berdasarkan data diatas, masalah menopause dini dapat ditangani melalui berbagai upaya sehingga seorang perempuan dapat memperlambat usia menopause. Sehingga penulis ingin meneliti faktor faktor yang mempengaruhi kejadian menopause dini. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui distribusi frekuensi semua faktor terhadap menopause dini dan mengetahui faktor terbesar yang mempengaruhi menopause dini.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan data diatas rumusan masalah pada literatur review ini adalah apa faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya menopause dini

## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Pengertian Menopause Dini

Menopause dini adalah keadaan tertentu saat tubuh tidak lagi memproduksi hormon estrogen sebelum berusia 40 tahun, yang mestinya masih berada di fase usia reproduksi. Ciri utama seorang wanita mengalami menopause dini adalah haid berhenti. Hal ini disebabkan karena ovarium tidak lagi merespon sinyal hormon di dalam tubuh. Sebelumnya, bila hormon memberikan sinyal kepada ovarium (indung telur) untuk mengeluarkan ovum (telur), maka ovarium mengeluarkan ovum yang siap untuk dibuahi. Peristiwa ini rutin terjadi setiap bulan di masa reproduksi seorang wanita. Bila tidak ada ovulasi (pertemuan ovum dan sperma), maka wanita akan mengalami haid (Spencer, 2007). Menopause yang terjadi sebelum 40 tahun dapat dinamakan menopause prematur atau menopause dini. Diagnosis menopause premature tidak sukar dibuat, apabila penghentian haid sebelum waktunya disertai dengan *hot flashes* serta meningkatnya kadar *hormone gonodotropin* (Wiknjosastro, 2005).

Menurut (Mulyani, 2013) menopause juga dapat diartikan sebagai haid terakhir. Terjadinya menopause ada hubungan dengan menarche (pertama haid), makin dini menarche terjadi maka makin lambat atau lama menopause timbul. Ada empat periode menopause yaitu :

a. Klimakterium

Adalah masa peralihan antara masa reproduksi dan masa senium. Masa ini juga dikenal dengan masa pramenopause (sebelum berhenti haid) yaitu 4-5 tahun sebelum menopause yang ditandai dengan timbulnya keluhan-keluhan pada siklus haid yang tidak teratur, dengan perdarahan haid yang memanjang dan relatif lebih banyak. Masa ini dimulai pada usia 40 tahun. Pada klimakterium terdapat penurunan produksi hormon estrogen dan kenaikan hormon gonadotropin, kadar hormon ini akan terus tetap tinggi sampai kira-kira 15 tahun setelahmenopause dan kemungkinan akan

terus tetap tinggi sampai kira-kira 15 tahun setelah menopause dan kemungkinan akan mulai turun. Pada permulaan klimakterium kesuburan akan menurun.

b. Masa perimenopause (saat berhentinya haid)

Yaitu masa menjelang dan setelah menopause sampai usia 48 tahun. Biasanya keluhan yang timbul misalnya rasa panas membara pada wajah yang sering timbul pada malam hari, kekeringan pada vagina atau tanda perubahan lainnya, (Nina Siti Mulyani, 2013).

c. Masa menopause

Yaitu jika tidak ada lagi menstruasi atau saat haid terakhir, dan apabila sesudah menopause disebut pasca menopause bila telah terjadi menopause 12 bulan sampai menuju kesenium. Menopause terjadi pada usia 49-51 tahun. Diagnosa menopause dapat ditegakkan jika berhentinya menstruasi sekurang-kurangnya satu tahun. Berhentinya menstruasi dapat didahului terjadinya siklus menstruasi yang lebih panjang, dengan perdarahan yang berkurang. Umur untuk terjadinya masa menopause dipengaruhi oleh keturunan, kesehatan umum, dan pola kehidupan, (Nina Siti Mulyani, 2013).

d. Masa senium

Masa setelah menopause yaitu ketika seseorang wanita telah mampu menyesuaikan dengan kondisinya, sehingga tidak mengalami gangguan fisik. Masa ini biasanya berlangsung kurang lebih 3-5 tahun. Pada masa ini juga telah tercapai suatu keadaan keseimbangan hormonal yang baru, sehingga tidak ada lagi gangguan vegetatif maupun psikis. Pada masa senium yang lebih mencolok adalah adanya penurunan fungsi alat-alat tubuh dan kemampuan fisik karena adanya proses menjadi tua, dalam hal ini akan terjadi atrofi alat-alat genitalia yaitu ovarium mengecil dari 10-12 gr pada wanita dalam usia reproduksi sehat menjadi 4 gr, (Nina Siti Mulyani, 2013).

Ada beberapa wanita mengalami berbagai gejala yang terjadi karena keseimbangan hormon dalam tubuh. Bagian-bagian tubuh mulai semakin tua dan terlihat jelas, akan tetapi sebaiknya wanita tersebut tetap aktif baik

secara fisik, mental, dan seksual seperti sebelum menopause, (Nina Siti Mulyani, 2013).

Setiap wanita akan mengalami masa menopause pada usia yang berbeda, yang umumnya akan terjadi sekitar usia 45-55 tahun. Beberapa kasus jarang terjadi, menopause berlangsung paling muda yaitu 30 tahun, dan paling tua usia 58 tahun. Pada umumnya jika menopause terjadi sebelum usia 45 tahun dapat dikategorikan sebagai menopause dini, (Nina Siti Mulyani, 2013).

## **2.2 Jenis-jenis Menopause**

Menurut (Nina Siti Mulyani, 2013). Menopause pada wanita dibagi menjadi 2 jenis, diantaranya:

### **1. Menopause Premature**

Menopause premature adalah menopause yang terjadi dibawah usia 40 tahun. Menopause premature ditandai dengan apabila terjadi penghentian masa menstruasi sebelumnya tepat pada waktunya disertai dengan *hot flushes* serta peningkatan kadar hormon gonadotropin. Jika tidak mengalami tanda-tanda yang seperti disebutkan, perlu anda tindak lanjut kembali penyebab lain terganggu ovarium. Adapun faktor-faktor yang menyebabkan menopause prematur adalah heriditer, gangguan gizi yang cukup berat, penyakit menahun dan penyakit yang merusak jaringan kedua ovarium. Namun menopause prematur tidak memerlukan terapi, kecuali pemberian keterangan atau informasi terkait kepada seorang wanita yang bersangkutan.

### **2. Menopause Normal**

Menopause yang alami dan umumnya terjadi pada usia akhir 40 tahun atau diawal 50 tahun.

### **3. Menopause Terlambat**

Umumnya batas usia terjadinya menopause adalah usia 52 tahun. Namun apabila ada seorang wanita yang masih memiliki siklus menstruasi atau dalam arti masih mengalami menstruasi di usia 52 tahun. Ada beberapa faktor yang mendorong mengapa usia 52 tahun masih ada wanita yang mengalami menstruasi, diantaranya faktor tersebut adalah

konstitusional, fibromioma uteri dan tumor ovarium yang menghasilkan estrogen. Wanita dengan karsinoma endometrium sering dalam anamnesis disebut juga dengan menopause terlambat.

### 2.3 Tahap-tahap Menopause

Menurut (Nina Siti Mulyani, 2013). Menopause dibagi dalam beberapa tahapan yaitu sebagai berikut:

a. Pra menopause

Fase ini terjadi pada usia 40 tahun dan dimulainya fase klimakterium.

Gejala yang timbul pada masa premenopause yaitu:

1. Siklus menstruasi menjadi tidak teratur
2. Perdarahan menstruasi memanjang
3. Jumlah darah menstruasi menjadi lebih banyak
4. Adanya rasa nyeri saat menstruasi
5. Perimenopause

Yaitu fase peralihan antara masa pra menopause dan pasca menopause. Gejala yang timbul pada masa perimenopause yaitu:

1. Siklus menstruasi menjadi tidak teratur
2. Siklus menstruasi menjadi lebih panjang

b. Menopause

Yaitu fase dimana berhentinya menstruasi atau haid terakhir akibat adanya perubahan kadar hormon dalam tubuh yaitu menurunnya fungsi estrogen dalam tubuh.

Gejala yang timbul pada masa menopause yaitu sebagai berikut:

1. Keringat yang biasanya timbul pada malam hari
2. Lebih mudah marah atau emosi
3. Sulit istirahat atau tidur
4. Haid menjadi tidak teratur
5. Terjadi gangguan fungsi seksual
6. Badan bertambah gemuk
7. Seringkali tidak mampu menahan kencing
8. Stress dan depresi
9. Nyeri otot sendi

10. Hot flush atau sering terasa panas
  11. Terjadinya kekeringan pada vagina karena berkurangnya produksi lendir pada vagina
  12. Gelisah, khawatir, sulit konsentrasi, dan mudah lupa
- c. Postmenopause

Post-menopause adalah kondisi dimana seorang wanita telah mencapai masa menopause. Pada masa Post-menopause seorang wanita akan muda sekali mengidap penyakit jantung dan pengeroposan tulang (osteoporosis).

## 2.4 Tanda dan Gejala Menopause

Menurut (Nina Siti Mulyani, 2013). Pada masa menopause wanita akan mengalami perubahan-perubahan. Perubahan yang dirasakan oleh wanita tersebut adalah :

- a. Perubahan pola menstruasi (perdarahan)

Perdarahan yaitu keluarnya darah dari vagina. Gejala ini biasanya akan terlihat pada awal permulaan masa menopause. Perdarahan akan terlihat beberapa kali dalam rentang beberapa bulan dan akhirnya akan berhenti sama sekali. Gejala ini seringkali disebut dengan gejala peralihan. Apabila perdarahan berambatkan berat ini bisa menjadi tanda suatu masalah yang lebih serius sehingga sebaiknya melakukan pemeriksaan untuk memastikan tidak ada sesuatu yang membahayakan.

- b. Rasa panas (hot flush)

Gejala ini akan dirasakan mulai dari wajah sampai keseluruhan tubuh. Selain rasapanas juga disertai dengan warna kemerahan pada kulit dan berkeringat. Rasapanas ini akan mempengaruhi pola tidur wanita menopause yang akibatnya seringkali wanita menopause kekurangan tidur. Masing-masing wanita menderita masalah ini dalam tingkat yang berbeda-beda. Hot flush berlangsung dalam 30 detik sampai 5 menit. Keluhan *hot flushes* berkurang setelah tubuh menyesuaikan diri dengan kadar estrogen yang rendah. Meskipun demikian, sekitar 25% penderita masih mengeluhkan hal ini sampai lebih dari 5 tahun. Pemberian estrogen dalam bentuk terapi dalam meredakan keluhan *hot flushes* pada 90% kasus. Rasa

panas yang diderita ini biasanya berhubungan dengan cuaca panas dan lembab. Selain itu, juga berhubungan dengan ruang sempit, kafein, alkohol, atau makanan pedas.

c. Keluar keringat di malam hari

Keluar keringat di malam hari disebabkan karena *hot flushes*. Semua wanita akan mengalami gejala panas ini. Gejala panas mungkin sangat ringan dan sama sekali tidak diperhatikan oleh orang lain. Mungkin hanya terasaseolah-olah suhu meningkat secara tiba-tiba sehingga menyebabkan kemerahan disertai keringat yang mengucur diseluruh tubuh anda. Rasa panas ini tidak membahayakan dan akan cepat berlalu. Sisi buruknya adalah tidak nyaman tetapi tidak pernah disertai rasa sakit.

d. Susah tidur (insomnia)

Masalah insomnia atau susah tidur akan dialami oleh beberapa wanita menopause. Selain itu juga wanita menopause akan terbangun pada malam hari dan sulit untuk bisa tidur kembali. *Hot flush* juga dapat menyebabkan wanita terbangun dari tidurnya. Selain itu juga kesulitan untuk tidur dapat disebabkan karena rendahnya kadar serotonin yang dipengaruhi pada masa pre menopause. Dimana kadar serotonin dipengaruhi oleh kadar endorfin. Sekitar 65 sampai 75 persen dari wanita mengalaminya, paling sering selama premenopause. Intensitas, durasi dan frekuensi bervariasi.

Masalah insomnia juga dikarenakan karena kadar serotonin yang menurun sebagai akibat jumlah estrogen yang kadarnya juga menurun. Serotonin mempengaruhi suasana hati seseorang, jika kadar serotonin dalam tubuh menurun, hal ini akan menyebabkan depresi dan sulit tidur.

Nyeri tiba-tiba berhubungan dengan sering terbangunnya wanita pada malam hari, biasanya hampir setiap delapan menit. Lesu dan kelelahan di pagi harinya menjadi lebih sering bila dibandingkan dengan rasa kantuk. Insomnia juga dapat disebabkan oleh faktor antara lain faktor fisik dan psikis. Faktor fisik misalnya sakit flu, sedangkan faktor psikis adalah stres, cemas, depresi.

## **2.5 Proses Terjadinya Menopause**

Tubuh wanita mempunyai persediaan sel telur atau ovum dengan jumlah yang terbatas dan masa menopause itu terjadi ketika ovarium atau indung telur telah kehabisan sel telur atau ovum, hal ini menyebabkan produksi hormon dalam tubuh terganggu yaitu berhentinya produksi hormon seks wanita yang tidak lain adalah hormon estrogen dan progesteron.

Penurunan fungsi hormon dalam tubuh akan menyebabkan terjadinya penurunan fungsi tubuh dan gejala-gejala menopause akan mulai timbul dan terasa meskipun menstruasi masih datang. Saat itu akan mulai terlihat adanya perubahan pada haid yang mungkin menjadi lebih lama atau lebih singkat dan untuk jumlah darah menstruasi yang dikeluarkan menjadi tidak konsisten yaitu relatif menjadi lebih banyak dari sebelumnya, (Nina Siti Mulyani, 2013).

## **2.6 Faktor-faktor Menopause**

Menurut (Nina Siti Mulyani, 2013). Faktor yang mempengaruhi menopause adalah sebagai berikut:

### **a. Haid pertama kali (menarche)**

Semakin mudah seseorang wanita mengalami menstruasi pertama kalinya, maka akan semakin tua atau lama untuk memasuki atau mengalami masa menopausenya. Wanita yang mendapatkan menstruasi pada usia 16 atau 17 tahun akan mengalami menopause lebih dini, sedangkan wanita yang haid lebih dini seringkali akan mengalami menopause sampai pada usianya mencapai 50 tahun.

### **b. Faktor psikis**

Keadaan psikis seorang wanita akan mempengaruhi terjadinya menopause. Keadaan seorang wanita yang tidak menikah dan bekerja akan mempengaruhi perkembangan psikis seorang wanita. Menurut beberapa penelitian, mereka akan mengalami waktu menopause yang lebih mudah atau cepat dibandingkan yang menikah dan tidak bekerja atau bekerja dan tidak menikah.

### **c. Jumlah anak**

Penelitian yang dilakukan oleh Beth Israel Deaconess Medical Center in Boston mengungkapkan bahwa wanita yang masih melahirkan

diatas usia 40 tahun akan mengalami usia menopause yang lebih tua atau lama. Hal ini disebabkan karena kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi. Bahkan akan memperlambat sistem penuaan tubuh.

d. Penggunaan obat-obat keluarga berencana (KB)

Kontrasepsi dalam hal ini yaitu kontrasepsi hormonal. Hal ini dikarenakan carakerja kontrasepsi yang menekan kerja ovarium atau indung telur. Padawanita yang menggunakan alat kontrasepsi hormonal akan lebih lama atau tua memasuki masa menopause.

e. Merokok

Seseorang wanita yang merokok akan lebih cepat mengalami menopause. Pada wanita perokok diperoleh usia menopause lebih awal, sekitar 1,5 tahun. Merokok mempengaruhi cara tubuh memproduksi atau membuan hormon estrogen. Di samping itu juga, beberapa peneliti meyakini bahwa komponen tertentu dari rokok juga berpotensi membunuh sel telur. Menurut hampir semua studi yang pernah dilakukan, waniat perokok akan mengalami masa menopause pada usia yang lebih mudayaitu 43 hingga 50 tahun. Selama menopause, ovarium wanita akan berhenti memproduksi sel telur sehingga wanita tersebut tidak hamil lagi.

f. Stress

Seperti halnya cemas mempengaruhi menopause, stres juga merupakan salah satu faktor yang bisa menentukan kapan wanita akan mengalami menopause. Jika seorang wanita akan sering merasakan stres maka sama halnya dengan cemas, wanita tersebut akan lebih cepat mengalami menopause.

g. Status gizi

Faktor yang juga mempengaruhi menopause lebih awal biasanya dikarenakan konsumsi yang sembarangan. Jika ingin mencegah menopause lebih awal dapat dilakukan dengan menerapkan pola hidup sehat seperti berhenti merokok, serta mengkonsumsi makanan yang baik misalnya sejak masih muda rajin mengkonsumsi makanan sehat seperti kedelai, kacang merah, bengkoang, atau pepaya.

h. Sosial ekonomi

Keadaan sosial ekonomi seseorang akan mempengaruhi faktor fisik, kesehatan, dan pendidikan. Bila faktor tersebut cukup baik, akan mempengaruhi beban fisiologis. Kesehatan akan faktor klimakterium sebagai faktor psikologis, (Nina Siti Mulyani, 2013).

i. Budaya dan lingkungan

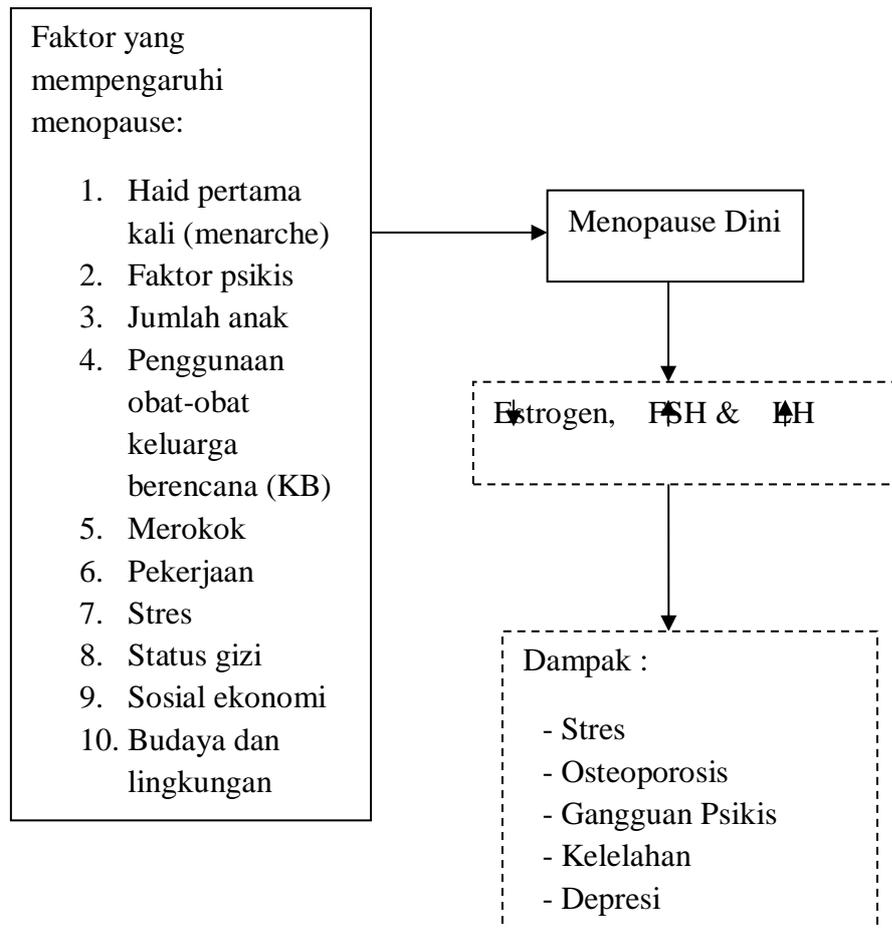
Pengaruh budaya dan lingkungan sudah dibuktikan sangat mempengaruhi wanita untuk dapat atau tidak dapat menyesuaikan diri dengan klimakterium dini.

## **2.7 Proses Terjadi Menopause**

Proses menopause ini akan memakan waktu antara 3 sampai 5 tahun sampai dinyatakan lengkap ketika seseorang wanita telah berhenti haid selama 12 bulan. Selama masa ini, ada perubahan yang berupa perubahan dalam keseimbangan hormon, dengan menurunnya hormon estrogen yang diproduksi indung telur. Tingkat produksi estrogen yang begitu rendah sehingga menstruasi tidak teratur dan akhirnya berhenti. Saat daur menstruasi berhenti maka tingkat produksi progesteron juga menurun. Hormon ini adalah hormon yang mengatur dan mempengaruhi beberapa fungsi fisik dan emosi, (Nina Siti Mulyani, 2013).

Terjadinya menopause ada hubungannya dengan pertama kali wanita mengalami haid (menarche). Semakin muda seorang wanita mengalami haid pertama kali, semakin tua atau lama dia memasuki masa menopause dapat diartikan bahwa wanita yang mendapatkan menstruasi pada usia 16 atau 17 tahun akan mengalami menopause lebih dini, sedangkan untuk wanita yang haid lebih dini seringkali akan mengalami menopause sampai pada usianya mencapai 50 tahun. Terjadinya menopause pada setiap orang itu tidaklah sama dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antar lain keturunan, kesehatan umum, dan pola/gaya hidup seseorang, (Nina Siti Mulyani, 2013).

## 2.8 Kerangka konsep



### Keterangan :

 = Diteliti

 = Tidak Diteliti

**Gambar 2.1** Kerangka Konsep Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Menopause Dini

## **BAB 3**

### **TUJUAN DAN MANFAAT**

#### **3.1 Tujuan Penelitian**

Mengetahui mekanisme koping pada pasien kanker servik berdasarkan *Literature Review* dalam lima tahun terakhir.

#### **3.2 Manfaat Penelitian**

## BAB 4

### METODELOGI PENELITIAN

#### 4.1 Rancangan

Rancangan atau metode penulisan yang akan digunakan dalam artikel review ini adalah dengan cara melakukan pengamatan melalui pencarian artikel atau hasil-hasil penelitian sebelumnya yang menggambarkan faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya menopause dini. Penulisan dengan judul ini dikarenakan setelah pencarian literatur di beberapa database terlihat jelas bahwa literatur yang terkait pada bidang program pendidikan kesehatan pada wanita menopause sangat jarang.

#### 4.2 Strategi Pencarian

Dalam pengumpulan data pada penulisan literatur review ini adalah dengan mencari literatur-literatur internasional maupun nasional dengan menggunakan database Google Scholar, Pubmed, Proquest, dengan rentang tahun 2011 hingga 2020. Kata kunci yang digunakan untuk pencarian jurnal atau artikel yaitu *early menopause, factors of early menopause, characteristic*.

### 4.3 Kriteria Inklusi dan eksklusi

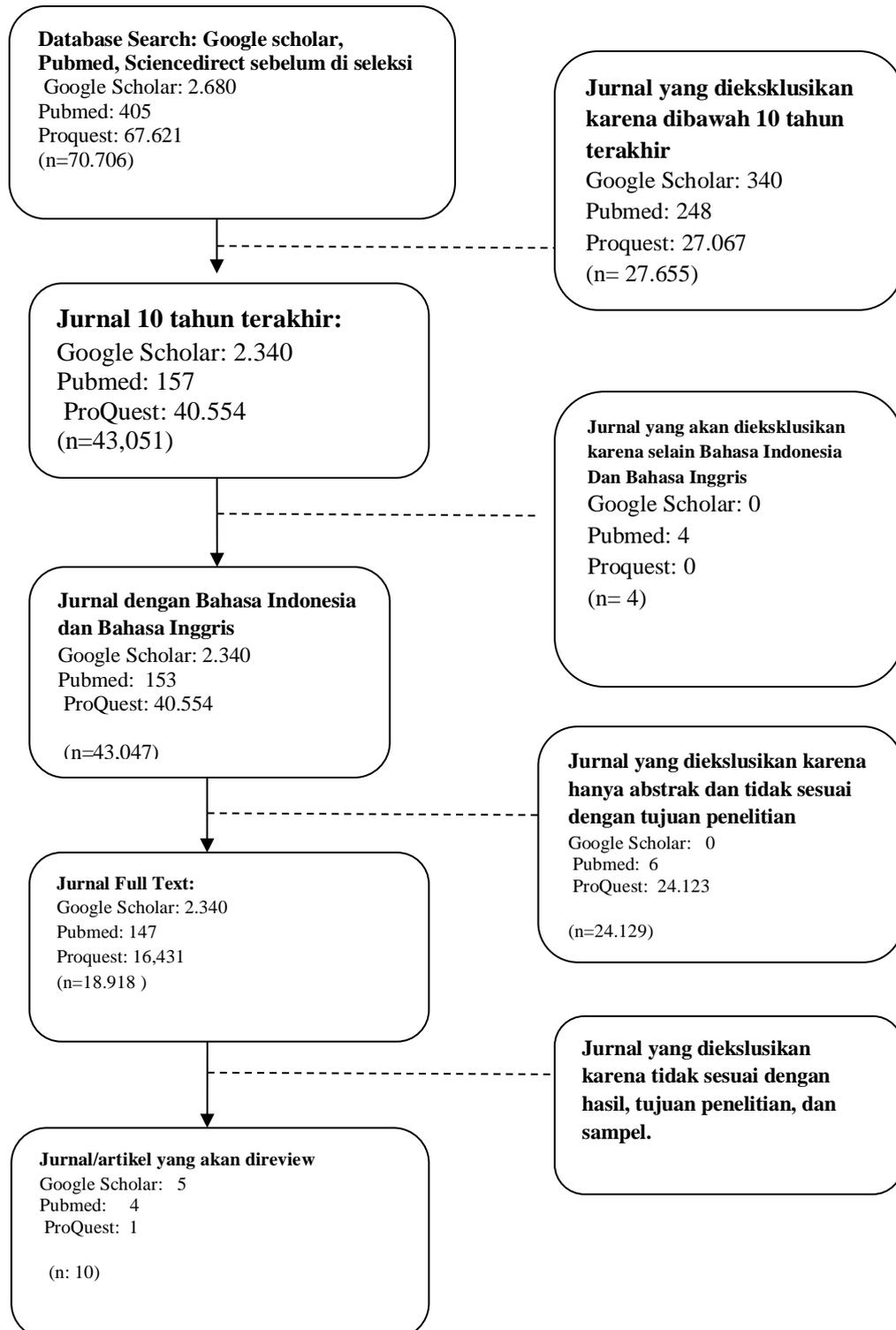
Tabel 4.1 Kriteria Inklusi Dan Eksklusi Penelitian

Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
Jurnal/artikel ilmiah berbahasa inggris dan indonesia	Jurnal/artikel ilmiah selain berbahasa inggris dan indonesia
Artikel ilmiah yang tersedia full text	Artikel ilmiah hanya abstrak
Jurnal/artikel ilmiah diatas tahun 2011	Jurnal/artikel ilmiah kurang dari tahun 2011
Penelitian dengan sampel yang mengalami menopause dini yang berumur 10-42 tahun	Penelitian dengan sampel yang tidak mengalami menopause dini berumur >50 tahun.

### 4.4 Ekstraksi Data

Literatur review ini disajikan dalam bentuk naratif. Jurnal dibaca dan dianalisis terhadap isinya sesuai dengan tujuan penelitian dan hasil dari isi jurnal. Kemudian dilakukan pengentrian data dengan cara mengelompokkan data-data kedalam tabel yang sesuai dengan tujuan penelitian. Semua teks disajikan kedalam tabel yang terdiri dari nama penulis dan tahun terbit, judul, populasi, sampel, metode, analisis data, dan ringkasan hasil. Penyajian pada tabel diurutkan sesuai dengan alphabet dan metode yang digunakan pada jurnal tersebut.

## 4.5 Sintesis Tematik



Gambar 4.1 Sintesis tematik literatur review Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Menopause Dini

## BAB 5

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 5.1 Hasil

Tabel 5.1 Hasil Pencarian Artikel

No	Author	Nama jurnal/publication	Tahun & Volume/Edisi	Judul	Metode (Desain, Sample, Variabel, Instrument, Analisis)	Hasil penelitian	Databa se
1.	Gita D Mishra & Nirmala Pandeya	Human Reproduction	2017/10	Early menarche, nulliparity and the risk for premature and early natural menopause	<p><b>Desain penelitian:</b> menggunakan studi prospektif.</p> <p><b>Sampel:</b> menopause dini, dengan responden berjumlah 51.540 wanita.</p> <p><b>Variabel:</b> variabel dependen menopause dini, variabel independen menarche dini dan nultiparitas.</p> <p><b>Instrument:</b> menggunakan kuisisioner.</p> <p><b>Analisis:</b></p> <p><b>Tujuan:</b> tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara usia menarche dan paritas dengan prematur menopause dan menopause dini, dengan memperhatikan</p>	Dari hasil penelitian tersebut wanitadengan menarche dini (<11 tahun, dibandingkan dengan 12-13 tahun) berada pada resiko yang lebih tinggi untuk menopaue dini (RRR 1,80, 95% CI 1,53-2,12) dan menopause dini (1,31, 1,19-1,44). Nultiparitas dulu	Pubmed

					<p>beberapa faktor perancu potensial.</p>	<p>dikaitkan dengan peningkatan resiko menopause dini (2,26, 1,84-2,77) dan menopause dini (1,32, 1,09-1,59). Wanita memiliki lebih awal menarche dan multiparitas berada di lebih 5 kali lipat peningkatan resiko menopause dini (5.64, 4.04-7.87) dan peningkatan resiko dua kali lipat lebih awal menopause (2.16,1.48-3.15) dibandingkan dengan wanita yang mengalami menarche pada &gt;12 tahun dan</p>	
--	--	--	--	--	---	--	--

						dua anak atau lebih.	
2.	Brian W Withcomb & Alexandra Purdue-Smith,	Clinical Research Artikel	2018/10	Menstrual Cycle Characteristics in Adolescence and Early Adulthood Are Associated With Risk of Early Natural Menopause	<p><b>Desain penelitian:</b> menggunakan studi kesehatan.</p> <p><b>Sampel:</b> perempuan berusia 25-42 tahun dan pramenopause.</p> <p><b>Variabel:</b> variabel dependel menopause dini, variabel dependen menstruasi dan masa awal berhubungan.</p> <p><b>Instrumen:</b> menggunakan kuisioner.</p> <p><b>Tujuan:</b> tujuan penelitian ini adalah mengevaluasi hubungan antara ciri-ciri siklus menstruasi pada awal kehidupan dengan kejadian menopause alami dini.</p>	Dari hasil penelitian tersebut, diperoleh hasil dengan usia menarche yang lebih dini (p=value 0,05), lebih pendek (p=value 0,0001) dan siklus yang lebih teratur (p=value 0,0001). Rasio bahaya (HR) untuk wanita dengan usia saat menarche 9 (12 tahun) adalah 1,28 (95% CI 0,99 sampai 1,67). Pelaporan wanita panjang	Pubmed

						<p>siklus menstruasi yang biasa, 25 hari pada usia 18 hingga usia 22 tahun memiliki resiko lebih awal secara substansial menopause (HR, 1,70;95% CI, 0,34 hingga 0,58) .</p> <p>wanita dengan siklus tidak teratur panjang wanita memiliki resiko leboh rendah dibanding an dengan wanita dengan siklus teratur (HR, 0,51;95% CI, 0,43-0,60). Asosiasi dengan</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--

						<p>konsentrasi AMH diantara subset case-control bersarang konsisten dengan penemuan-penemuan ini.</p>	
3.	<p>Brian W. Whitcomb &amp; Alexandra C. Purdue-Smithe</p>		2017/	<p>Smoking and the risk of premature natural menopause</p>	<p><b>Desain penelitian:</b> menggunakan studi prospektif.</p> <p><b>Sampel:</b> wanita menopause dini dengan jumlah responden 116.429 yang berusia 25-42 tahun,</p> <p><b>Variabel:</b> variable dependen menopause alami dini, variable independen merokok.</p> <p><b>Instrumen:</b> menggunakan kuisioner.</p> <p><b>Analisis:</b> menggunakan model proporsional Cox.</p> <p><b>Tujuan:</b> untuk mengetahui risiko pola merokok terkait dengan menopause dini.</p>	<p>Hasil penelitian tersebut Dalam model yang mengevaluasi risiko menopause dini terkait pola merokok, risiko tertinggi adalah diamati di antara wanita yang terus merokok hingga usia 35 tahun, di antara kedua perokok sedang (HR = 1.64, 95% CI: 1.47,</p>	Pubmed

						<p>1.84) dan pada kelompok dengan jumlah merokok tertinggi (HR = 1.80, 95% CI: 1.56-2.08). Wanita yang berhenti pada usia 25 tahun dan yang rata-rata puncaknya merokok kurang dari satu bungkus per hari tidak ada peningkatan risiko menopause dini (HR = 1.03, 95% CI: 0.91, 1.17). Sebaliknya, wanita yang berhenti pada usia 35 dan merokok lebih banyak memiliki</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

						signifikansi sedang dan statistik peningkatan risiko menopause alami dini (HR = 1.27, 95% CI: 1.05, 1.53).	
4.	Mayang Isa Hanasiwi, Herdini Widyaning Pertiwi	Jurnal Kebidanan	2015/07	Hubungan paritas dan pemakaian KB hormonal dengan usia menopause	<p><b>Desain penelitian:</b> menggunakan survey analitik dengan pendekatan cross sectional.</p> <p><b>Sample:</b> sampel dalam penelitian ini yaitu wanita menopause dengan responden 58 responden.</p> <p><b>Variabel:</b> variabel dependen perempuan dengan usia menopause, variabel independen paritas dan pemakaian HB hormonal.</p> <p><b>Instrument:</b></p> <p><b>Analisis:</b> menggunakan uji chi-square.</p> <p><b>Tujuan:</b> penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan paritas dan pemakaian</p>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang tidak memakai KB hormonal sebagian besar responden mengalami menopause dini yaitu 10 responden (17,2%), responden yang memakai KB hormonal sebagian besar responden mengalami menopause normal	Google scholar

					KB hormonal dengan usia menopause.	yaitu 24 responden (41,4%). Hal ini menunjukkan bahwa responden yang memakai KB hormonal cenderung menopause lebih lambat, ini terjadi karena responden masih mendapatkan suplai hormon dari KB yang dipakai sehingga kan mengalami menopause lebih lambat.	
5.	Fulden Sarac, Kemal Oztekin	Endokrinologi Ginekologi	2011/04	Early menopause relationship with work, smoking, divorce marital status and low rates of reptiles	<p><b>Desain penelitian:</b> studi prospektif.</p> <p><b>Sampel:</b> wanita menopause dini dan wanita menopause alami.</p> <p><b>Variabel:</b> variabel independen dipilih BMI, lingkungan</p>	Status pekerjaan (OR: 1,94), merokok saat ini (OR:1,80) dan status perkawinan cerai	Proquest

					<p>hidup, pekerjaan, status perkawinan, usia pada menarche, paritas, tahun pendidikan, aktivitas fisik, merokok, konsumsi kopi dan alkohol, lama siklus menstruasi, penggunaan kontrasepsi oral, menyusui, usia hidup pertama dan kelahiran hidup.</p> <p><b>Instrumen:</b> kuisioner.</p> <p><b>Analisis:</b> data numerik dilakukan dengan Student's-t tes dan MannWhitney's Uji menggunakan program komputer SPSS.</p> <p><b>Tujuan:</b> untuk mengetahui faktor-faktor penentu risiko yang berhubungan dengan menopause dini dan untuk membandingkan hubungan antara karakteristik demografi dan status hormonal dan kadar leptin pada subjek dengan menopause dini (tanpa operasi) dan alami.</p>	(OR:1, 79) ditemukan menjadi faktor risiko signifikan untuk menopause dini.	
6.	Alexandra C. Purdue-Smithe, Brian		2018/	Prospective study of dairy food intake and early menopause	<p><b>Desain penelitian:</b> studi prospektif.</p> <p><b>Sampel:</b> pada wanita menopause diidentifikasi dengan responden 1</p>	Dari hasil tersebut total asupan susu dasar	

	W. Whitcomb				<p>16.429 yang berusia 25-42 tahun.</p> <p><b>Variabel:</b> variabel dependen menopause dini, variabel independent asupan makanan susu.</p> <p><b>Instrument:</b> menggunakan kuisioner.</p> <p><b>Analisis:</b> menggunakan model proporsional Cox.</p> <p><b>Tujuan:</b> tujuan penelitian ini untuk mengevaluasi bagaimana asupan produk susu total, rendah lemak, tinggi lemak dan individual makanan dengan menopause dini.</p>	<p>≥4 porsi / hari dengan &lt;4 porsi / minggu dikaitkan dengan 23% lebih rendah risiko menopause dini (Interval kepercayaan 95% (CI): 0,64, 0,93; P-trend = 0,08). Asosiasi tampaknya terbatas untuk makanan olahan susu rendah lemak (≥2 porsi / hari dengan &lt;3 porsi / bulan HR: 0.83; 95% CI: 0.68, 1.01; P-trend = 0,02), sedangkan asupan susu tinggi lemak tidak</p>	
--	-------------	--	--	--	--	--	--

						terkait dengan menopause dini. Rendah lemak makanan olahan susu mungkin merupakan faktor risiko yang dapat dimodifikasi untuk mengurangi risiko menopause dini wanita pramenopause.	
7.	Alexandra C Purdue-Smith, Brian W Withcomb		2017/	Vitamin D and calcium intake and risk of early menopause	<p><b>Metode penelitian:</b> menggunakan penelitian proposional cox.</p> <p><b>Sampel:</b> 2.041 responden.</p> <p><b>Variabel:</b> variabel dependen menopause dini, variabel independen vitamin D dan kalsium.</p> <p><b>Instrument:</b> menggunakan kuisioner.</p> <p><b>Analisis:</b></p>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa wanita dengan asupan vitamin D makanan tertinggi (median kuintil: 528 IU / d) memiliki risiko menopause dini yang signifikan	Pubmed

					<p><b>Tujuan:</b> tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dari asupan vitamin D dan kalsium dari suplemen, makanan, produk susu, dan sumber makanan nondairy dan risiko menopause dini.</p>	<p>17% lebih rendah daripada wanita dengan asupan terendah [median kuintil: 148 IU / hari; JAM: 0.83 (95% CI: 0,72, 0,95); P-trend = 0,03]. Asupan kalsium dalam makanan kuintil tertinggi (median: 1246 mg /hari) dibandingkan dengan yang terendah (median: 556 mg / hari) dikaitkan dengan batas yang lebih rendah secara signifikan risiko menopause dini (HR:</p>
--	--	--	--	--	---	--

						0.87; 95% CI: 0.76, 1.00; P-trend = 0.03). Asosiasi lebih kuat untuk vitamin D dan kalsium dari sumber susu dibandingkan dari sumber makanan non-susu, sedangkan penggunaan suplemen tinggi tidak terkait dengan risiko yang lebih rendah.	
8.	Rina Marlina, Marlia Alia Rahayu	Jurnal Kesehatan	2019/	Pengaruh usia menarche, paritas, status gizi, dan pemakaian alat kontrasepsi terhadap kejadian menopause dini	<b>Desain penelitian:</b> studi prospektif. <b>Sampel:</b> ada 4 dari 10 orang ibu yang sudah mengalami menopause dini saat usia 40 tahun. <b>Variabel:</b> variabel dependen menopause	Hasil penelitian didapatkan bahwadari empat variable independen terdapat dua	Google Scholar

				<p>pada ibu di tirtajaya kabupaten karawang</p> <p>dini, variabel independen paritas, menarche.</p> <p><b>Instrumen:</b> menggunakan kuisioner, input data, olah data.</p> <p><b>Analisis:</b></p> <p><b>Tujuan:</b> tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian menopause dini.</p>	<p>variable yang berhubungan yaitu paritas dengan <math>p=0,026</math>. Dan dari empat variable tersebut, variable menarche yang sangat mempengaruhi dengan nilai sig F sebesar 0,012.</p>	
9.	Christin R Langton, Brian W Withcomb		2019/01	<p>Association of parity and breastfeeding with risk of early natural menopause</p> <p><b>Desain penelitian:</b> menggunakan studi kohort.</p> <p><b>Sampel:</b> responden berjumlah 116.429 dengan usia 25 hingga 42 tahun.</p> <p><b>Variabel:</b> variabel dependen menopause alami dini, variabel independen paritas dan menyusui.</p> <p><b>Instrument:</b> menggunakan kuisioner.</p> <p><b>Analisis:</b></p> <p><b>Tujuan:</b> tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan</p>	<p>Hasil penelitian tersebut wanita pramenopause berusia 25 hingga 42 tahun (usia rata-rata: 34.1 [4.6] tahun; 10246 [93,9%] non-hispanik) dilibatkan dalam penelitian ini. Secara multivariabel model,</p>	Pubmed

					<p>paritas dan menyusui dengan risiko menopause alami dini.</p>	<p>paritas yang lebih tinggi dikaitkan dengan risiko yang lebih rendah dari menopause dini. Rasio bahaya adalah dilemahkan dengan penyesuaian untuk menyusui tetapi tetap signifikan. Dibandingkan dengan nulipara wanita, yang melaporkan 1, 2, 3, dan 4 atau lebih kehamilan yang berlangsung setidaknya 6 bulan memiliki rasio bahaya untuk menopause dini 0,92 (95% CI,</p>
--	--	--	--	--	---	---

						0,73-0,96), 0,78 (95% CI, 0.67-0,92), dan 0,81 (95%) CI, 0.66-1,01), masing-masing (P=value 006).	
10.	Nita Dwi Astikasari, Nasifah Tuszahrroh	Jurnal Kualitas Kesehatan Wanita	2019/02	Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian menopause dini	<p><b>Desain penelitian:</b> menggunakan korelasi dengan pendekatan cross sectional.</p> <p><b>Sampel:</b> pengambilan sampel menggunakan simple random sampling dengan jumlah responden 195 wanita.</p> <p><b>Variabel:</b> variabel dependen menopause dini, variabel independen menarche, ibu paritas, kontrasepsi.</p> <p><b>Instrument:</b> kuisisioner.</p> <p><b>Analisis:</b> analisis yang digunakan adalah regresi logistik dengan bantuan SPSS for windows 20.</p> <p><b>Tujuan:</b> tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi</p>	Hasil penelitian diperoleh nilai p=value untuk faktor umur menarche 0,002 <0,05, faktor paritas ibu 0,43 <0,05, faktor kontrasepsi 0,021 <0,05, maka $H_0$ diterima kecenderungan ada pengaruh umur menarche, paritas ibu, kontrasepsi kejadian	Google Scholar

					kejadian menopause dini.	menopause dini.	
--	--	--	--	--	--------------------------	-----------------	--

## 5.2 PEMBAHASAN

Hasil dari tabel 5.1 didapatkan hasil bahwa menopause dini dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut meliputi:

### 1. Faktor Kontrasepsi

Berdasarkan penelitian (Hanasiwi&Pratiwi, 2015) menunjukkan bahwa responden yang tidak memakai KB hormonal sebagian besar responden mengalami menopause dini yaitu 10 responden (17,2%), responden yang memakai KB hormonal sebagian besar responden mengalami menopause normal yaitu 24 responden (41,4%). Hal ini menunjukkan bahwa responden yang memakai KB hormonal cenderung menopause lebih lambat, ini terjadi karena responden masih mendapatkan suplai hormon dari KB yang dipakai sehingga mengalami menopause lebih lambat. Hal ini sejalan dengan penelitian (Astikasari&Tusszahroh, 2019) diperoleh data bahwa dari 195 responden, sebagian besar menggunakan kontrasepsi hormonal sebanyak 137 responden (70,3%), hampir setengahnya menggunakan kontrasepsi non hormonal sebanyak 52 responden (26,6%) dan sebagian kecil tidak menggunakan kontrasepsi sebanyak 6 responden (3,1%). Seorang perempuan yang menggunakan kontrasepsi hormon, tidak terjadi pengurangan sel telur sehingga terjadi menopause yang lama.

Menurut teori Masruroh (2012) menyatakan bahwa pada ibu yang memiliki riwayat pemakaian kontrasepsi hormonal, 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. Perubahan hormon tersebut menyebabkan perubahan haid, ada yang tidak teratur bahkan ada yang mundur, seperti diketahui menstruasi terjadi karena adanya hormone estrogen dan progesterone yang secara stimulant merangsang pembentukan endometrium. Pembentukan hormon - hormon tersebut dilakukan oleh kedua indung telur. Perangsangan dari terbentuknya hormon tersebut karena adanya FSH (*folikelstimulating hormone*) dan LH (*luteinizinghormone*). Pengaruh negatif dari ketidakseimbangan hormon tersebut bisa menyebabkan mundurnya siklus menstruasi.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor pemakaian kontrasepsi hormonal tidak berpengaruh terjadinya menopause dini tetapi wanita yang memakai KB hormonal cenderung lebih lambat mengalami menopause karena suplai hormonal dari KB.

## **2. Faktor Paritas**

Berdasarkan hasil penelitian (Marlina&Rahayu, 2019) menunjukkan prosentase ibu dengan paritas lebih sedikit yang mengalami menopause dini, dan setelah dilakukan uji statistik didapati nilai  $P = 0,012$ . Dengan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh paritas terhadap menopause dini. Wanita dengan paritas lebih sedikit cenderung

akan mengalami menopause pada usia dini dibandingkan dengan wanita dengan jumlah paritas yang lebih banyak. Wanita dengan paritas tinggi, memiliki jumlah kumulatif siklus menstruasi yang lebih rendah dibandingkan dengan wanita yang tidak memiliki anak.

Berdasarkan penelitian (Astikasari&Tuszahroh, 2019) diperoleh data bahwa dari 195 responden, sebagian besar primipara sebanyak 101 responden (51,8%), hampir setengahnya multipara sebanyak 83 responden (42,6%), sebagian kecil nulipara sebanyak 10 responden (5,1%) dan 1 responden (0,5%) grandemultipara. Hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar adalah primipara. Semakin banyak paritas, hormon yang mempengaruhi ovarium mengakibatkan hormon AMH meningkat sehingga terjadi menopause yang lebih lama.

Secara teori hubungan antara paritas dengan menopause dikarenakan semakin sering seseorang melahirkan, semakin tua atau semakin lama mereka memasuki masa menopause. Hal ini dikarenakan kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi wanita dan juga dapat memperlambat penuaan tubuh (Manuaba 2005). Jumlah rata-rata anak yang dilahirkan seorang wanita terbukti mempengaruhi gejala menopause. Paritas tinggi dikatakan menunda gejala menopause. Pada sisi lain, jumlah paritas yang sedikit atau nulliparity, telah dikaitkan dengan onset menopause yang lebih cepat. Pengaruh jumlah paritas dengan usia menopause ini disebabkan oleh peningkatan dari ekspresi reseptor AMH akan menginhibisi proses initial recruitment sehingga memperlambat usia menopause. Peningkatan ekspresi reseptor AMH diakibatkan oleh peningkatan kadar progesteron yang sangat

tinggi pada saat akhir kehamilan dan sesudah melahirkan, dengan demikian sering melahirkan maka peningkatan kadar progesteron akan sering terjadi, sehingga akan semakin memperlambat usia (Gorga dkk, 2016).

Sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan semakin sering wanita melahirkan anak maka seorang wanita tersebut akan semakin lama juga memasuki menopause. Wanita yang memiliki anak lebih dari 1 akan lebih cepat mengalami menopause daripada wanita yang memiliki anak lebih dari 2 atau 4 akan mengalami keterlambatan menopause. Dikarenakan seorang wanita yang sering melahirkan akan semakin banyak terjadi peningkatan progesteron yang signifikan sehingga akan semakin sering terjadi inhibisi pelepasan folikel. Semakin sering wanita melahirkan maka makin lama (lambat) ia mengalami menopause,

### **3. Faktor Menarche**

Berdasarkan penelitian (Mishra, 2017) hampir 1 dari 10 wanita mengalami menopause dini. Menarche dini meningkatkan resiko menopause dini sebesar 80%, sementara resiko dapat meningkat dua kali lipat pada wanita yang belum mempunyai anak. Selain itu, kombinasi dari menarche dini dan multiparitas menghasilkan peningkatan resiko menopause dini dibandingkan dengan wanita yang mengalami menstruasi dan mempunyai anak dua atau lebih.

Berdasarkan penelitian (Astikasari&Tuszahroh, 2019) diperoleh data bahwa dari 195 responden, hampir seluruhnya mengalami usia *menarche*<14 tahun sebanyak 154 responden (78,97%) dan sebagian kecil usia *menarche*>14 tahun sebanyak 41 responden (21,03%). Hasil dari

penelitian dapat diketahui bahwa hampir seluruhnya mengalami usia menarche <14 tahun. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa factor, salah satunya adalah nutrisi. Seseorang yang mempunyai nutrisi baik, akan mengalami *menarche* lebih cepat karena nutrisi mempengaruhi pembentukan lemak tubuh yang secara tidak langsung akan terjadi metabolisme lemak oleh beberapa hormon yaitu hormon estrogen. Hormon ini adalah hormon yang membantu dalam pertumbuhan dan perkembangan remaja. Seseorang yang mengalami *menarche* lebih cepat, mempunyai masa reproduksi yang panjang karena AMH yang tinggi sehingga terjadi menopause yang lebih lama. Wanita yang mengalami *menarche* pada usia yang lebih cepat memiliki jumlah *Anti Mullerian Hormone* (AMH) yang lebih tinggi dibandingkan dengan wanita yang mengalami *menarche* pada usia lebih lambat (Anindita, 2015).

Menurut teori Dalton yang dikutip oleh Reitz (2005) mengatakan bahwa wanita yang terlambat mendapatkan menstruasi pada usia 15 atau 16 tahun justru akan mengalami menopause lebih cepat, sedangkan mereka yang haid lebih dini seringkali akan mengalami menopause sampai mencapai usia 50 tahun.

Sehingga dapat disimpulkan penelitian tersebut menunjukkan hasil yang tidak sama. Jurnal pertama menunjukkan bahwa menarche pada usia dini dapat mempercepat terjadinya menopause dini. sedangkan pada jurnal kedua sejalan dengan teori menunjukkan bahwa semakin cepat menarche maka semakin lambat terjadi menopause, hal ini di pengaruhi oleh faktor gizi seseorang. Oleh karena itu disarankan bahwa wanita usia subur lebih

memperhatikan gizinya dengan baik agar tidak terjadi menopause pada usia dini.

#### **4. Faktor Gaya Hidup**

Berdasarkan hasil penelitian (Withcomb, et all, 2017) menunjukkan risiko menopause dini terkait polamerokok, risiko tertinggi adalah wanita yang terus merokok hingga usia 35 tahun, diantaranya perokok sedang (HR = 1.64, 95% CI: 1.47, 1.84) dan kelompok dengan jumlah merokok tertinggi (HR = 1.80, 95% CI: 1.56-2.08). Wanita yang berhenti pada usia 25 tahun dan yang rata-rata puncaknya merokok kurang dari satu bungkus per hari tidak ada peningkatan risiko menopause dini (HR = 1.03, 95% CI: 0.91, 1.17). Sebaliknya, wanita yang berhenti pada usia 35 dan merokok lebih banyak memiliki signifikansi sedang dan statistik peningkatan risiko menopause alami dini (HR = 1.27, 95% CI: 1.05, 1.53). Hal ini sejalan dengan penelitian (Sarac, et all, 2011) menunjukkan hasil bahwa 31,8% adalah perokok aktif, 24,0% adalah mantan perokok, 44,2% tidak pernah merokok, dan 55,9% wanita sebagai perokok pasif. Wanita yang merokok cenderung mengalami menopause dini alami sekitar 1,1 tahun lebih awal dibandingkan yang tidak merokok, dan juga usia rata-rata yang mengalami menopause dini adalah 1,3 tahun lebih awal dibandingkan dengan bukan perokok.

Menurut teori (Mulyani, 2013) Seseorang wanita yang merokok akan lebih cepat mengalami menopause. Pada wanita perokok diperoleh usia menopause lebih awal, sekitar 1,5 tahun. Merokok mempengaruhi cara tubuh memproduksi atau membuan hormon estrogen. Di samping itu juga,

beberapa peneliti meyakini bahwa komponen tertentu dari rokok juga berpotensi membunuh sel telur. Menurut hampir semua studi yang pernah dilakukan, wanita perokok akan mengalami masa menopause pada usia yang lebih mudayaitu 43 hingga 50 tahun. Selama menopause, ovarium wanita akan berhenti memproduksi sel telur sehingga wanita tersebut tidak hamil lagi.

Sehingga dapat disimpulkan hasil penelitian tersebutseorang wanita yang aktif merokoklebih cepat mengalami menopause dini dikarenakan komponen tertentu dari rokok juga berpotensi membunuh sel telur.

## **5. Faktor Status Gizi**

Berdasarkan hasil penelitian (Smithe, et all, 2017) menunjukkan bahwa wanita dengan asupan vitamin D makanan tertinggi (median kuintil: 528 IU / d) memiliki risiko menopause dini yang signifikan 17% lebih rendah daripada wanita dengan asupan terendah [median kuintil: 148 IU / hari; JAM: 0.83 (95% CI: 0,72, 0,95); P-trend = 0,03]. Asupan kalsium dalam makanan kuintil tertinggi (median: 1246 mg /hari) dibandingkan dengan yang terendah (median: 556 mg / hari) dikaitkan dengan batas yang lebih rendah secara signifikan risiko menopause dini (HR: 0.87; 95% CI: 0.76, 1.00; P-trend = 0.03). Asosiasi lebih kuat untuk vitamin D dan kalsium dari sumber susu dibandingkan dari sumber makanan non-susu, sedangkan penggunaan suplemen tinggi tidak terkait dengan risiko yang lebih rendah. Sejalan dengan hasil penelitian (Smithe, et all, 2018) menunjukkan bahwa wanita yang mengonsumsi  $\geq 4$  porsi dari total susu per hari dengan  $< 4$  porsi / minggu pada awal mengalami risiko 26% (95% CI: 0,62, 0,88) lebih

rendahmenopause dini. Dan wanita yang paling banyak mengonsumsi makanan olahan susu rendah lemak ( $\geq 2$  porsi / hari) 24% (95% CI: 0,64, 0,91) lebih kecil kemungkinannya untuk mengalami menopause dini dibandingkan dengan wanita dengan asupan terendah ( $< 3$  porsi / bulan).Sebaliknya, tidak ada asosiasi diamati untuk asupan susu berlemak tinggi ( $\geq 2$  porsi / hari vs.  $< 3$  porsi / bulan HR: 1,03; 95% CI: 0,87, 1,23).

Menurut teori faktor gizi juga mempengaruhi *Menopause* lebih awal bisa dikarenakan mengonsumsi makanan yang sembarangan, dan kurangnya protein dalam tubuh dapat menyebabkan hormone ekstrogen terganggu (Baziad, 2003). Kalsium dalam tubuh secara teratur hilang melalui urin, feses, dan sel kulit mati. Kita harus terus-menerus menggantikan kehilangan ini melalui menu makan kita. Bahkan, makin kita tidak mengatur konsumsi kalsium, tubuh kita akan makin memaksa untuk menyerap kalsium dari tulang. Kondisi *Menopause* dini ini nantinya akan mempengaruhi juga pada penyakit *osteoporosis* yang lebih awal. Hal ini karenaberkurangnya produksi *hormone ekstrogen* yang mengurangi kemampuan observasi tubuh terhadap kalsium juga berkurang (Rosenthal, 2009).

Sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor gizi dapat mempengaruhi menopause dini dikarenakan konsumsi makanan yang sembarangan. Sehingga agar tidak terjadi menopause dini dapat dicegah dengan menerapkan pola hidup sehat seperti berhenti merokok, serta mengonsumsi makanan yang baik misalnya sejak masih muda rajin

mengonsumsi makanan sehat seperti mengonsumsi vitamin D, makanan olahan susu rendah lemak, dsb.

## **BAB 6**

### **RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA**

#### **6.1 Rencana Jangka Pendek**

Penelitian telah diselesaikan dengan baik dan tidak terdapat hambatan yang berarti dalam penyusunan hasil penelitian. Rencana tahapan berikutnya jangka pendek adalah Publikasi ilmiah pada jurnal nasional ber-ISSN dan ESSN minimal terakreditasi Sinta.

#### **6.1 Rencana Jangka Panjang**

Rencana jangka panjang yang diharapkan dari penelitian ini adalah hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan informasi dan pengetahuan dalam bidang kesehatan khususnya keperawatan maternitas untuk memperbaiki pelayanan dalam Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Menopause Dini.

## **BAB 7**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil studi literatur Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian menopause dini, didapatkan kesimpulan bahwa faktor terbesar yang mempengaruhi menopause dini dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor usia menarche, faktor paritas, faktor status gizi dan faktor gaya hidup. Sedangkan pada faktor kontrasepsi tidak mempengaruhi terjadinya menopause dini.

#### **7.2 SARAN**

1. Institusi

Dengan adanya hasil literatur review ini diharapkan dapat dijadikan landasan untuk melakukan penelitian yang berkaitan khususnya mengenai gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi menopause dini.

2. Wanita

Dengan adanya hasil literatur review ini diharapkan dapat memberikan informasi ke pada wanita di usia subur mengenai faktor yang mempengaruhi menopause dini sehingga wanita usia subur tidak merasa khawatir mengenai terjadinya menopause dini.

3. Peneliti Selanjutnya

Dengan adanya hasil literatur review ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi dan referensi serta diharapkan peneliti lebih membahas faktor-faktor lain yang mempengaruhi menopause dini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astikasari, N, D. (2019). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Menopause Dini di Desa Kalirejo Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang*. STIKES Surya Mitra Husada Kediri
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2012). *Survei Demografi Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementrian Nasional.
- Baziad, A., 2003. *Menopause dan Andropause*. Jakarta: Yayasan Binapustaka Sarwono Prawitohardjo.
- Cunningham, (2012). *Williams Obstetri*. Jakarta : EGC
- Fibrila., F., & Ridwan.,M. (2014). *Hubungan Usia Melahirkan Terakhir, Riwayat Pemakaian Kontrasepsi, Menarche Dengan Budaya Dengan Menopause*. Program Studi Kebidanan Metro Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.
- Hanasiwi.,I.,M., Pertiwi.,H.,W. (2015). *Hubungan Paritas dan Pemakaian KB Hormonal Dengan Usia Menopause*. Stikes Estu Utomo Boyolali.
- Johnson.,B.,R.,E., dkk. (2018). *Tingkat Hormonal Anti Mullerian Dan Kejadian Menopause Alami Dini Dalam Studi Prospektif*.
- Langton.,C.,R., dkk. (2019). *Asosiasi Paritas Dan Menyusui Dengan Risiko Menopause Alami Dini*.
- Manuaba, IB. (2005). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Archan
- Marlina.,R & Rahayu.,M.,A. (2017). *Pengaruh Usia Menarche, Paritas, Status Gizi, Dan Pemakain Alat Kontrasepsi Terhadap Kejadian Menopause Dini Pada Ibu Di Tirtajaya Kabupaten Karawang*.
- Mishra.,D.,G., dkk. (2017). *Menarche Dini, Multiparitas Dan Risiko Prematur Dan Menopause Alami*.
- Mulyani, N, S. (2013) *Menopause*. Yogyakarta:Nuha Medika.

- Nurningsih. 2012. *Hubungan Tingkat Menopause dengan Keluhan Wanita Saat Menopause di Kekurahan Cijantung Kecamatan Pasar Rebo Jakarta Timur Tahun 2012.*
- Notoatmodjo, Soekidjo 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugraha, Taufan & Utama. B., I. (2014). *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita.* Yogyakarta: Nuha Medika.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2010). *Ilmu Kandungan.* Jakarta : PT. Bina Pustaka
- Sarac.,F., dkk. (2011). *Hubungan Menopause Dini Dengan Pekerjaan, Merokok, Status Pwerkawinan Cerai dan Tingkat Leptin Yang Rendah.*
- Spencer, R,F., P. Brown, 2007. *Simple Guide Menopause,* Jakarta; Penerbit Erlangga: 38-45.
- Smithe.,A.,C.,P., dkk. (2018). *Studi Prospektif Asupan Makanan Susu dan Menopause Dini.*
- Withcomb.,B.,W.,dkk. (2017). *Merokok dan Risiko Menopause Alami Dini.*

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Laporan Keuangan Penelitian

NO	HONOR KEGIATAN	VOLUME	SATUAN	JUMLAH	TOTAL
1	Honorarium Tim Peneliti (Ketua)	1	Orang	Rp 500.000,00	Rp 500.000,00
2	Honorarium Tim Peneliti (Anggota 1)	1	Orang	Rp 500.000,00	Rp 500.000,00
3	Honorarium Tim Peneliti (Anggota 2)	1	Orang	Rp 500.000,00	Rp 500.000,00
4	Honorarium Asisten Peneliti	2	Orang	Rp 500.000,00	Rp 1.000.000,00
Sub Total					Rp 2.500.000,00
NO	BELANJA BAHAN HABIS	VOLUME	SATUAN	JUMLAH	TOTAL
1	Kertas HVS	4	Rim	Rp 48.600,00	Rp 194.400,00
2	Tinta Printer Epson Black	1	Botol	Rp 122.600,00	Rp 122.600,00
3	Tinta Printer Epson Cyan, Magenta, Yellow	3	Botol	Rp 105.000,00	Rp 315.000,00
4	Data Kuota Internet (Pulsa 100 ribu)	3	Orang	Rp 101.000,00	Rp 303.000,00
5	Bolpoin	11	Box	Rp 20.000,00	Rp 220.000,00
6	Bolpoin tebal	2	Buah	Rp 16.500,00	Rp 33.000,00
7	Map Coklat	3	Lusin	Rp 32.000,00	Rp 29.000,00
8	Map L Transparan	3	Lusin	Rp 27.500,00	Rp 82.500,00
9	Map Kancing tebal	8	Buah	Rp 12.300,00	Rp 98.400,00
10	Boxfile	3	Buah	Rp 18.900,00	Rp 56.700,00
11	Lem	3	Buah	Rp 7.800,00	Rp 23.400,00
12	Souvenir Asisten Peneliti (Set ATK dan Tas)	2	Buah	Rp 153.000,00	Rp 306.000,00
13	Parcel buah	5	Paket	Rp 56.500,00	Rp 282.500,00
14	Paper bag packing	110	Buah	Rp 2.500,00	Rp 275.000,00
15	Botol Souvenir Responden	75	Buah	Rp 22.500,00	Rp 1.687.500,00
16	Penggandaan Kuisisioner	100	Eksemplar	Rp 4.500,00	Rp 450.000,00
17	Penggandaan Penjelasan penelitian	100	Eksemplar	Rp 3.700,00	Rp 370.000,00
18	X-Banner	2	Buah	Rp 268.000,00	Rp 536.000,00
19	Absensi Kegiatan Penelitian	1	Paket	Rp 15.000,00	Rp 15.000,00
20	Penggandaan Laporan	2	Eksemplar	Rp 75.000,00	Rp 150.000,00
Sub Total					Rp 5.550.000,00
NO	Lain-lain	VOLUME	SATUAN	JUMLAH	TOTAL
1	Perjalanan Belanja Alat dan Bahan	6	Kali	Rp 50.000,00	Rp 300.000,00
2	Perjalanan Melakukan Penelitian	5	Kali	Rp 100.000,00	Rp 500.000,00
3	Publikasi Jurnal	1	Kali	Rp 1.700.000,00	Rp 1.700.000,00
4	Profread	1	Paket	Rp 800.000,00	Rp 800.000,00

5	Etik Penelitian	1	Paket	Rp 350.000,00	Rp 350.000,00
6	Publikasi di Media Massa	2	Kali	Rp 250.000,00	Rp 500.000,00
Sub Total					Rp 3.950.000,00
<b>TOTAL PENGELUARAN</b>					<b>Rp 12.200.000,00</b>



## Lampiran 2 Jadwal Pelaksanaan Penelitian

No	Kegiatan	Bulan Desember - Juni					
		1	2	3	4	5	6
1	Mengadakan pertemuan awal antara ketua dan Asisten Penelitian						
2	Menetapkan rencana jadwal kerja dan Menetapkan pembagian kerja						
3	Menetapkan desain penelitian dan Menentukan instrument penelitian						
4	Pengurusan Etik Penelitian						
5	Mengurus perijinan penelitian dan persiapan awal penelitian						
6	Mempersiapkan dan menyediakan bahan dan peralatan penelitian						
7	Melaksanakan penelitian dan pengambilan data penelitian						
8	Menyusun dan mengisi format tabulasi dan membahas data hasil penelitian						
9	Melakukan analisis data dan menyusun hasil penelitian serta membuat kesimpulan						
10	Menyusun Manuskrip hasil penelitian						
11	Menyusun laporan penelitian dan laporan keuangan						