

Hubungan Usia *Menarche*, Paritas dan Kontrasepsi Oral dengan Usia Menopause di Desa Tanjung Tebat Lahat

The Relationship between Menarche Age, Parity and Oral Contraception with Menopause Age at Tanjung Tebat Village Lahat

¹Sri Wahyuni, ²Siti Aisyah, ³Satra Yunola
^{1,2,3}Universitas Kader Bangsa Palembang, Indonesia
Email: yuniw070@gmail.com

Submisi: 25 Juni 2023; Penerimaan: 12 Januari 2023; Publikasi 28 Februari 2023

Abstrak

World Health Organization (WHO) tahun 2014 mendata jumlah wanita di seluruh dunia yang akan memasuki masa menopause dengan usia di atas 50 tahun diperkirakan mencapai 1,2 miliar wanita. Sekitar 80% tinggal di negara berkembang dan setiap tahunnya populasi wanita meningkat sekitar 3%. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Uji statistik yang digunakan adalah uji *chi-square*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua wanita yang telah mengalami menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat dengan total 96 responden dan sampel yaitu total populasi. Analisis univariat didapatkan hasil dari 96 responden yang diteliti, ada 24 responden (25,0%) yang usia menopausenya cepat, usia *menarche* lambat sebanyak 37 responden (38,5%), paritas resiko rendah sebanyak 69 responden (71,9%), dan yang tidak menggunakan kontrasepsi oral sebanyak 25 responden (26,0%). Hasil pengujian tersebut didapatkan hasil bahwa ada hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan usia menopause $p \text{ value } 0,002 < \alpha = 0,05$, untuk paritas tidak ada hubungan yang bermakna antara paritas dengan usia menopause $p \text{ value } = 0,359 > \alpha = 0,05$ dan ada hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi oral dengan usia menopause $p \text{ value } = 0,022 < \alpha = 0,05$. Hasil penelitian ini diharapkan untuk dapat mengurangi ketidaknyamanan yang terjadi ketika ibu nantinya sudah menopause.

Kata kunci: Kontrasepsi Oral, *Menarche*, Menopause, Paritas,

Abstract

World Health Organization (WHO), in 2014, the number of women all around the world who will enter menopause time in range age more than 50 estimated reach 1,2 million. Around 80% from developing countries and each year the population of women increase to 3%. The method used in this study was analytic survey with cross sectional approach. The statistical test was chi-square test. The population of this study was all menopause women at Tanjung Tebat Village, South Lahat District 2021 with total number of 96 respondents and the sample was the total of population. The univariate analysis showed that of 96 respondents studied, there was 24 respondents (25.0%) had quick menopause age, whose with slow menarche age was 37 respondents (38.5%), whose with low risk parity was 69 respondents (71.9%), and whose did not use oral contraception was 25 respondents (26.0%). The result showed that there was significant relationship between menarche age and menopause age $p \text{ value } 0.002 < \alpha = 0.05$, there was no significant relationship between parity and menopause age $p \text{ value } = 0.359 < \alpha = 0.05$, and there was significant relationship between the use of oral contraception and menopause age $p \text{ value } = 0.022 < \alpha = 0.05$. The results of this study are expected to decrease the inconvenience that might be happen when women getting menopause.

Keywords : Oral Contraception, Menarche, Menopause, Parity

Pendahuluan

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2014 jumlah wanita di seluruh dunia yang akan memasuki masa menopause dengan usia di atas 50 tahun diperkirakan mencapai 1,2 miliar wanita. Sekitar 80% tinggal di negara berkembang dan setiap tahunnya populasi wanita meningkat sekitar 3%. Sementara perkiraan umur rata-rata usia menopause di Indonesia adalah 48 tahun, hal ini akan menyebabkan jumlah wanita yang mengalami menopause semakin banyak (Depkes RI, 2016). Di Indonesia dari rata-rata usia menopause 47 tahun sebelum tahun 2015, pada tahun 2019 rata-rata usia menopause menjadi 51 tahun (SDKI, 2020). Jumlah penduduk Indonesia menurut kelompok umur tahun 2017 jumlah perempuan menurut umur 40-59 tahun yaitu sebesar 31.192.717 jiwa, tahun 2018 yaitu sebesar 31.950.835 jiwa, dan tahun 2019 jumlah perempuan menurut umur 40 – 59 tahun yaitu sebesar 32.734.279 jiwa (Kemenkes RI, 2019). Jumlah penduduk Provinsi Sumatera Selatan menurut kelompok umur tahun 2016 jumlah perempuan menurut umur 40 – 59 tahun yaitu sebesar 853.099 jiwa, tahun 2017 yaitu sebesar 902.629 jiwa, dan tahun 2018 yaitu sebesar 928.644 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Sumsel, 2018). Jumlah penduduk Kabupaten Lahat menurut kelompok umur tahun 2018 jumlah perempuan menurut umur 40 – 59 tahun yaitu sebesar 46.884 jiwa, tahun 2019 yaitu sebesar 48.038 jiwa, dan tahun 2020 yaitu sebesar 49.206 jiwa (Badan Pusat Statistik Provinsi Sumsel, 2021).

Menopause akan dihadapi dalam kehidupan wanita seiring dengan bertambahnya usia. Menopause bukanlah suatu penyakit atau kelainan dan terjadi pada akhir siklus menstruasi terakhir. Hal ini disebabkan karena pembentukan hormon estrogen dan progesteron dari ovarium wanita berkurang, ovarium berhenti melepas sel telur sehingga aktivitas menstruasi berkurang dan akhirnya berhenti sama sekali. Pada masa ini terjadi penurunan jumlah hormon estrogen

yang sangat penting untuk mempertahankan kerja tubuh (Proverawati, 2017). Faktor yang mempengaruhi kapan seorang wanita mengalami menopause yaitu usia haid pertama kali (*menarche*), jumlah anak, usia melahirkan, faktor psikis, wanita dengan histerektomi, pemakaian kontrasepsi, merokok, sosial ekonomi, budaya dan lingkungan (Kumalasari dan Iwan Andyantoro, 2016). Wanita yang terlambat mendapatkan menstruasi pada usia 16 atau 17 tahun justru akan mengalami menopause lebih dini, sedangkan mereka yang haid lebih dini seringkali akan mengalaminya sampai pada usia mencapai 50 tahun. Ada pola keluarga yang berlaku secara umum, bagi seorang wanita yang ibu atau kakak perempuannya lebih dini mengalami menopause maka ia juga cenderung mengalami hal yang sama, begitu pula sebaliknya (Ratna *et al.*, 2016).

Hubungan antara usia *menarche* dengan usia menopause pada wanita di Kecamatan Kakas Sulawesi Utara tahun 2014, didapatkan hasil berdasarkan analisis bivariat diketahui nilai sig adalah 0,043 dengan nilai $\alpha = 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara usia *menarche* dengan usia menopause (Senolinggi *et al.*, 2015). Semakin sering seorang wanita melahirkan maka semakin tua atau lama wanita tersebut memasuki masa menopause, hal ini dikarenakan kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi bahkan akan memperlambat proses penuaan tubuh (Manuaba, 2017; Srimiyati *et al.*, 2018). Hubungan usia *menarche* dan paritas terhadap usia menopause pada wanita di RW 28 Dusun Panjen Wedomertani Ngemplak Sleman Yogyakarta, didapatkan hasil ada hubungan antara jumlah paritas dengan usia menopause diperoleh nilai $p\text{-value } 0,018 < \alpha 0,05$ (Soro *et al.*, 2017). Menopause disebabkan karena tidak lagi ada produksi hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh, kontrasepsi hormonal mengandung kombinasi hormon yaitu estrogen dan progesteron yang menekan fungsi indung telur sehingga tidak memproduksi sel telur dan mencegah ovulasi.

Oleh karena itu, sesuai dengan teori bahwa responden yang memiliki riwayat menggunakan kontrasepsi hormonal akan lebih lama atau tua memasuki masa menopause karena terpapar oleh hormon estrogen dan progesteron (Proverawati, 2017).

Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan usia menopause di Puskesmas Mekar Kota Kendari tahun 2020, didapatkan hasil usia menopause dalam kategori normal terbanyak pada tidak pernah menggunakan KB oral sebanyak 26 orang (35,6%) sedangkan usia menopause dalam kategori lambat terbanyak pada pernah menggunakan kontrasepsi oral sebanyak 14 orang (19,2%). Hasil analisis data menyatakan bahwa ada hubungan antara riwayat penggunaan kontrasepsi oral dengan usia menopause pada wanita di Puskesmas Mekar Kota Kendari *p value* 0,024 (Kartini, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat, dari 10 orang yang telah di wawancarai 3 mengatakan bahwa mereka memiliki usia *menarche* lebih cepat yaitu pada usia 13 tahun dan mereka mengalami menopause pada usia sekitar 56 tahun. Sedangkan 3 orang lain mengatakan bahwa mereka mempunyai anak lebih dari 3, dan mereka menopause pada usia kurang dari 40 tahun. Dari 4 orang lagi mengatakan bahwa mereka pengguna kb hormonal yaitu pil dan suntik, mereka mengalami menopause pada usia lebih cepat yaitu di atas 40 tahun. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan usia *menarche*, paritas dan penggunaan kontrasepsi oral dengan usia menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat Tahun 2021.

Metode Penelitian

Penelitian ini bersifat kuantitatif menggunakan metode *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua wanita yang telah mengalami menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat pada bulan Januari – Juni yaitu 96 orang. Penelitian ini dilakukan di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat, sampel berjumlah 96 responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *non random sampling* dengan teknik *accidental sampling*, data diperoleh melalui wawancara langsung kepada responden yang menopause dengan menggunakan kuesioner. Usia menopause (cepat jika menstruasi berhenti pada usia ibu <40 tahun dan normal jika usia ibu berhenti pada usia 40-58 tahun), usia *menarche* (lambat jika mendapatkan *menarche* pada usia >16 tahun dan cepat jika mendapatkan *menarche* pada usia 12 – 16 tahun), paritas (risiko rendah jika paritas ≤ 3 dan risiko tinggi jika paritas >3), dan penggunaan kontrasepsi oral (tidak jika ibu tidak menggunakan kontrasepsi oral dan ya jika ibu menggunakan kontrasepsi oral). Teknik analisis data dengan menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Univariat

Berdasarkan hasil penelitian pada analisa univariat terhadap variabel usia menopause, usia *menarche*, paritas dan penggunaan kontrasepsi oral di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat Tahun 2021 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Menurut Usia Menopause, Usia *Menarche*, Paritas dan Penggunaan Kontrasepsi Oral di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat Tahun 2021

No.	Variabel	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Usia Menopause:		
	1. Cepat	24	25,0
	2. Normal	72	75,0
	Jumlah	96	100
2.	Usia <i>Menarche</i> :		
	1. Lambat	37	38,5
	2. Cepat	59	61,5

No.	Variabel	Frekuensi (f)	Presentase (%)
	Jumlah	96	100
3.	Paritas:		
	1. Risiko Rendah	69	71,9
	2. Risiko Tinggi	27	28,1
	Jumlah	967	100
4.	Penggunaan Kontrasepsi Oral:		
	1. Tidak	25	26,0
	2. Ya	71	74,0
	Jumlah	96	100

Berdasarkan tabel 1 diatas diperoleh hasil distribusi frekuensi dari 96 responden, ada 24 responden (25,0%) yang usia menopausenya cepat, lebih kecil dari responden yang usia menopausenya normal sebanyak 72 responden (75,0%), usia *menarache* lambat sebanyak 37 responden (38,5%) lebih kecil dari usia *menarache* cepat sebanyak 59 responden (61,5%), yang paritas risiko rendah sebanyak 69 responden (71,9%) lebih besar dari yang paritas risiko tinggi sebanyak 27

responden (28,1%), dan yang tidak menggunakan kontrasepsi oral sebanyak 25 responden (26,0%) lebih kecil dari yang menggunakan kontrasepsi oral sebanyak 71 responden (74,0%).

Hasil Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian pada analisa bivariat terhadap hubungan antara variabel independen dengan:

Tabel 2. Hubungan antara Variabel Independen dengan Variabel Dependen

No.	Usia Menarache	Usia Menopause				Jumlah		p value	OR
		Ya		Tidak		N	%		
		n	%	n	%				
1.	Lambat	16	43,2	21	56,8	37	100	0,002	4,857
2.	Cepat	8	13,6	51	86,4	59	100		
	Total	24	56,8	72	43,2	96	100		

No.	Paritas	Usia Menopause				Jumlah		p value	OR
		Ya		Tidak		N	%		
		n	%	n	%				
1.	Resiko Rendah	15	21,7	54	78,3	69	100	0,359	0,556
2.	Resiko Tinggi	9	33,3	18	66,7	27	100		
	Total	24	65,0	72	35,0	96	100		

No.	Penggunaan Kontrasepsi Oral	Usia Menopause				Jumlah		p value	OR
		Ya		Tidak		N	%		
		n	%	n	%				
1.	Ya	11	44,0	14	56,0	25	100	0,022	3,505
2.	Tidak	13	18,3	58	81,7	71	100		
	Total	24	62,3	72	37,7	96	100		

Hubungan Usia *Menarache* dengan Usia Menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat Tahun 2021

Penelitian ini dilakukan pada 96 responden di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021 dibagi menjadi dua kategori yaitu lambat (jika mendapatkan *menarache* pada usia >16 tahun) dan cepat (jika mendapatkan *menarache* pada usia 12 – 16 tahun). Hasil penelitian pada analisis univariat dapat dilihat bahwa dari 96 responden yang diteliti, usia *menarache* lambat sebanyak 37 responden (38,5%) lebih kecil dari usia *menarache* cepat sebanyak 59

responden (61,5%). Hasil analisis bivariat dapat dilihat bahwa dari 37 responden yang usia *menarachenya* lambat dan usia menopausenya cepat sebanyak 16 responden (43,2%) lebih sedikit dari responden yang usia *menarachenya* lambat dan usia menopausenya normal sebanyak 21 responden (56,8%). Total dari 59 responden yang usia *menarachenya* cepat sebanyak 8 responden (13,6%) yang usia menopausenya cepat lebih sedikit dari responden yang usia *menarachenya* cepat dan usia menopausenya normal sebanyak 51 responden (86,4%).

Hasil uji *chi-square* didapat nilai p.value 0,002 < α = 0,05. Hal ini berarti ada

hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan usia menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021. Hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara usia *menarche* dengan usia menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021 terbukti secara statistik. Nilai *odds ratio* didapat 4,857 artinya yang usia *menarchenya* lambat memiliki peluang 4,857 kali lebih besar menyebabkan usia menopause cepat dibandingkan dengan yang usia *menarchenya* cepat. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa semakin muda seorang mengalami menstruasi pertama kalinya, semakin tua atau lama ia memasuki masa menopause (Kumalasari *et al.*, 2016). Semakin cepat seseorang seorang wanita mengalami haid pertama kalinya, semakin cepat juga wanita memasuki masa menopause dan semakin lambat wanita mengalami haid pertama kalinya, semakin lambat juga wanita memasuki masa menopause (Kusmiran, 2016).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang berjudul analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan usia menopause di Puskesmas Mekar Kota Kendari tahun 2020. Didapatkan hasil usia menopause dalam kategori normal terbanyak pada usia 12-14 tahun sebanyak 27 orang (37,0%) sedangkan usia menopause dalam kategori lambat terbanyak pada usia < 12 tahun sebanyak 15 orang (20,5%). Hasil analisis data menyatakan bahwa ada hubungan antara usia *menarche* dengan usia menopause pada wanita di Puskesmas Mekar Kota Kendari *p value* 0,001 (Kartini, 2020). Berdasarkan asumsi peneliti semakin cepat seseorang mengalami *menarche* maka semakin lambat pula seseorang wanita mengalami menopause, hal ini disebabkan karena organ reproduksi berfungsi dengan baik dan hormon yang dimiliki seorang stabil sehingga mempercepat *menarche* dan memperlambat menopause.

Hubungan Paritas dengan Usia Menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat Tahun 2021

Penelitian ini dilakukan pada 96 responden di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021 dibagi menjadi dua kategori risiko rendah (jika paritas ≤ 3), dan risiko tinggi (jika paritas > 3). Hasil penelitian pada analisis univariat dapat dilihat bahwa dari 96 responden yang diteliti, yang paritas risiko rendah sebanyak 69 responden (71,9%) lebih besar dari yang paritas risiko tinggi sebanyak 27 responden (28,1%). Hasil analisis bivariat dapat dilihat bahwa dari 69 responden yang paritas risiko rendah dan usia menopausenya cepat sebanyak 15 responden (21,7%) lebih sedikit dari responden yang paritas risiko rendah dan usia menopausenya normal sebanyak 54 responden (78,3%). Total dari 27 responden yang paritas risiko tinggi sebanyak 9 responden (33,3%) yang usia menopausenya cepat lebih sedikit dari responden yang paritas risiko tinggi dan usia menopausenya normal sebanyak 18 responden (66,7%). Hasil uji *chi-square* didapat nilai *p value* 0,359 $> \alpha = 0,05$. Hal ini berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara paritas dengan usia menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021. Hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara paritas dengan usia menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021 tidak terbukti secara statistik. Nilai *odds ratio* didapat 0,556 artinya yang paritas risiko rendah memiliki peluang 0,556 kali lebih besar menyebabkan usia menopause cepat dibandingkan dengan yang paritas risiko tinggi.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa semakin sering seorang wanita melahirkan maka semakin tua atau lama wanita tersebut memasuki masa menopause, hal ini dikarenakan kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi bahkan akan memperlambat proses penuaan tubuh (Manuaba, 2017). Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang berjudul hubungan usia *menarche* dan paritas terhadap usia menopause pada wanita di RW 28 Dusun Panjen Wedomertani Ngemplak Sleman

Yogyakarta. Didapatkan hasil ada hubungan antara jumlah paritas dengan usia menopause diperoleh nilai $p\text{-value } 0,018 < \alpha 0,05$ (Soro *et al.*, 2017). Berdasarkan asumsi peneliti tidak semua ibu yang memiliki paritas dengan risiko rendah akan membuat ibu mengalami menopause lebih cepat, banyak faktor lain yang bisa mempengaruhi ibu untuk mengalami menopause lebih cepat seperti usia ibu, penggunaan kontrasepsi, usia *menarche*, pola nutrisi dan lain sebagainya.

Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Oral dengan Usia Menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat Tahun 2021

Penelitian ini dilakukan pada 96 responden di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021 dibagi menjadi dua kategori yaitu tidak (jika ibu tidak menggunakan kontrasepsi oral) dan ya (jika ibu menggunakan kontrasepsi oral). Hasil penelitian pada analisis univariat dapat dilihat bahwa dari 96 responden yang diteliti, yang tidak menggunakan kontrasepsi oral sebanyak 25 responden (26,0%) lebih kecil dari yang menggunakan kontrasepsi oral sebanyak 71 responden (74,0%). Hasil analisis bivariat dapat dilihat bahwa dari 25 responden yang tidak menggunakan kontrasepsi oral dan usia menopausenya cepat sebanyak 11 responden (44,0%) lebih sedikit dari responden yang tidak menggunakan kontrasepsi oral dan usia menopausenya normal sebanyak 14 responden (56,0%). Total dari 71 responden yang menggunakan kontrasepsi oral sebanyak 13 responden (17,8%) yang usia menopausenya cepat lebih sedikit dari responden yang menggunakan kontrasepsi oral dan usia menopausenya normal sebanyak 58 responden (81,7%).

Hasil uji *chi-square* didapat nilai $p\text{ value } 0,022 < \alpha = 0,05$. Hal ini berarti ada hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi oral dengan usia menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021. Hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara penggunaan kontrasepsi oral dengan usia menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021 terbukti secara

statistik. Nilai *odds ratio* didapat 3,505 artinya yang menggunakan kontrasepsi oral memiliki peluang 3,505 kali lebih besar menyebabkan usia menopause lambat dibandingkan dengan yang tidak menggunakan kontrasepsi oral. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa wanita yang memakai riwayat kontrasepsi hormonal cenderung mengalami menopause lebih lambat, ini terjadi karena responden masih mendapatkan suplai hormon dari kontrasepsi yang dipakai sehingga mengalami menopause lebih lambat (Pertiwi, 2017).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang berjudul hubungan penggunaan kontrasepsi pil dengan usia menopause di Kota Depok tahun 2012. Didapatkan hasil proporsi wanita menggunakan kontrasepsi pil ≥ 5 tahun dan menopause di sebelum 49 tahun ada 46,6%, proporsi wanita yang menggunakan kontrasepsi pil < 5 tahun dan menopause sebelum 49 tahun ada 45,7%, proporsi wanita tidak pernah menggunakan kontrasepsi pil dan menopause sebelum usia 49 tahun ada 51,1%. Tidak ada hubungan antara penggunaan kontrasepsi pil dengan usia menopause $p\text{ value } 0,78 < 0,05$ (Fitriyani, 2013). Berdasarkan asumsi peneliti kontrasepsi jenis hormonal bekerja dengan cara menekan fungsi indung telur sehingga tidak memproduksi sel telur. Pada wanita yang menggunakan kontrasepsi ini akan lebih lama atau tua memasuki menopause.

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Tidak ada hubungan usia *menarche*, paritas, dan penggunaan kontrasepsi oral secara simultan dengan usia menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021. Ada hubungan usia *menarche* secara parsial dengan usia menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021. Tidak ada hubungan paritas secara parsial dengan usia menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021. Ada hubungan

penggunaan kontrasepsi oral secara parsial dengan usia menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2021.

Saran

Bagi Ibu Menopause di Desa Tanjung Tebat Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat

Diharapkan kepada ibu yang sudah menopause untuk tetap mengkonsumsi makanan yang bergizi, rutin berolahraga, serta istirahat yang cukup untuk mengurangi ketidaknyamanan yang ditimbulkan dari menopause itu sendiri.

Bagi Universitas Kader Bangsa Palembang

Diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan bahan kepustakaan untuk dapat meningkatkan kualitas pendidikan bagi mahasiswi khususnya Program Studi Diploma IV Kebidanan Universitas Kader Bangsa dan mahasiswi kesehatan lain pada umumnya.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini sebagai bahan acuan bagi peneliti yang akan datang yang ingin melakukan penelitian terhadap usia menopause dengan variabel yang berbeda dan sampel yang lebih banyak lagi sebagai upaya mengurangi ketidaknyamanan yang terjadi ketika ibu nantinya sudah menopause.

Ucapan Terimakasih

Endang Hermanto, SH suamiku tercinta yang selalu memberiku dukungan dan bimbingan dalam segala hal yang baik; Fakhri dan Fadhlun anakku tersayang yang selalu menjadi semangat dan inspirasiku; Orang tua dan mertuaku, yang tak putus memberikan doanya untuk kesuksesanku ; Keluarga besar H. Sayuti yang selalu ada untukku; Ibu Hj. Siti Aisyah, S.Psi., SST., M.Kes dan Ibu Satra Yunola, SST., M.Kes sebagai pembimbing skripsiku yang selalu sabar memberikan petunjuk dan bimbingan untukku; Teman seperjuanganku 4 sekawan yang selalu beda pendapat namun satu tujuan ; Untuk Elza Pranova, SST., M.Kes guru privatku yang selalu sabar memberikan aku ilmu tentang metodologi penelitian dan Almamaterku

Referensi

- Dinkes Provinsi Sumatera Selatan. 2018. *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2018*. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan.
- Fitriyani, Ratna Djuwita. *Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Pil dengan Usia Menopause*. 8 (4) : 187-192.
- Kartini. 2020. *Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Usia Menopause*. 12 (1) : 86-98.
- Kemenkes RI. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Kemenkes RI.
- Kumalasari, Intan dan Iwan Andhyantoro. 2016. *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Salemba Medika.
- Kusmiran, Eny. 2016. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika.
- Manuaba, I.B.G. 2017. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta : EGC.
- Pertiwi. 2017. *Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Usia Menopause*. 12 (1) : 86-98.
- Proverawati, A. 2017. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Ratna A, dkk. *Hubungan Menarche terhadap Menopause di Kecamatan Lalabata Kabupaten Soppeng Sulawesi Selatan*. 3 (2) : 21-30.
- SDKI. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Kemenkes RI.
- Senolinggi, Mutiara Aprilia dkk. *Hubungan antara Usia Menarche dengan Usia Menopause Wanita di Kecamatan Kakas Sulawesi Utara tahun 2014*. 3 (1) : 138-142.
- Soro, Oktaviana Chelly. *Hubungan Usia Menarche dan Paritas terhadap Usia Menopause pada Wanita di RW 28 Dusun Panjen Wedomertani Ngemplak Slema Yogyakarta*. 4 (1) : 128-132.
- Srimiyati, S., Hardika, B. D., Susanty, A., Surani, V., & Resta, N. A. (2018). Penguatan Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Abdimas Musi Charitas*, 2(1), 17-21.