

ASUHAN KEBIDANAN PERIMENOPAUSE DENGAN OLIGOMENOREA PADA NY. T USIA 46 TAHUN P4A0 DI PUSKESMAS BANDARHARJO SEMARANG

PERIMENOPAUSE MIDWIFERY CARE WITH OLIGOMENOREA IN NY.T AGE 46 P3A0 AT PUSKESMAS BANDARHARJO SEMARANG

Ria Anggraini¹, Ariyani Lutfitasari², Indri Astuti Purwanti³, Lia Mulyanti⁴

^{1,3}Program Studi Profesi Kebidanan, FIKKES, Universitas Muhammadiyah Semarang

²Program Studi DIII Kebidanan, FIKKES, Universitas Muhammadiyah Semarang

⁴Program Studi S1 Kebidanan, FIKKES, Universitas Muhammadiyah Semarang

Email : riaa8028@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Perimenopause adalah masa sebelum berhentinya siklus menstruasi secara permanen, biasa ditandai dengan beberapa gejala yaitu siklus haid yang tidak teratur, hot flushes, mudah lupa, emosian. Wanita dengan oligomenorea memerlukan asuhan kebidanan agar dapat membantu mengatasi dampak dari siklus menstruasi yang memanjang sehingga mengganggu masa kesuburan (ovulasi) serta rasa cemas pada ibu. Tujuan: Data dari Puskesmas Bandarharjo Semarang tahun 2022 sampai dengan 2023 tercatat satu ibu perimenopause dengan oligomenorea penelitian ini bertujuan untuk melaksanakan Asuhan Kebidanan Perimenopause dengan Oligomenorea pada NY "J.P" di Puskesmas Bandarharjo Semarang sesuai dengan metode 7 langkah varney dan SOAP. Hasil : dari studi kasus yang telah dilakukan terhadap Ny."J.P" Perimenopause dengan Oligomenorea, tidak ditemukan hambatan saat melakukan asuhan. Selama penelitian ibu pernah mengeluh merasa panas dan susah tidur di malam hari tetapi setelah diberikan pemahaman tentang perimenopause ibu tidak mengeluh lagi dan lebih bisa menerima keadaannya. Pembahasan : dari studi kasus ibu perimenopause pada Ny "J.P" dengan oligomenorea di Puskesmas Bandarharjo Semarang. Dengan hasil asuhan keadaan umum ibu baik, kesadaran composmentis, tanda-tanda vital dalam batas normal hasil pemeriksaan fisik tidak ada kelainan. Sehingga dalam pendokumentasian semua temuan dan tindakan yang telah dilaksanakan pada Ny "J.P" dengan hasil tidak ditemukan kesenjangan.

Kata kunci : Ibu Perimenopause, Oligomenorea

ABSTRACT

Background: Perimenopause is the period before the permanent cessation of the menstrual cycle, usually characterized by several symptoms, namely irregular menstrual cycles, hot flushes, forgetfulness, and emotions. Women with oligomenorrhea need midwifery care to help overcome the effects of prolonged menstrual cycles that interfere with fertility (ovulation) and anxiety for the mother. Purpose: Data from the Bandarharjo Health Center in Semarang from 2022 to 2023 recorded one perimenopausal mother with oligomenorrhea. This study aims to carry out Perimenopausal Midwifery Care with Oligomenorrhea at NY "J.P" at the Bandarharjo Health Center Semarang according to the 7 step Varney and SOAP method. Results: from the case study that was conducted on Mrs. "J.P" Perimenopause with Oligomenorrhea, no obstacles were found when carrying out care. During the study, the mother complained of feeling hot and having trouble sleeping at night, but after being given an understanding of perimenopause, the mother did not complain anymore and was more able to accept the situation. Discussion: from a case study of perimenopausal women on Mrs "J.P" with oligomenorrhea at the Bandarharjo Health Center in Semarang. With the results of care, the mother's general condition was good, awareness was composmentis, vital signs were within normal limits, the results of the physical examination showed no abnormalities. So that in documenting all the findings and actions that have been carried out on Mrs "J.P" with the results no gaps were found.

Keywords: *Perimenopausal women, Oligomenorrhea*

PENDAHULUAN

Menurut (Nurlina, 2021) Wanita memiliki perjalanan atau siklus hidup yang menarik, dimana di mulai dari masa prapubertas, pubertas, reproduksi, premenopause, perimenopause, menopause hingga masa mudah lupa atau pikun. Perimenopause adalah masa transisi antara premenopause dan postmenopause. Perimenopause sering terjadi dimulai dengan haid tidak teratur dan biasa terjadi gejala pada usia 45 sampai 55 tahun. Perimenopause terdiri dari tiga macam tahapan dan rentang usia, pramenopause 45 sampai 48 tahun, menopause 49 sampai 51 tahun, dan yang terakhir pascamenopause 52 sampai 255 tahun. Semua wanita yang memasuki masa ini kebanyakan mengalami penurunan hormon tertentu yang berhubungan dengan reproduksi, yaitu hormon ekstrogen dan progesteron.

Perimenopause adalah fase perubahan menopause yang terjadi beberapa tahun sebelum menopause, meliputi perubahan dari siklus ovulasi ke siklus anovulasi dengan tanda-tanda ketidakteraturan siklus menstruasi. Gejala yang biasa timbul adalah : kekeringan vagina, gangguan siklus menstruasi seperti polimenorea, oligomenorea hingga amenore (Prawirohardjo, 2018).

Setiap menstruasi bervariasi pada wanita satu ke wanita yang lain dan hampir 90% wanita memiliki siklus 25 hingga 35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus 28 hari, namun beberapa wanita memiliki siklus yang tidak teratur dan yang paling umum adalah siklus menstrurasi memanjang yaitu >35 hari atau oligominorea, hal yang bisa menjadi indikasi masalah kesuburan (Munawwaroh & Supriyadi, 2018).

Oligomenorea adalah gangguan menstrurasi yang sering timbul dikarenakan ketidakseimbangan hormon, adapun faktor yang dapat mempengaruhi seperti gaya hidup, tingkat aktivitas, serta riwayat keluarga (Indah, 2019). Menurut *World Health Organization* (WHO), diperkirakan pada tahun 2030 jumlah wanita di seluruh dunia akan menjadi 1.200 juta yang akan mencapai usia perimenopause (Mira & Ermiati, 2019). Dalam statistik Kementerian Kesehatan 2019, penduduk Indonesia adalah 275,15 juta orang. Diantaranya terdapat 133,1 juta laki-laki dan 133,4 wanita, 8,63 juta wanita hidup dalam usia perimenopause (Kemenkes RI, 2019).

INFORMASI PASIEN

Pasien mengatakan bernama NY. JP umur 46 Tahun P3A0. Menurut (Nurlina, 2021) Wanita memiliki perjalanan atau siklus hidup yang menarik, dimana di mulai dari masa prapubertas, pubertas, reproduksi, premenopause, perimenopause, menopause hingga masa mudah lupa atau pikun. Perimenopause adalah masa transisi antara premenopause dan postmenopause. Perimenopause sering terjadi dimulai dengan haid tidak teratur dan biasa terjadi gejala pada usia 45 sampai 55 tahun. Perimenopause terdiri dari tiga macam tahapan dan rentang usia, pramenopause 45 sampai 48 tahun, menopause 49 sampai 51 tahun, dan yang terakhir pascamenopause 52 sampai 255 tahun. Semua wanita yang memasuki masa ini kebanyakan mengalami penurunan hormon tertentu yang berhubungan dengan reproduksi, yaitu hormon ekstrogen dan progesteron.

Perimenopause adalah fase perubahan menopause yang terjadi beberapa tahun sebelum menopause, meliputi perubahan dari siklus ovulasi ke siklus anovulasi dengan tanda-tanda ketidakteraturan siklus menstruasi. Gejala yang biasa timbul adalah : kekeringan vagina, gangguan siklus menstruasi seperti polimenorea, oligomenorea hingga amenore (Prawirohardjo, 2018).

Setiap menstruasi bervariasi pada wanita satu ke wanita yang lain dan hampir 90% wanita memiliki siklus 25 hingga 35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus 28 hari, namun beberapa wanita memiliki siklus yang tidak teratur dan yang paling umum adalah siklus menstrurasi memanjang yaitu >35 hari atau oligominorea, hal yang bisa menjadi indikasi masalah kesuburan (Munawwaroh & Supriyadi, 2018).

Oligomenorea adalah gangguan menstrurasi yang sering timbul dikarenakan ketidakseimbangan hormon, adapun faktor yang dapat mempengaruhi seperti gaya hidup, tingkat aktivitas, serta riwayat keluarga (Indah, 2019). Menurut *World Health Organization* (WHO), diperkirakan pada tahun 2030 jumlah wanita di seluruh dunia akan menjadi 1.200 juta yang akan mencapai usia perimenopause (Mira & Ermiami, 2019). Dalam statistik Kementerian Kesehatan 2019, penduduk Indonesia adalah 275,15 juta orang. Diantaranya terdapat 133,1 juta laki-laki dan 133,4 wanita, 8,63 juta wanita hidup dalam usia perimenopause (Kemenkes RI, 2019).

TEMUAN KLINIS

Dalam pemeriksaan umum di dapatkan hasil keadaan umum ibu tampak cemas.

PEMERIKSAAN DIAGNOSTIK

Pemeriksaan Plano Test dilakukan dan didapatkan bahwa hasil negatif (-).

TINDAKAN TERAPI

Dalam kasus ini pasien diberikan terapi oral yaitu tablet Calcium Lactat dan Pil Progesteron dengan aturan 1x / hari selama 3x siklus menstruasi.

TINDAK LANJUT DAN HASIL

Pada pemberian intervensi konseling mengenai perimenopause dengan oligominorea dan memberikan dukungan kepada pasien, melakukan interaksi sosial kepada pasien, serta melakukan interaksi kepada keluarga pasien ntuk memberikan dukungan kepada pasien.

TIMELINE

Tabel 1 Tanggal : Kamis, 05 Januari 2023 Jam : 15.00 WIB

Subjektif	Objektif	Assesment	Planing
Keluhan utama: Ibu mengatakan sudah tidak cemas lagi karna sudah minum pil progesterogen pada hari ke-1 hingga saat ini masih belum menstruasi dan masih tetap mengkonsumsi pil progesterogen dan tablet Kalsium dengan teratur.	1. Pemeriksaan Umum: KU : Baik Kesadaran : Composmentis BB : 69 kg 2. Pemeriksaan TTV TD : 110 /80 mmHg Nadi : 82 x/menit Suhu : 36,5° C RR : 20x/menit 3. Pemeriksaan Fisik Mata : Pandangan kabur (-), Sklera Ikterik (-), Konjungtiva tidak pucat Leher : Pembesaran kelenjar tiroid (-) Payudara : (+) Mamae simetris/asimetris (+)Aerola Hiperpigmentasi (+) Putting susu menonjol (-) Tumor (+) Kolostrum Abdomen : Massa (-), nyeri tekan (-) Genetalia Tidak ada pengeluaran darah, tidak ada aroma berbau seperti darah, tidak ada	Ny. J.P usia 46 tahun P4A0, oligomenorea 39 hari	1. Menjelaskan kepada ibu bahwa hasil pemeriksaannya dalam batas normal Evaluasi : Ibu mengerti penjelasan bidan 2. Menganjurkan ibu untuk tetap minum pil progesterogen dan tablet kalsium secara teratur. Evaluasi : Ibu mengerti penjelasan bidan dan bersedia 3. Meganjurkan ibu untuk tetap mengurangi kelelahan fisik dan stress psikologis Evaluasi : Ibu bersedia melakukannya 4. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung zat besi seperti sayuran hijau, kacang-kacangan, hati dan daging merah Evaluasi : Ibu bersedia melakukannya 5. Menganjurkan ibu kunjungan ulang ke puskesmas untuk mengambil Pil yaitu pada tanggal 03-02-2022 atau segera jika ada keluhan yang dirasakan Evaluasi : Ibu bersedia 6. Mendokumentasikan hasil tindakan Evaluasi : tindakan sudah dilakukan

keputihan dan tidak ada tanda-tanda
PMS
Esktremitas : (+)
Tungkai simetris (-) Edema

Tabel 2 Tanggal : Kamis, 12 Januari 2023 Jam : 09.30 WIB

Subjektif	Objektif	Assesment	Planing
Keluhan utama : Ibu mengatakan sudah tidak cemas lagi karena sejak minum pil estrogen hari ke 5 hingga saat ini ibu langsung menstruasi, ibu mengatakan sudah tenang karna sudah mendapatkan menstruasinya lagi, ibu mengatakan sekarang sudah tidak cemas dan masih tetap mengkonasumsi pil progestrogen dan tablet Kalsium dengan teratur.	<p>Pemeriksaan Umum: KU : Baik Kesadaran : Composmentis BB : 69,3 kg</p> <p>2. Pemeriksaan TTV TD : 108 /72 mmHg Nadi : 82 x/menit Suhu : 36,7° C Rr : 20x/menit</p> <p>3. Pemeriksaan Fisik Mata : Pandangan kabur (-), Sklera Ikterik (-), Konjungtiva tidak pucat b. Leher : Pembesaran kelenjar tiroid (-) Payudara : (+) Mamae simetris/asimetris (+)Aerola Hiperpigmentasi (+) Putting susu menonjol (-)Tumor (+) Kolostrum Abdomen : Massa (-), nyeri tekan (-) Genetalia : Ada pengeluaran darah, ada aroma berbau seperti darah, terdapat sedikit gumpalan darah Esktremitas : (+) Tungkai simetris (-) Edema</p>	<p>Ny. J.P usia 46 tahun P4A0, pasca Oligomenorea 5 hari</p>	<p>1. Menjelaskan kepada ibu bahwa hasil pemeriksaannya dalam batas normal Evaluasi : Ibu mengerti penjelasan bidan</p> <p>2. Menjelaskan kepada ibu bahwa pil progestrogen tablet berwarna putih atau plasebo itu berisi vitamin, sehingga hal yang dialami ibu itu wajar. Evaluasi : Ibu mengerti penjelasan bidan dan bersedia meminum obat sesuai anjuran bidan</p> <p>3. Menganjurkan ibu untuk tetap mengkonsumsi pil progestrogen dan tablet Kalsium secara teratur. Evaluasi : Ibu bersedia</p> <p>4. Meganjurkan ibu untuk tetap mengurangi kelelahan fisik dan stress psikologis Evaluasi : Ibu bersedia melakukannya</p> <p>5. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang mengandung zat besi seperti sayuran hijau, kacang-kacangan, hati dan daging merah Evaluasi : Ibu bersedia melakukannya</p> <p>6. Menganjurkan ibu kunjungan ulang ke puskesmas untuk mengambil Pil yaitu pada tanggal 03-02-2023 atau segera jika ada keluhan yang dirasakan Evaluasi : Ibu bersedia</p> <p>7. Mendokumentasikan hasil tindakan Evaluasi : tindakan sudah dilakukan</p>

Tabel 3 Tanggal : Rabu, 18 Januari 2023 Jam : 19.00 WIB

Subjektif	Objektif	Assesment	Planing
Keluhan utama : ibu mengatakan tidak ada keluhan dan ibu mengatakan ingin tetap menggunakan Kb pil	<p>1. Pemeriksaan Umum: KU : Baik Kesadaran : Composmentis BB : 71 kg</p> <p>2. Pemeriksaan TTV TD : 115 / 75 mmHg Nadi : 85 x/menit Suhu : 36,4° C Rr : 20x/menit</p> <p>3. Pemeriksaan Fisik Mata : Pandangan kabur (-), Sklera Ikterik (-), Konjungtiva merah muda Leher : Pembesaran kelenjar tiroid (-) Payudara : (+)</p>	<p>Ny. J.P usia 46 tahun P4A0, pasca oligomenorea 11 hari</p>	<p>1. Menjelaskan kepada ibu bahwa hasil pemeriksaannya dalam batas normal Evaluasi : Ibu mengerti penjelasan bidan</p> <p>2. Menganjurkan ibu untuk tetap mengkonsumsi pil progestrogen secara teratur. Evaluasi : Ibu bersedia melakukannya</p> <p>3. Meganjurkan ibu untuk tetap mengurangi kelelahan fisik dan stress psikologis Evaluasi : Ibu bersedia melakukannya</p> <p>4. Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang bergizi Evaluasi : Ibu bersedia</p> <p>5. Menganjurkan ibu kunjungan ulang ke puskesmas untuk mengambil Pil yaitu pada tanggal 03-02-2023 atau segera jika ada keluhan yang dirasakan Evaluasi : Ibu bersedia</p> <p>6. Mendokumentasikan hasil tindakan</p>

Mamae simetris/asimetris (+)Aerola
Hiperpigmentasi (+)Putting susu
menonjol (-)Tumor (+) Kolostrum
Abdomen :
Massa (-), nyeri tekan (-)
Genetalia :
Tidakada pengeluaran darah, tidak
ada aroma berbau seperti darah, tidak
dada keputihan dan tidak ada tanda-
tanda PMS
Esktremitas : (+) Tungkai
simetris (-) Edema

Evaluasi : tindakan sudah dilakukan

PEMBAHASAN

Setelah dilakukan pengkajian data baik subjektif (data yang diperoleh dari anamnesa dan wawancara dari ibu klien) dan data objektif (data yang diperoleh dari pemeriksaan umum, pemeriksaan khusus, didapatkan permasalahan utama yaitu perimenopause dengan oligomenorea. Dari hasil pengkajian Ny. J.P mengatakan cemas dengan keadaannya saat ini.

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini Ny. J.P sudah bisa menerima keadaannya yang di alaminya saat ini, dan mengerti bahwa keadaannya masih dalam batas yang normal.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfi, nur Fitriani. "Asuhan kebidanan gangguan reproduksi dengan oligominorea" Karya Tulis Ilmiah (2021). <https://journal3.uin-alauddin.ac.id/download>.
- Ambarwati, novi. "Hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada wanita perimenopause di wilayah kerja UPTD puskesmas kusumadadi kecamatan bekri kabupaten lampung tengah" Malahayati nursing Jurnal Volume 3 no 2 (2021).
- Ananta, D. (2021). Description on the patients' characteristics of abnormal uterine bleeding based on structural and non-structural etiology, 7(1), 50–55.
- Asrinah, shinta S (2019) *Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan*. Yogyakarta:Graha Ilmu
- Ayuningtyas, I.F. (2019) *Kebidanan Komplementer Terapi Komplementer Dalam. Kebidanan*. PT. Pustaka Baru.

- Badan Pusat Statistik Semarang (2021) *Jumlah Penduduk Menurut Kecamatan dan Agama yang Dianut di Kota Semarang*.
- Badan Pusat Statistik Kesehatan Indonesia, 2021 "Profil Kesehatan Indonesia"
<https://kemkes.go.id/>
- Bahman, D. (2018). The Effect Of Quince Paster On Menorrhagia. *International Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 9(4), 1654–1659.
[https://doi.org/10.13040/IJPSR.0975-8232.9\(4\).1654-59](https://doi.org/10.13040/IJPSR.0975-8232.9(4).1654-59)
- BKKBN. (2019). *Keluarga Berencana*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah* (Vol. 3511351). Semarang: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.
- Fathony, D.N.P.Z.M. (2019) 'PADA WANITA MENOPAUSE HEALTH EDUCATION ABOUT BALANCED NUTRITION IN MENOPAUSAL WOMEN Program Studi D3 Kebidanan , Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan , Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, 1(1), pp. 21–24.
- Haswita, dan R.S. (2017) *Kebutuhan Dasar Manusia untuk Mahasiswa Keperawatan dan Kebidanan*. CV. Trans Media.
- Hekmawati (2018) 'Gambaran Perubahan Fisik dan Psikologis Pada Wanita Menopause di Posyandu Desa Pabelan'.
- Irianto. (2014). *Seksologi Kesehatan*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Indah Juliana "Hubungan disminorhea dengan gangguan siklus haid pada remaja". Jurnal keperawatan volt 7 no 1 (2019)
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Marmi. (2020). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Nugroho, U. (2018). *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Prawirohardjo S. (2018). *Buku Ajar Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohadjo*. (W. gulardi H. Saifuddin abdul bari, Rachimhadhi T, Ed.) (Keempat). Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono.

- Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019" Badan Pusat Statistik mengenai analisis penyebab polimenore di kalangan remaja:" <https://dinkesjatengprov.go.id/>
- Rofi'ah, siti dkk. "Konseling dalam upaya menurunkan kecemasan pada perempuan perimenopause". jurnal jendela inovasi daerah volume 2 no 1
- Riyadina, W. (2018) *Hipertensi Pada Wanita Menopause*.
- Riyadina, W. (2019) *Hipertensi pada Wanita Menopause*. LIPI Press.
- Setyarini, E.A., Sihombing, F. and ... (2020) 'Pengaruh Olahraga Jalan Santai Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Panti Werdha Bandung', *Jurnal Kesehatan ...*, 3. Available at:
- Suparni, I. E., & Astutik, R.Y. (2016) *Menopause masalah dan penanganannya*.
- Suryoprajogo, N. (2019) *Tips Menyenangkan Menghadapi Menopaus*. Desa Pustaka Indonesia.
- Susiloningtyas, I., Realita, F. and Rahmawati, M. (2022) 'Peningkatan Pengetahuan Komprehensif tentang Menopause di Posyandu Lansia Keberhasilan pembangunan adalah cita-cita suatu bangsa yang Seiring meningkatnya derajat kesehatan penduduk akan berpengaruh pada peningkatan UHH Lansia adalah sekelompok orang yang', 3(2), pp. 87–90.
- Syalfina, A.D. and Kusuma, Y.L.H. (2018) 'Stress Dan Insomnia Pada Menopause', *Medica Majapahit*, 10(2), pp. 59–77.
- Sinaga. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Iwwash.
- Theresia, D. (2018). Abnormal Uterine Bleeding in Adolescent. *Indonesian Journal of Obstetrics & Gynecology Science*, 15–22
- Van Dijk GM (2018) 'Health issues for menopausal women'.
- Wahyuni, B. S., & Ruswanti, R. (2018) 'Syndrom Premenopause dan Tingkat Stres pada Wanita'.
- Wantania. (2018). Perdarahan uterus abnormal - menoragia. *Jurnal Biomedik (JBM)*, Volume 8, 135–142 .
- WHO (2019) *World Health Statistics Overview*. In World Health Organization.