

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Menopause

2.1.1 Definisi Menopause

Menopause didefinisikan oleh WHO sebagai penghentian menstruasi secara permanen akibat hilangnya aktivitas folikular ovarium. Setelah 12 bulan amenorea berturut-turut, periode menstruasi terakhir secara retrospektif ditetapkan sebagai saat menopause (Kuncara, 2007).

Menopause adalah berhentinya secara fisiologis siklus menstruasi yang berkaitan dengan tingkat lanjut usia perempuan. Seorang wanita yang mengalami menopause alamiah sama sekali tidak dapat mengetahui apakah saat menstruasi tertentu benar-benar merupakan menstruasinya yang terakhir sampai satu tahun berlalu (Wijayanti, 2009).

Menopause adalah suatu fase dari kehidupan wanita yang ditandai dengan berakhirnya menstruasi dan berhentinya fungsi reproduksi,

namun seorang wanita dikatakan telah mengalami menopause setelah dia tidak mengalami menstruasi minimal selama 12 bulan. Semakin sedikit folikel berkembang, semakin kurang pembentukan hormon di ovarium, yaitu hormon progesteron dan estrogen. Haid akan menjadi tidak teratur hingga akhirnya endometrium akan kehilangan rangsangan hormon estrogen. Lambat laun haid pun berhenti yang disebut proses menopause (Kasdu, 2002).

Menurut Prawirohardjo (2008), menopause merupakan suatu akhir proses biologis dari siklus menstruasi yang terjadi karena penurunan hormon estrogen yang dihasilkan ovarium. Menopause mulai pada umur yang berbeda umumnya adalah sekitar umur 50 tahun.

Menopause adalah haid terakhir, atau saat terjadinya haid terakhir. Diagnosis menopause dibuat setelah terdapat amenorea sekurang-kurangnya satu tahun. Berhentinya haid dapat didahului oleh siklus haid yang lebih panjang, dengan perdarahan yang berkurang (Sastrawinata, 2004).

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa menopause merupakan berhentinya menstruasi yang permanen, sekurang-kurangnya satu tahun.

2.1.2 Batasan Usia Menopause

Ratna (2014) menemukan bahwa usia wanita menopause terbanyak adalah umur 45-54 tahun (73,1%) dengan usia rata-rata yaitu 50 tahun. Menurut Prawirohardjo (2008), menopause mulai pada umur 50-51 tahun dengan usia menopause yang relatif sama antara di Indonesia maupun negara-negara Barat dan Asia yaitu sekitar 50 tahun. Perempuan biasanya mengalami menopause pada usia 40-58 tahun, dengan usia rata-rata menjadi 51 tahun (Kasdu, 2002). Sehingga dapat disimpulkan bahwa usia rata-rata menopause adalah 50 tahun.

2.1.3 Fase Klimakterium

Menurut Sastrawinata (2004), klimakterium merupakan masa peralihan antara masa reproduksi dan masa senium. Bagian klimakterium sebelum menopause disebut pramenopause dan bagian sesudah menopause disebut pascamenopause. Klimakterium bukan suatu keadaan patologik, melainkan suatu masa peralihan yang normal. Fase Klimakterium terbagi dalam beberapa fase:

i. Pramenopause

Yaitu masa 4-5 tahun sebelum menopause, sekitar usia 40 tahun dengan dimulainya siklus haid yang tidak teratur, memanjang, sedikit, atau banyak, yang kadang-kadang disertai dengan rasa

nyeri. Pada wanita tertentu telah muncul keluhan vasomotorik atau keluhan sindroma prahaid. Dari hasil analisis hormonal dapat ditemukan kadar FSH dan estrogen yang tinggi atau normal. Kadar FSH yang tinggi dapat mengakibatkan terjadinya stimulasi ovarium yang berlebihan sehingga kadang-kadang dijumpai kadar estrogen yang sangat tinggi. Keluhan yang muncul pada fase pramenopause ini ternyata dapat terjadi baik pada keadaan sistem hormon yang normal maupun tinggi.

ii. Menopause

Setelah memasuki usia menopause selalu ditemukan kadar FSH yang tinggi (>35 mIU/ml). Pada awal menopause kadang-kadang kadar estrogen rendah. Pada wanita gemuk, kadar estrogen biasanya tinggi. Bila seorang wanita tidak haid selama 12 bulan dan dijumpai kadar FSH >35 mIU/ml dan kadar estradiol <30 pg/ml, maka wanita tersebut dapat dikatakan telah mengalami menopause.

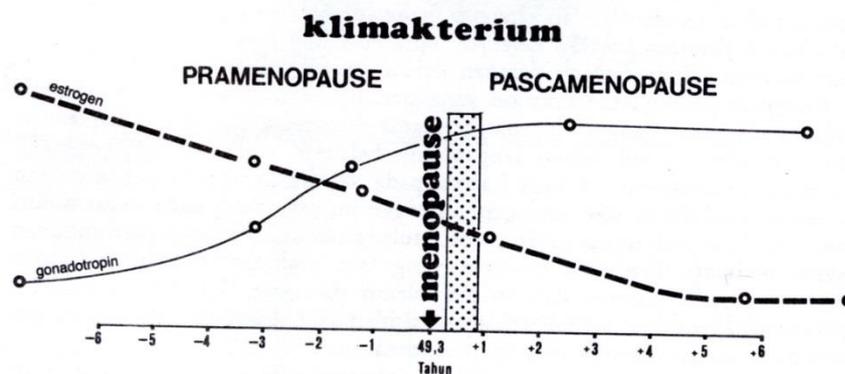
iii. Pascamenopause

Yaitu masa 3-5 tahun setelah menopause. Pasca menopause adalah masa setelah menopause sampai senium yang dimulai setelah 12 bulan amenorea. Kadar FSH dan LH sangat tinggi (>35 mIU/ml) dan kadar estradiol yang rendah mengakibatkan endometrium menjadi atropi sehingga haid tidak mungkin terjadi lagi. Namun, pada wanita yang gemuk masih dapat ditemukan kadar estradiol yang tinggi. Hampir semua wanita

pasca menopause umumnya telah mengalami berbagai macam keluhan yang diakibatkan oleh rendahnya kadar estrogen.

iv. Senium

Yaitu masa sesudah pascamenopause, ketika telah tercapai keseimbangan baru dalam kehidupan wanita, sehingga tidak ada lagi gangguan vegetatif maupun psikis.



Gambar 1. Perubahan hormon pada fase klimakterium (Sastrawinata, 2004).

2.1.4 Fisiologi Menopause

Pada usia 40-50 tahun, siklus seksual biasanya menjadi tidak teratur, dan ovulasi sering tidak terjadi. Sesudah beberapa bulan sampai beberapa tahun, siklus terhenti sama sekali. Periode ketika siklus terhenti dan hormon-hormon kelamin wanita menghilang dengan cepat sampai hampir tidak ada disebut sebagai menopause.

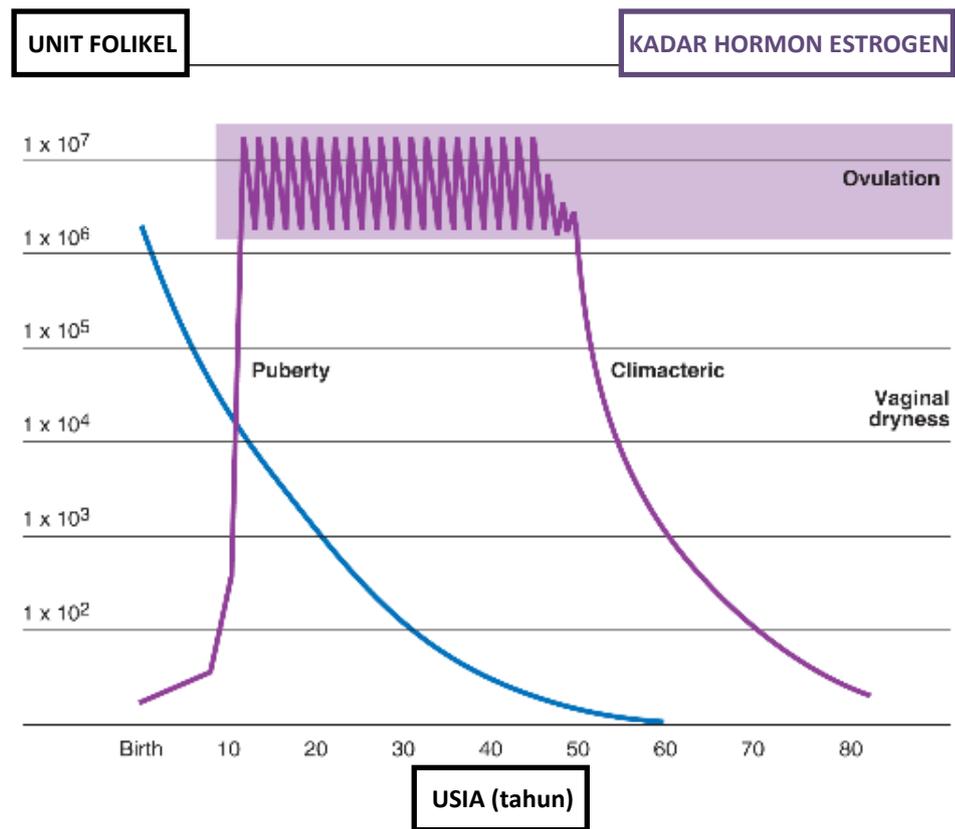
Penyebab menopause adalah “matinya” (*burning out*) ovarium. Sepanjang kehidupan seksual seorang wanita, kira-kira 400 folikel

primordial tumbuh menjadi folikel matang dan berovulasi, dan beratus-ratus dari ribuan ovum berdegenerasi. Pada usia sekitar 45 tahun, hanya tinggal beberapa folikel-folikel primordial yang akan dirangsang oleh FSH dan LH, dan produksi estrogen dari ovarium berkurang sewaktu jumlah folikel primordial mencapai nol. Ketika produksi estrogen turun di bawah nilai kritis, estrogen tidak lagi menghambat produksi gonadotropin FSH dan LH. Sebaliknya, gonadotropin FSH dan LH (terutama FSH) diproduksi sesudah menopause dalam jumlah besar dan kontinu, tetapi ketika folikel primordial yang tersisa menjadi atretik, produksi estrogen oleh ovarium turun secara nyata menjadi nol (Guyton, 2011).

Bertolak belakang dengan keyakinan umum, kadar estrogen perempuan sering relatif stabil atau bahkan meningkat di masa pramenopause. Kadar itu tidak berkurang selama kurang dari satu tahun sebelum periode menstruasi terakhir. Sebelum menopause, estrogen utama yang dihasilkan tubuh seorang wanita adalah estradiol. Namun selama masa pramenopause, tubuh wanita mulai menghasilkan lebih banyak estrogen dari jenis yang berbeda, yang dinamakan estron, yang dihasilkan di dalam indung telur maupun dalam lemak tubuh. Kadar testosteron biasanya tidak turun secara nyata selama pramenopause. Kenyataannya, indung telur pascamenopause dari kebanyakan wanita mengeluarkan testosteron

lebih banyak daripada indung telur pramenopause. (Wijayanti, 2009).

Menurut Fritz (2010), kadar estradiol serum pada wanita pasca menopause sekitar 10-20pg/mL dan sebagian besar merupakan hasil konversi estron, yang diperoleh dari konversi perifer androstenedion. Kadar estrogen pada wanita menopause sangat bergantung dari konversi androstenedion dan testosteron menjadi estrogen. Sebuah penelitian di Australia menemukan bahwa kadar testosteron dalam sirkulasi tidak berubah sejak 5 tahun sebelum menopause hingga 7 tahun setelah menopause. Androstenedion adalah androgen utama yang dikeluarkan oleh folikel yang sedang berkembang. Dengan terhentinya perkembangan folikuler pada wanita pascamenopause, kadar androstenedion turun 50%. Setelah menopause, hanya 20% androstenedion yang disekresi oleh ovarium. Dehidroepiandrosteron (DHEA) dan dehidroepiandrosteron sulfat (DHEAS) terutama dihasilkan oleh kelenjar adrenal (<25% oleh ovarium). Dengan penuaan, produksi DHEA turun 60% dan DHEAS turun 80%. Berat badan memiliki korelasi yang positif dengan kadar estron dan estradiol di sirkulasi dengan adanya konversi androstenedion menjadi estrogen, namun dengan penuaan, kontribusi adrenal sebagai prekursor produksi estrogen menjadi tidak adekuat. Hubungan kadar hormon estrogen dengan usia digambarkan pada grafik dibawah ini :



Gambar 2. Hubungan kadar hormon estrogen dengan usia (Fritz, 2010).

2.1.5 Perubahan Fisik pada Menopause

Beberapa keluhan fisik yang merupakan tanda dan gejala dari menopause yaitu:

i. Ketidakteraturan Siklus Haid

Setiap wanita akan mulai mengalami siklus haid yang tidak teratur, dapat menjadi lebih panjang atau lebih pendek sampai akhirnya berhenti. Terdapat perdarahan yang datangnya tidak teratur dalam rentang beberapa bulan kemudian berhenti sama sekali.

ii. Gejolak Rasa Panas (*hot flushes*)

Terdapat sekitar 40% wanita mengeluh bahwa siklus haidnya tidak teratur. Keadaan ini meningkat sampai 60% pada waktu 1-2 tahun menjelang haid berhenti total atau menopause. Rasa panas ini sering disertai dengan warna kemerahan pada kulit dan berkeringat.

iii. Kekeringan Vagina

Kekeringan vagina terjadi karena leher rahim sedikit sekali mensekresikan lendir. Penyebabnya adalah kekurangan estrogen yang menyebabkan liang vagina menjadi lebih tipis, lebih kering dan kurang elastis. Alat kelamin mulai mengerut, liang senggama kering sehingga menimbulkan nyeri pada saat senggama, menahan kencing terutama pada saat batuk, bersin, tertawa dan orgasme.

iv. Menurunnya gairah seks

Wanita mengalami penurunan dalam kadar testosteron mereka selama pra menopause ini dapat mengakibatkan hilangnya hasrat seksual. Tapi bagi sebagian wanita masalah libido terkait dengan kurangnya hormon estrogen atau menipisnya jaringan vagina.

(Baziad, 2003 ; Kasdu, 2002 ; Northrup, 2006 ; Wijayanti, 2009)

2.2 Siklus Respon Seksual Normal

Siklus respon seksual yang normal, merupakan suatu rangkaian proses yang dialami oleh setiap orang, baik perempuan maupun laki-laki pada saat melakukan hubungan seksual dengan pasangannya. Hal ini terjadi secara alamiah dan terdiri atas 4 tahap atau fase, yaitu :

- i. Fase gairah atau minat, yaitu timbulnya keinginan atau minat atau gairah untuk melakukan atau ikut serta dalam aktivitas seksual. Keinginan atau gairah tersebut dapat timbul dari dalam diri atau hasil rangsangan dari luar atau orang lain. Yang berasal dari diri sendiri adalah karena peran hormon (androgen dan estrogen), adanya motivasi serta harapan.
- ii. Fase terangsang (*arousal*), yaitu terdapatnya perasaan khas berupa ingin atau berhasrat melakukan hubungan seksual atau bersenggama, yang ditengarai oleh timbulnya cairan pada vagina (disebut sebagai lubrikasi).
- iii. Fase orgasme, yaitu tercapainya puncak dari siklus respon seksual setelah perangsangan yang memadai. Yang terjadi adalah adanya perubahan kesadaran selama beberapa detik hingga menit, disertai menegangnya otot-otot tubuh, antara lain vagina, otot-otot dasar panggul, dan hampir semua otot tubuh. Orgasme dapat terjadi pada orgasme klitoris dan orgasme otot-otot dasar panggul karena penekanan pada *G-spot*.

- iv. Fase resolusi, yaitu kembalinya secara alamiah semua organ dan bagian tubuh yang tadi berperan dalam siklus respon seksual kepada keadaan semula. (Elvira, 2006)

2.3 Disfungsi Seksual

2.3.1 Definisi Disfungsi Seksual

Menurut Manan (2013), disfungsi seksual merupakan penurunan libido atau hasrat seksual pada seseorang atau lawan jenisnya, baik pria maupun wanita. Gangguan ini dapat terjadi karena berbagai hal, baik secara medis maupun psikologis, serta memberikan efek yang kurang baik terhadap keharmonisan hubungan suami istri. Sedangkan menurut Elvira (2006), disfungsi seksual secara luas merupakan ketidakmampuan untuk menikmati secara penuh hubungan seks dan secara khusus merupakan gangguan yang terjadi pada salah satu atau lebih dari keseluruhan siklus respon seksual yang normal.

2.3.2 Kategori Disfungsi Seksual

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders IV (DSM-IV) menjabarkan tentang disfungsi seksual sebagai gangguan hasrat seksual dan atau di dalam siklus tanggapan seksual yang

menyebabkan tekanan berat dan kesulitan hubungan antar manusia. Disfungsi seksual ini dapat terjadi pada satu atau lebih dari empat fase siklus tanggapan yaitu hasrat atau libido, bangkitan, orgasme atau pelepasan, dan pengembalian. Meskipun hampir sepertiga dari pasien yang mengalami disfungsi seksual terjadi tanpa pengaruh dari penggunaan obat, beberapa petunjuk mengarahkan bahwa antidepresan dapat mencetuskan atau membangkitkan disfungsi seksual. Gangguan organik atau fisik dapat terjadi pada organ, bagian-bagian badan tertentu atau fisik secara umum. Bagian tubuh yang sedang terganggu dapat menyebabkan terjadinya disfungsi seksual dalam berbagai tingkat (Tobing, 2006).

Disfungsi seksual wanita secara tradisional terbagi menjadi gangguan minat/keinginan seksual atau libido, gangguan birahi, nyeri atau rasa tidak nyaman dan hambatan untuk mencapai puncak atau orgasme. Pada DSM IV dari *American Psychiatric Association*, dan ICD-10 dari WHO, disfungsi seksual wanita ini dibagi menjadi empat kategori yaitu :

i. Gangguan minat/ keinginan seksual (*desire disorders*)

Yaitu berkurang atau hilangnya pikiran, khayalan tentang seks dan minat untuk melakukan hubungan seks, atau takut dan menghindari hubungan seks.

ii. Gangguan birahi/perangsangan (*arousal disorder*)

Yaitu ketidakmampuan mencapai atau mempertahankan keterangsangan dan kenikmatan seksual secara subjektif, yang ditandai dengan berkurangnya cairan atau lendir pada vagina (lubrikasi).

iii. Gangguan orgasme (*orgasmic disorder*)

Yaitu sulit atau tidak dapat mencapai orgasme, walaupun telah ada rangsang seksual yang cukup dan telah mencapai fase *arousal*.

iv. Gangguan nyeri seksual (*sexual pain disorder*)

Gangguan nyeri seksual termasuk dispareunia, yaitu merasakan nyeri saat melakukan senggama dan dapat terjadi saat masuknya penis ke dalam vagina (penetrasi) atau selama berlangsungnya hubungan seks, dan vaginismus yaitu terjadinya kontraksi atau kejang otot-otot vagina sepertiga bawah sebelum atau selama senggama sehingga penis sulit masuk ke dalam vagina. (Elvira, 2006).

2.4 Pengukuran FSFI

Female Sexual Function Index (FSFI) merupakan alat ukur yang valid dan akurat terhadap fungsi seksual wanita. Kuesioner ini terdiri dari 19 pertanyaan yang terbagi dalam enam subskor, termasuk hasrat seksual, rangsangan seksual, lubrikasi, orgasme, kepuasan, dan rasa nyeri.

FSFI digunakan untuk mengukur fungsi seksual termasuk hasrat seksual dan respon seksual dalam empat minggu terakhir. Aktivitas seksual termasuk cumbuan, pemanasan, masturbasi, dan rangsangan pada vagina (*vaginal intercourse*). Hubungan seksual didefinisikan sebagai penetrasi (masuknya penis ke dalam vagina). Rangsangan seksual termasuk keadaan seperti pemanasan dengan pasangan, rangsangan oleh diri sendiri (masturbasi) atau fantasi (bayangan) seksual.

Skor domain individu dan skor keseluruhan dapat diperoleh dari tabel yang sudah ditetapkan pada FSFI. Untuk skor domain individual diperoleh dari penambahan skor masing-masing pertanyaan, sedangkan untuk skor keseluruhan diperoleh dari penjumlahan pada skor masing-masing domain. Skor yang tinggi pada tiap domain menunjukkan level fungsi seksual yang lebih baik. Wanita dengan skor FSFI $\leq 26,5$ dinyatakan mengalami disfungsi seksual (Rosen, 2010).

2.5 Perubahan Fungsi Seksual pada Menopause

Akibat kekurangan hormon estrogen, aliran darah ke vagina berkurang dan sel-sel epitel vagina menjadi tipis dan mudah menjadi cedera. Penelitian membuktikan bahwa kadar estrogen yang cukup merupakan faktor terpenting untuk mempertahankan kesehatan dan mencegah vagina dari kekeringan sehingga tidak menimbulkan nyeri saat senggama (Baziad, 2003).

Gejala pada vagina dikarenakan vagina yang menjadi atrofi sehingga lebih tipis, lebih kering, dan kurang elastis berkaitan dengan turunnya kadar hormon estrogen. Gejalanya adalah kering dan gatal pada vagina atau iritasi dan atau nyeri saat bersenggama. Nyeri senggama akan semakin buruk jika hubungan seks jarang dilakukan. Wanita yang mengeluh aktivitas seksualnya menurun, penyebabnya kemungkinan oleh pasangan itu sendiri karena libido dipengaruhi banyak faktor seperti ,perasaan, lingkungan dan hormonal. Selain itu, penurunan kadar estrogen menyebabkan kekeringan pada vagina sehingga berhubungan seksual menjadi tidak nyaman dan sakit. Beberapa wanita mengalami perubahan gairah seksual akibat rasa rendah diri karena perubahan pada tubuhnya. (Baziad, 2003).