

HUBUNGAN PENGETAHUAN WANITA PRA-MENOPAUSE DENGAN KESIAPAN DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI DESA MATANG SAGOE KECAMATAN PEUSANGAN KABUPATEN BIREUEN, TAHUN 2014

Irma Fitria^{1*)}

¹⁾ Dosen Program Diploma III Universitas Almuslim

^{*)} email: irmafitria87@gmail.com

ABSTRACT

Age life expectancy Indonesian women has increased. Currently, age life expectancy Indonesian women is 67 years old. WHO estimates that in 2025 reached 75 years. This means that women have the opportunity to live an average of 25 years since the beginning of the menopause. While in the year 2003-2004 SDKI mention about 21.1% of the population of Indonesia has entered the age of menopause, and approximately 70% of menopausal women experience depressive complaints and other psychological complaints. This confirms that most women are afraid to face the menopause because not prepared to accept reality, and the lack of correct information about the menopause. Mental changes greatly affected the quality of life of a woman undergoing menopause, women's view of menopause, and knowledge about menopause that will help them understand and prepare themselves through this period better. This research to determine the relationship between knowledge of pre-menopausal women with readiness in the face of menopause, and to know the size of the risk or the relationship. This study used survey methods of analytic cross-sectional approach, conducted in the village of Matang Sagoe Sub Peusangan District Bireuen, which conducted in January 2014. Population consisted of 53 respondents pre-menopausal women. The sampling technique is the total sampling of all populations sampled, the data used secondary data and primary data collected by questionnaires. To test the hypothesis by using Chi-Square test with CI 95% and $\alpha = 0.05$. From 53 pre-menopausal women is 48 respondents (90.6%) who are ready to face the menopause, with a good knowledge category amounted to 90.6% respondents, and lack of knowledge amounted to 66.7% respondents. And showed there is a relationship between knowledge of pre-menopausal women with menopausal preparedness, with the value of OR = 8.00.

Keywords: Menopause, knowledge pre-menopause women, menopause.

Daftar Bacaan: 6 Referensi + 7 akses dari Internet (2001-2009)

1. Pendahuluan

Menurut WHO, kesehatan reproduksi adalah kesejahteraan fisik, mental dan sosial yang utuh bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan, dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi serta prosesnya, dengan tujuan meningkatkan kesadaran dan kemandirian wanita dipengaruhi oleh proses-proses reproduksinya. Berfungsinya sistem reproduksi wanita dipengaruhi oleh proses-proses yang terjadi pada tahap masa anak-anak, remaja, reproduktif dan *menopause*, pada masa tersebut terjadi perubahan dalam sistem reproduksi (Harahap, 2003).

Menopause bagi wanita merupakan tahap berakhirnya siklus menstruasi bulanan dan kombinasi pengalaman mereka pada saat menstruasi selesai. Hal itu terjadi pada saat berusia sekitar 50 tahun, dan kadang-kadang terjadi lebih awal yaitu pada saat berusia 40 tahun. Pada saat itu wanita akan mengalami perubahan fisik, hormon, psikologi dan sosial (Daniel, 2000).

Perubahan psikis sangat dipengaruhi kualitas hidup seorang wanita dalam menjalani masa *menopause*. Perubahan ini sangat tergantung pada pandangan masing-masing wanita terhadap *menopause*, termasuk pengetahuannya tentang *menopause*.

Pengetahuan yang cukup akan membantu mereka memahami dan mempersiapkan diri menjalani masa ini dengan lebih baik. Ketidakstabilan emosi pada wanita *menopause* dapat menimbulkan masalah psikis pada mereka. Hal ini dapat dipengaruhi oleh perubahan hormon dalam tubuh, tetapi dapat terjadi masalah psikis yang sifatnya individual. Kestabilan emosi akan diperolehnya kembali setelah mereka mendapatkan informasi yang baik tentang masa *menopause* (Kasdu, 2002).

Di Indonesia, usia *menopause* bervariasi antara 45-50 tahun. Namun proses perubahan ke arah menopause sudah dimulai sejak wanita berusia 40 tahun, yang dikenal dengan masa *pra-menopause*. Masa *menopause* merupakan masa memulai fase kehidupan baru sebagai wanita yang matang dalam berfikir. Adanya perubahan fisik dan emosi yang menyebabkan masa *menopause* merupakan masa yang membutuhkan penyesuaian diri dan pengertian dari berbagai pihak. Oleh karena itu wanita harus dapat menyikapi secara positif segala perubahan yang terjadi menjelang masa *menopause*, sehingga diperlukan pengetahuan untuk mempersiapkan diri menjalani masa menopause (Northrup, 2006).

Setiap tahunnya diperkirakan 25 juta wanita di seluruh dunia akan memasuki masa *menopause*. Jumlah wanita yang berusia 50 tahun ke atas di seluruh dunia akan meningkat dari 500 juta menjadi lebih satu miliar pada tahun 2030. Di Asia, menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), pada tahun 2025 jumlah wanita berusia tua akan meningkat dari 107 juta menjadi 373 juta. Hal ini didukung dengan Usia Harapan Hidup wanita yang semakin tinggi dan mereka justru lebih aktif setelah masa *menopause*. Di Indonesia umur harapan hidup dari tahun ke tahun mengalami peningkatan. Pada tahun 1971 umur harapan hidup penduduk Indonesia adalah 46,5 tahun dan pada tahun 2005 mencapai 68,2 tahun. Disamping itu terjadi pergeseran umur *menopause* dari 46 tahun pada tahun 1980 menjadi 49 tahun pada tahun 2000 (WHO, 2008).

Dari tahun ke tahun, usia harapan hidup wanita Indonesia semakin meningkat. Saat ini, usia harapan hidup wanita Indonesia adalah 67 tahun. Badan Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan usia harapan hidup wanita Indonesia adalah 75 tahun pada 2025. Hal ini berarti bahwa wanita memiliki kesempatan untuk hidup rata-rata 25 tahun sejak awal masa *menopause*. Sementara SDKI pada tahun 2003-2004 menyebutkan sekitar 21,1 % penduduk Indonesia yang telah memasuki usia menopause. Jumlah penduduk perempuan yang berusia diatas 50 tahun diperkirakan mema-

suki usia *menopause*, dari tahun ke tahun juga mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Berdasarkan Sensus Penduduk tahun 2000, jumlah penduduk berusia diatas 50 tahun baru mencapai 15,5 juta orang atau 7,6% dari total penduduk, sedangkan tahun 2020 jumlahnya diperkirakan meningkat menjadi 30 juta atau 11,5% dari total penduduk (Depkes, 2005).

Sejalan dengan penelitian Triana (2002) terhadap 30 orang wanita *pre-menopause* yang berkunjung ke Puskesmas Gondokusuman II dengan rentang usia 35-50 tahun, didapatkan bahwa 50 % tidak pernah mendengar istilah *menopause*, 53 % membutuhkan informasi yang benar mengenai *menopause* dari bidan dan dokter, 80 % tidak mengetahui gejala menghadapi *menopause*, 84 % tidak mengetahui cara memelihara kesehatan menghadapi *menopause*, dan 73,3 % tidak mengetahui resiko penyakit setelah *menopause*.

Dari hasil peninjauan awal di Kecamatan Peusangan didapatkan jumlah penduduk sekitar 44.016 jiwa, dan sekitar 9.375 jiwa (21,3%) dari jumlah penduduk terdapat wanita usia *menopause*. Sedangkan di Desa Matang Sagoe jumlah penduduk sekitar 1.981 jiwa, dengan jumlah wanita usia *menopause* sekitar 254 jiwa (12,8%) dari jumlah penduduk.

Penelitian ini akan dilakukan di Desa Matang Sagoe Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen. Adapun alasan peneliti melakukan penelitian disini antara lain karena berdasarkan data yang diperoleh dari pihak petugas kesehatan, belum ada penelitian sebelumnya tentang *menopause* yang dilakukan di daerah ini, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan wanita *pra-menopause* dengan kesiapan dalam menghadapi *menopause* di Desa Matang Sagoe Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian survei analitik dengan pendekatan *cross sectional* di Desa Matang Sagoe Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen.

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel independen, pengetahuan, dan variabel dependen, kesiapan menghadapi *menopause*.

Adapun yang menjadi populasi pada penelitian ini adalah semua ibu-ibu *pra-menopause* umur 48-55 tahun di Desa Matang Sagoe, berjumlah 53 orang. Sampel adalah bagian dari populasi, dalam penelitian ini menggunakan tehnik total sampling. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah Ibu

berumur 48-55 tahun yang masih mendapatkan haid, mampu membaca dan menulis dan bersedia menjadi responden dalam penelitian. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah ibu yang sudah tidak menetap lagi di Desa Matang Sagoe Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen atau berpindah alamat.

Dalam pengumpulan data pada penelitian ini digunakan instrumen berupa kuesioner yang berisi 30 pertanyaan yang dibuat peneliti berdasarkan penelusuran kepustakaan, yang diberikan pada responden yang memenuhi kriteria.

Teknik pengolahan data merupakan kegiatan untuk mengubah data mentah menjadi bentuk data yang ringkas dan disajikan serta dianalisis sebagai dasar pengambilan keputusan. Peneliti menggunakan kuesioner tertutup yaitu kuesioner yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih (Notoatmodjo, 2010).

Langkah-langkah pengolahan data *editing, coding, data entry, tabulating*. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan melihat persentase data yang terkumpul dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan analisa data dilanjutkan dengan menggunakan teori dan kepustakaan yang ada.

3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Wanita Pra-Menopause di Desa Matang Sagoe Kecamatan Peusangan Kab. Bireuen

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persen (%)
1	Baik	33	62,3
2	Cukup	14	26,4
3	Kurang	6	11,3
Jumlah		53	100

(Sumber: Data Primer)

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan bahwa mayoritas pengetahuan responden berada pada kategori baik yaitu sebanyak 33 orang (62,3%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi kesiapan wanita *Pra-Menopause* dalam menghadapi *menopause* di Desa Matang Sagoe Kecamatan Peusangan Kab. Bireuen

No	Kesiapan menghadapi menopause	Frekuensi	Persen (%)
1	Siap	48	90,6
2	Tidak siap	5	9,4
Jumlah		53	100

Analisa Bivariat

Berdasarkan data *cross sectional* pada tabel 3 (yang disajikan dalam lampiran), maka dapat diketahui bahwa dari 53 wanita *pra-menopause* terdapat 48 responden (90,6%) yang siap menghadapi *menopause*, dengan pengetahuan pada kategori baik berjumlah 32 responden (97,0%) dan pengetahuan pada kategori kurang berjumlah 4 responden (66,7%).

Berdasarkan hasil analisa statistik menggunakan uji *Chi-square*, pada nilai $\alpha = 0,05$ dan $df = 1$ didapat nilai $p = 0,04$ dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan wanita *pra-menopause* dengan kesiapan menghadapi *menopause* di Desa Matang Sagoe Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen. Dari hasil analisa, juga diperoleh nilai $OR = 8,00$, yang berarti bahwa ibu-ibu *pra-menopause* yang berpengetahuan baik tentang menopause memiliki kesiapan menghadapi *menopause* 8 kali lebih besar dibandingkan ibu-ibu *pra-menopause* yang berpengetahuan cukup.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diatas, maka dapat diketahui bahwa ada hubungan antara pengetahuan wanita *pra-menopause* dengan kesiapan menghadapi *menopause* di Desa Matang Sagoe Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen. Hal ini sejalan dengan pendapat Shaleha (2003), yang menyatakan bahwa dengan adanya pengetahuan yang baik tentang *menopause* diharapkan ibu siap menghadapi masa *menopause* dengan lebih baik. Pengetahuan ibu tentang menopause harus ditingkatkan karena kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan ibu tidak siap menghadapi *menopause* yang berakibat pada terjadinya berbagai gangguan psikologis yang tidak normal yang akan dihadapi pada masa *menopause*.

Wanita yang sangat mencemaskan *menopause*, besar kemungkinan karena kurang mempunyai informasi yang benar tentang masa *menopause*, sehingga wanita yang mengalami masa *menopause* perlu mencari informasi yang objektif mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan masa menopause khususnya bagi wanita *pra-menopause*, hal ini sangat penting (Noor, 2001).

Menurut asumsi peneliti, persentase wanita *pra-menopause* berpengetahuan baik lebih tinggi, dikarenakan ibu sudah pernah mendapat informasi sebelumnya tentang *menopause* dari petugas kesehatan melalui penyuluhan-penyuluhan yang diadakan di desa atau dari kader-kader desa melalui kegiatan-kegiatan yang diadakan bersama

masyarakat setempat, dan informasi dari media cetak atau media elektronik. Meningkatnya pengetahuan ibu juga dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu. Hal ini juga disebabkan karena ibu memiliki rasa ingin tahu yang lebih besar, sehingga ibu berusaha mencari informasi dari media cetak atau media elektronik, ibu juga sering mengikuti kegiatan penyuluhan tentang menopause. Namun, bagi wanita *pra-menopause* yang berpengetahuan kurang, menurut asumsi peneliti hal ini dapat disebabkan karena kurangnya informasi yang didapatkan ibu dan sikap ibu yang kurang peduli dengan adanya penyuluhan-penyuluhan dari petugas kesehatan, sehingga informasi tentang *menopause* tidak sampai kepada mereka yang mengakibatkan gejala *pra-menopause* belum dimengerti oleh sebagian wanita bahkan mereka tidak mengetahui bahwa mereka sedang berada pada masa ini. Hal ini disebabkan karena mereka belum memahami dan kurangnya pengetahuan tentang perubahan fisiologis yang terjadi pada masa *pra-menopause*, sehingga menunjukkan ketidakpahaman dan kurangnya pengetahuan mereka seputar *menopause*.

Hasil penelitian di atas menunjukkan pengetahuan wanita *pra-menopause* berada pada kategori baik. Ini berarti tingkat pengetahuan responden melalui pendidikan formal cukup baik yang dapat berpengaruh pada wawasan berfikir responden dan mampu menerima setiap informasi positif untuk pengembangan diri ke arah yang lebih baik. Sedangkan untuk pengetahuan wanita *pra-menopause* yang berada pada kategori kurang, menunjukkan bahwa ada juga responden yang tidak mengetahui tentang *menopause*. Ketidaktahuan responden disebabkan karena tidak adanya atau kurangnya informasi yang diterima, mereka berpikir masa *pre-menopause* akan dialami oleh semua wanita, jadi tidak penting untuk diketahui, dan kurangnya minat untuk mengetahui tentang *menopause*.

Menurut Maspaitella (2006), apabila wanita tidak siap secara mental menghadapi *menopause* dan tidak dibekali pengetahuan yang cukup, maka akan sangat mudah ia mengalami perubahan psikologis pada masa *menopause*. Dari sisi lain, jika dikaitkan hubungan antara pengetahuan dengan kesiapan wanita *pra-menopause*, didapatkan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan wanita *pra-menopause* dengan kesiapan menghadapi *menopause*. Adanya hubungan tersebut dikuatkan oleh pendapat Shaleha (2003), dengan adanya pengetahuan yang baik tentang *menopause* diharapkan ibu siap menghadapi masa *menopause* dengan lebih baik. Pengetahuan ibu tentang

menopause harus ditingkatkan karena kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan ibu tidak siap menghadapi *menopause* yang berakibat pada terjadinya berbagai gangguan psikologis yang tidak normal yang akan dihadapi pada masa *menopause*.

4. Simpulan dan Saran

a. Simpulan

Setelah dilakukan penelitian dan uji statistik tentang Hubungan Pengetahuan Wanita *Pra-Menopause* dengan kesiapan dalam menghadapi *Menopause* di Desa Matang Sagoe Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Pengetahuan wanita *pra-menopause* berada dalam kategori baik.
- 2) Ada hubungan antara pengetahuan ibu *pra-menopause* dengan kesiapan menghadapi *menopause*.
- 3) Ibu *pra-menopause* yang berpengetahuan baik tentang *menopause* memiliki kesiapan menghadapi *menopause* 8 kali lebih besar dibandingkan ibu-ibu *pra-menopause* yang berpengetahuan cukup.

Saran

- 1) Diharapkan kepada wanita *pra-menopause* agar terus meningkatkan pengetahuannya tentang *menopause* sehingga ibu siap menghadapi masa *menopause* dan dapat menjalaninya dengan lebih baik.
- 2) Diharapkan kepada petugas kesehatan, agar lebih meningkatkan penyuluhan dan konseling tentang *menopause* kepada ibu-ibu terutama ibu-ibu *pra-menopause*, mengingat pengetahuan ibu yang sudah baik agar dapat terus ditingkatkan.

Daftar Pustaka

- Achadiat. (2007). Hubungan Informasi Tentang Menopause. <http://indiegost.blogspot.com/2009/05/hubungan-antara-informasi-tentang.html>. [02-09-2009].
- Baziad, Ali. (2003). *Menopause dan Andropause*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
- Daniel, King. (2000). *Menopause Pria*. Panji Digital Pers.
- Harahap, Juliandi, *Kesehatan Reproduksi*, <http://library.usu.ac.id/>, 2003 [02-09-2009].

- Kasdu, Dini. (2002). *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*. Puspa Swara, Jakarta.
- Lowdermilk. (2004). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. EGC, Jakarta.
- Manuaba. (2010). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Arcan, Jakarta.
- Maspaitella, Perlu Kematangan Mental Memasuki Menopause, <http://situs.kesrepro.info/>, Maret 2004 [02-09-2009].
- _____. Mengatasi Gangguan Emosional pada Wanita Menopause, <http://www.klinikmedis.com/>, 04-02-2006 [02-09-2009].
- Northrup, Christiane. (2006). *Bijak Di Saat Menopause*. Q-Press Pustaka Hidayah, Bandung.
- WHO, Research on The Menopause, <http://www.who.int/reproductive-health/>, 2008 [02-09-2009].
- .
- Penulis :**
- Irma Fitria, SST.**
- Lahir di Matang Sagoe pada 10 Desember 1987. Bekerja sebagai dosen pada Program Diploma III Kebidanan Universitas Almuslim. Lulusan D-IV Bidan Pendidik pada POLTEKKES Kemenkes Aceh.
- .

Lampiran:

Tabel 3.
Hubungan pengetahuan Wanita *Pra-Menopause* dengan Kesiapan dalam menghadapi *Menopause* di Desa Matang Sagoe Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen

Pengetahuan	Kesiapan Menghadapi Menopause				Total		Nilai	P value	OR
	Siap		Tidak Siap						
	f	%	f	%	f	%	0,05	0.04	8,00
Baik	32	97,0	1	3,0	33	100,0			
Cukup	12	85,7	2	14,3	14	100,0			
Kurang	4	66,7	2	33,3	6	100,0			
Total	48	90,6	5	9,4	53	100,0			