

## FUNGSI SEKSUAL PEREMPUAN MENOPAUSE DI KOTA MAKASSAR TAHUN 2018

Hartati<sup>1</sup>, Andi Muh. Multazam<sup>2</sup>, Andi Asrina<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Bagian Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

### ABSTRAK

Masa menopause terjadi perubahan hormon khususnya hormon estrogen yang menyebabkan penurunan fungsi seksual pada perempuan menopause yang berdampak pada hubungan seksualnya. Masalah yang timbul dari segi seksualitas terkait gangguan hasrat, rangsangan dan lubrikasi. Penelitian ini bertujuan untuk menggali dan menganalisa secara mendalam mengenai fungsi seksual perempuan menopause di Kota Makassar tahun 2018. Jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik yang digunakan yaitu teknik dokumentasi, observasi dan indepth interview. Penelitian dilakukan tanggal 21 September sampai 1 Nopember tahun 2018. Jumlah informan 16 orang : 7 informan biasa, 7 informan pendukung dan 2 informan kunci. Hasil penelitian menunjukkan informan mengalami penurunan fungsi seksual sejak menopause seperti hasrat melakukan hubungan seksual menurun, tidak responsif terhadap rangsangan meski telah dilakukan rangsangan dengan waktu yang cukup lama akan tetapi cairan lubrikasi kurang sehingga nyeri saat berhubungan seksual. Masalah fungsi seksual perempuan menopause seringkali diabaikan, terbukti dengan tidak ditemukannya data yang spesifik mengarah ke keluhan seksualitas perempuan menopause, sehingga meski informan tidak nyaman tapi tetap melakukan hubungan seksual sekedar menjalankan kewajiban dan fungsinya sebagai istri.

Kata kunci: *Perempuan Menopause, Fungsi Seksual, Hasrat, Rangsangan, Lubrikasi*

### PENDAHULUAN

Menopause merupakan proses kehidupan yang pasti akan dialami oleh setiap perempuan dalam siklus kehidupannya. Menopause ini sendiri ditandai dengan tidak haidnya perempuan dalam rentang waktu 1 tahun lamanya. Pada masa ini berbagai masalah seringkali timbul, beberapa diantaranya yaitu perempuan seringkali

merasa tidak lagi berharga, merasa diabaikan dan tidak percaya diri. Masa menopause juga terjadi perubahan fungsi organ, salah satunya yaitu perubahan fungsi organ seksual. Meskipun suatu hal yang wajar terjadi karena pada saat menopause penurunan hormon membuat jaringan vagina kering dan tipis, berkurangnya cairan lubrikasi dan genital menjadi kurang elastis

pada hubungan seksual, sehingga seringkali menjadi alasan bagi perempuan tidak memiliki hasrat untuk melakukan hubungan seksual.

Masa menopause adalah masa dimana terjadi perubahan fungsi seksual. Penelitian (Purnamasari, dkk, 2014) mengungkapkan bahwa ada perubahan yang terjadi dari aspek seksual pada perempuan menopause yang berarti ada hubungan yang signifikan antara disfungsi seksual sebelum dan setelah menopause yang meliputi gangguan keinginan, *dyspareunia*, gangguan gairah, gangguan orgasme dan vaginismus. Penelitian dengan pendekatan studi *cross sectional* dengan menggunakan skala pengukuran MRS dan FSFI (Effekhar dkk, 2016) mengungkapkan distribusi gangguan responden selama periode menopause adalah gangguan gairah, hasrat seksual, orgasme, dan rasa nyeri atau *dyspareunia*.

Berdasarkan data awal yang dilakukan di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar terdapat 2969 perempuan yang termasuk dalam kategori usia menopause. Dari 20 perempuan menopause yang dianalisis fungsi seksualnya dengan menggunakan kuesioner Female Sexual Function Index (FSFI) maka didapatkan sebagian besar perempuan menopause (18 orang dari 20 orang) sudah tidak melakukan aktivitas seksual selama 1 bulan terakhir. Alasan perempuan menopause tersebut masih seputar

kurangnya minat terhadap pasangannya untuk melakukan hubungan seksual meski telah diberikan rangsangan oleh pasangannya (Rosen, R., dkk. 2000). Berdasarkan analisis awal dari FSFI yang digunakan, perempuan menopause sangat sulit untuk orgasme setiap melakukan hubungan seksual. Rendahnya hasrat yang timbul meskipun telah diberikan rangsangan oleh pasangannya namun belum juga terjadi lubriksi yang mengakibatkan rasa nyeri saat dan setelah hubungan seksual. Orgasme memang jarang dirasakan pada saat menopause tapi mereka cukup puas dengan kedekatan emosional meskipun sebatas *non intercourse* seperti berciuman, meraba dan berpelukan. Intinya sebagian besar perempuan menopause mengalami penurunan hasrat dari segi seksualitas meski telah diberikan rangsangan oleh pasangannya. (Female Sexual Function Index. 2000). Penelitian ini untuk mengkaji dan menganalisis secara mendalam mengenai fungsi seksual perempuan menopause terkait hasrat, rangsangan dan lubrikasi di Kota Makassar tahun 2018.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Tamamaung Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan, pada September 2018. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang mengeksplorasi secara mendalam mengenai fungsi seksual

perempuan menopause melalui wawancara yang mendalam (*indepth interview*), observasi dan dokumentasi secara terus menerus (Moleong, 2014; Creswall, 2017), selama penelitian berlangsung dan informan penelitian adalah perempuan menopause. Sumber data pada penelitian ini adalah informan biasa sebanyak 7 orang, informan pendukung sebanyak 7 orang dan informan kunci sebanyak 2 orang.

## HASIL PENELITIAN

### *Latar Belakang Informan*

Tabel 1 menggambarkan tentang latar belakang informan yang menunjukkan bahwa informan terdiri dari suku Bugis, Banjar, Jawa, Tator dan Makassar dengan rentang usia antar 43-73 tahun. Adapun latar belakang pendidikan terdiri dari SD, SMP, SMA, DIII, SI, dan spesialis *Gynecology* dengan pekerjaan sebagai IRT, PNS, Wirawswasta dan pensiunan.

### *Hasrat*

Sebagian besar perempuan menopause mengungkapkan bahwa pada dasarnya hasrat untuk melakukan kegiatan seksual itu selain daripada hormon juga dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti adanya kemauan yang memang berasal dari diri pribadi perempuan menopause, rasa tanggung jawab sebagai seorang istri, bagaimana psikologis perempuan menopause

memandang menopause, serta rasa lelah/capek setelah melakukan aktivitas. Dari segi usia juga memiliki pengaruh karena rata-rata perempuan menopause yang usia diatas 50 tahun dengan kategori usia menopause sudah lama juga menjadi faktor yang mempengaruhi keinginan perempuan menopause untuk berhubungan seksual.

Sebagaimana yang diungkapkan informan berikut:

*“...sejak menopause saya rasakan keinginan campur sama mas e kurang mbak, sudah tidak kayak dulu waktu masih muda. Sekarang itu bawaannya males terus. Jadi campurnya kalau mas ee minta saja..kan kewajiban...”(A, 47 tahun, Hari Jumat, tanggal 15 Oktober 2018, pukul 20.00).”*

Informan lain mengungkapkan sebagai berikut :

*“... tuami ibu nak, tidak pikirmi yang begitu sebenarnya. Ibadah mi mau dikasi banyak, untungnya dari dulu itu bapak, mulai dari pengantin baru, selalu mengerti ji. Lain orang muda nak lain oran tua, kalau pengantin baru itu nak memang perlu sekali, tapi kalau tua mi. Bapak saja tidak pernahmi minta begitu. Biar tidak begitu masih mesra ji sama bapak. Masih biasa ji pelukan sama bapak, pegangan tangan kayak masih pacaran dlu dek, meskipun tidak berhubungan begitumi sama bapak. Bapak juga tidak pernah mau selingkuh...” (A.S, 70 tahun, hari Rabu tanggal 19 September 2018 pukul 10.00)*

### *Rangsangan*

Berdasarkan hasil wawancara se-

bagian besar perempuan menopause mengungkapkan bahwa butuh waktu yang sedikit lebih lama untuk organ seksual merespon terhadap rangsangan yang diberikan.

Pernyataan tersebut dapat dilihat dari

tapi tetap hasrat untuk melakukan hubungan seksual tidak muncul.

Pernyataan tersebut dapat dilihat dari pernyataan berikut:

*“...mau terusji kurasa marah kalau*

**Tabel 2. Hasil Pengukuran Intensitas Kebisingan**

Informan	Usia	J.K	Suku	Pendidikan	Pekerjaan
R	56	P	Banjar	SD	IRT
A. S	70	P	Bugis	S1	Pens. P.N
S	66	P	Bugis	SMA	Wiraswasta
A	47	P	Jawa	SMA	Wiraswasta
S	46	P	Makassar	SMA	Wiraswasta
H	46	P	Bugis	SMP	IRT
H	47	P	Bugis	SMA	Wiraswasta
S	55	L	Makassar	SD	Wiraswasta
A. Y	73	L	Bugis	S1	Pens. P.N
Y	76	L	Makassar	DIII	Pens. B. I
A	51	L	Jawa	SMA	Wiraswasta
B	42	L	Bugis	SMP	Wiraswasta
F	53	L	Bugis	S1	PNS
A	43	L	Makassar	SMA	Wiraswasta
D	43	P	Tator	DIII	Bidan PNS
S	49	L	Tator	Obgyn	PNS

*Sumber: Data Primer, 2018*

pernyataan berikut:

*“...Teransangji dek, cuma agak lama sedikit baru basah. dulu biar disentuh pasti langsung mauja sekarang lama dulu disentuh sama bapak baru bisa. Biasanya peluk-peluk sama dicium-cium ji sama bapak dek kalau mau mulai..” (H, 46 tahun, hari Rabu tanggal 26 September 2018 pukul 20.00)”*

Seorang informan mengungkapkan bahwa meski telah diberikan rangsangan

*napeangka. Karna kayak kasar sekalimi kurasa tangannya bapak kalau napegang itu yang sensitif...(S, 66 tahun, hari Senin tanggal 10 September 2018 pukul 10.00)”*

Tapi hal yang berbeda justru diungkapkan seorang informan bahwa tidak terjadi perubahan terhadap fungsi seksualnya dari segi rangsangan.

Pernyataan tersebut dapat dilihat dari pernyataan berikut:

“...aah siapa bilang kalau menopause sudah tidak bisa mi berhubungan. Saya 1 tahunma ini tidak haidkana masih kayak dulu ji. Akal-akalannya ji itu perempuan kalau tidak mauki. Nakalau diobok-obokmi itu mau tonji juga. Tidak natau mungkin suaminya bagaimana caranya dikasi naik nafsunya perempuan. Biasa itu dek, dibagian dada, dileher, sama bagian dibawah (organ vitalnya), kalau basahmi itu dek dibagian bawah, bisa mi (melakukan hubungan seksual) hahaha...”(S, 46 tahun, hari Senin tanggal 24 September 2018 pukul 15.00)”

#### Lubrikasi

Berdasarkan hasil wawancara, sebagian perempuan menopause mengalami penurunan lubrikasi meski telah diberikan rangsangan dengan waktu yang sedikit lebih lama.

Pernyataan tersebut dapat dilihat dari pernyataan berikut:

“...masih basah ji dek, tapi istilahnya harus berjuang dulu bapaknya hahaha, kalau dulu biar 5 menit dicumbu sama bapak sudah basah, sekarang butuh waktu agak lama... yaah bisa 10-15 menit...”(H, 47 tahun, hari Rabu tanggal 5 September 2018 pukul 20.00)”

Bahkan seorang informan bahkan sudah tidak lagi mengeluarkan cairan lubrikasi.

Pernyataan tersebut dapat dilihat dari pernyataan berikut:

“...dulu biar dekat-dekat sedikit ji sama bapak langsung basah juga, sekarang biar diapa tetapmi begitu (kering). Karena biar diapai sakit

juga dek padahal sudah dicumbu sama bapak. Biasa mengerti ji bapak, biasa juga kalau ku ingat kewajibanku Istigfarka lagi, jadi biar ma mi sakit ku rasa saya layani juga bapak..”(S, 66 tahun, hari Senin tanggal 10 September 2018 pukul 10.00)”

Meskipun begitu didapatkan seorang

informan yang tidak menurun lubrikasinya meski telah menopause.

Pernyataan tersebut dapat dilihat dari pernyataan berikut:

“Samaji kurasa waktu masih haidka deh, tidak adaji berubah, mungkin karena gym ka dih, malahan sekarang, itu suamiku tambah lengket sama saya meskipun sedikit lama baru berair dan basah sedikit ji. Dari dulu juga saya itu dek peduli sama penampilanku, tidak mauka itu makanan yang dibeli sembarang, mending bikin sayur sendiri, makanan sendiri. Enak, terjamin juga kebersihannya. Warisannya nenekku juga itu, bagus makan tempe biar tidak gampangki loyo kalau berhubungan sama suami, tapi salahnya orang na gorengki padahal harusna direbus ji...”(S, 46 tahun, hari Senin tanggal 24 September 2018 pukul 15.00)”

Dari wawancara dengan informan didapatkan bahwa solusi yang didapatkan sendiri berdasarkan pengalaman dan informasi yang didapat perempuan menopause untuk meminimalisir rasa nyeri karena kurangnya lubrikasi yaitu menggunakan minyak dan air ludah sebagai pelumas.

Pernyataan tersebut dapat dilihat dari pernyataan informan berikut:

“...kalau dulu dekat-dekatmi sama bapak, begitu, pasti basah. Sekarang kering, sakit, apalagi kalau tidak pake

*minyakmi atau ludah juga. Pertamatamanya ji lain-lain pake minyak, tapi sekarang kalau tidak pake sakit sekali, seperti kalau kena Lombok kalau sudah...”(R, 56 tahun, hari Senin tanggal 17 September 2018 pukul 10.00)..”*

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan fungsi seksual perempuan menopause ditinjau dari segi hasratnya ditemukan bahwa hasrat untuk melakukan hubungan seksual pada perempuan menopause itu bervariasi. Adanya perempuan menopause yang hasrat untuk melakukan hubungan seksual semakin menurun semenjak mengalami menopause karena rasa sakit yang dirasakan sehingga membuat salah perempuan menopause sudah tidak lagi melakukan hubungan seksualitas tapi tetap melakukan hubungan *non intercourse* seperti berciuman dan berpelukan dengan pasangan, perempuan menopause yang lainnya bahkan terang-terangan menunjukkan rasa enggan untuk melakukan hubungan seksual dengan pasangan dengan mengisyaratkan melalui perilaku membelakangi suami saat akan tidur. Meskipun hasrat untuk melakukan hubungan seksual tidak timbul, tapi karena adanya tujuan dan motivasi dari diri perempuan menopause tetap melakukan hubungan seksual.

Sejalan dengan hasil penelitian bahwa stres dan rasa lelah terhadap aktivitas yang dilakukan perempuan menopause berpenga-

ruh terhadap hubungan seksualnya, dan juga perempuan menopause yang rutin berolahraga dan menjalani pola hidup sehat dapat mengurangi dampak menopause. (Soedirham, dkk, 2008; Sekarwana, 2014). Berdasarkan pernyataan tersebut maka peneliti menyimpulkan bahwa pada saat menopause perempuan mengalami penurunan hasrat untuk melakukan hubungan seksual meski ada beberapa perempuan menopause yang hasratnya sama sebelum dan setelah menopause dikarenakan pola hidup sehat yang dijalannya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa organ vital perempuan menopause mengalami penurunan fungsi, seperti menjadi kurang sensitive. Hasil penelitian didapatkan perempuan menopause dengan rentang usia 40-<50 tahun bahwa tetap melakukan hubungan seksual meski butuh waktu yang sedikit lebih lama agar organ vital merespon rangsangan yang diberikan oleh suami untuk memancing hasrat perempuan menopause agar teransang untuk melakukan hubungan seksual, suami biasa melakukan rangsangan dengan cara memberikan rangsangan pada titik-titik sensitif istrinya seperti member ciuman pada bagian leher, belakang telinga, bagian dada serta bagian organ vital perempuan menopause.

Sejalan dengan hasil penelitian (Palupi, 2013) bahwa pada masa menopause

terjadi penurunan fungsi seksual yang berdampak pada fase rangsangan yang sedikit lebih lama dilakukan untuk membangkitkan hasrat seksual perempuan menopause. Berdasarkan pernyataan tersebut peneliti menyimpulkan bahwa pada saat menopause perempuan menopause butuh waktu yang sedikit lebih lama untuk merespon rangsangan yang diberikan.

Hasil penelitian pada pasangan perempuan menopause didapatkan bahwa butuh waktu usaha dan waktu yang cukup lama agar perempuan menopause terangsang sehingga menghasilkan lubrikasi. Suami juga beranggapan bahwa kering pada organ vital perempuan menopause selain menimbulkan rasa nyeri dan tidak nyaman oleh perempuan menopause juga dirasakan rasa sedikit sakit oleh suami, meskipun sebagian pasangan perempuan menopause menganggap hal tersebut adalah hal yang menantang dan membangkitkan hasrat karena anggapan bahwa organ vital istrinya sedikit kesat dan keluhan rasa sakit yang dirasakan oleh istri sama seperti saat awal pernikahan mereka.

Sejalan dengan ungkapan Dr. Sari Locker, Ph. D yang merupakan seorang pakar seks dan penulis buku *The Complete Idiot's Guide to Amazing Sex*, bahwa sebagian besar perempuan menopause mengalami penurunan fungsi seksual dari segi

lubrikasi sehingga perempuan menopause seringkali merasakan nyeri saat melakukan hubungan seksual, hal tersebut menunjukkan bahwa kunci dari hubungan seksual adalah lubrikasi.

Berdasarkan pernyataan tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa kunci keberhasilan suatu hubungan seksual yaitu lubrikasi. Ada tidaknya lubrikasi akan memberi pengaruh nyeri atau tidaknya saat berhubungan seksual .

## KESIMPULAN

Menopause merupakan suatu fase yang pasti dialami oleh perempuan, dimana pada fase ini respon seksualitas pada perempuan tidak lagi sama. Seringkali didalam berhubungan seksualitas terdapat banyak ketidaknyamanan yang dirasakan oleh perempuan, sehingga perempuan menjadi enggan untuk berhubungan seksual. Penyebab hal tersebut multifactor, beberapa diantaranya yaitu fungsi seksualitas pada perempuan tidak lagi sama dimana pada masa menopause hasrat untuk berhubungan seksual menurun, organ vital tidak lagi sensitif terhadap rangsangan, cairan lubrikasi berkurang, rasa nyeri yang timbul saat berhubungan seksual, kepuasan seksual menurun, serta orgasme semakin susah untuk dicapai. Akan tetapi, meskipun beberapa perempuan enggan melakukan

hubungan seksual namun alasan tersebut tidak menjadi alasan bagi perempuan untuk menjalankan kewajibannya sebagai seorang istri. Pandangan bahwa dengan hubungan seksualitas lebih membuat hubungan suami istri semakin dekat, juga sebagian besar dari mereka menilai aktivitas seksual sebagai interpretasi dari bentuk kasih sayang dan cinta.

Meskipun menopause menjadi suatu masalah bagi mereka, akan tetapi hal tersebut bukan menjadi alasan bagi mereka untuk memperoleh konseling medis, sebagian besar dari mereka tidak pernah mendapatkan konseling atau bahkan informasi dari pelayanan kesehatan sehubungan dengan masalah seksualitas mereka. Alasannya variatif namun intinya satu yaitu masalah tersebut adalah masalah privasi yang sangat tabu untuk dibicarakan.

## SARAN

Diupayakan melalui penelitian ini, pengambil kebijakan dapat membuat program-program yang mengkhhusus mengarah ke kebutuhan seksualitas masa menopause, meningkatkan kesehatan seksualitas perempuan menopause melalui pengembangan program-program *health promotion* yang telah ada sehingga masalah dalam masa menopause perempuan dapat teratasi, dan tenaga kesehatan dapat memberikan pelayanan kesehatan dari aspek seksualitas kepada

perempuan menopause dengan melakukan pendekatan-pendekatan sehingga perempuan menopause lebih bisa terbuka untuk menceritakan masalahnya yang memang masih dianggap tabu oleh masyarakat atau bahkan petugas kesehatan sendiri.

Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk mengeksplorasi secara mendalam tentang kebutuhan pelayanan kesehatan yang dibutuhkan perempuan menopause spesifik tentang seksualitas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Creswall, J.W. 2017. *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran (Edisi Ke-4)*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Effekhar, T dkk. 2016. *Female Sexual Function During the Menopausal Transition in a Group of Iranian Women*. Journal of Family and Reproductive Health.
- Rosen, R., dkk. 2000. *The Female Sexual Function Index (FSFI): A Multidimensional Self-Report Instrument for the Assessment of Female Sexual Function*. Journal of Sex & Marital Therapy, 26:191–208.
- Female Sexual Function Index. 2000. *FSFI Questionnaire*. <http://www.fsfiquestionnaire.com/> diakses tanggal 20 Agustus 2018.
- Moleong, J.L. 2014. *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. PT Remaja Rosdakarya Offset. Bandung.
- Purnamasari, D., Nanik, S. dan Margono. 2014. *Aktivitas Seksual Lansia*. Jurnal Ilmu Kebidanan, Volume II,

- Nomor 2, hal 78-89. Sleman.
- Palupi, P., Yati A., dan Imami, N.R. 2013. *Pengalaman Seksualitas Perempuan Menopause. Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 16 No.1, Maret 2013, hal 1-10.*
- Sekarwana, N., Vita, M.T., Ruri, Y.A. 2014. *Hubungan Antara Sindrom Menopause dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause di Puskesmas Sukahaji Kabupaten Majalengka. Bul. Penelit. Kesehat, Vol. 42, No. 3, September 2014: 171-184.*
- Soedirham O. dkk, 2008. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perempuan dalam Menghadapi Menopause. Bagian Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga. J. Penelit. Med. Eksakta Vol. 7 No. 1 April 2008: 70-82.*
- Yanti. 2011. *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi (Bagi Mahasiswa DIII Kebidanan). Pustaka Rihama. Yogyakarta.*