

## PENGARUH EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN IBU DAN SIKAP TENTANG PERSIAPAN MENGHADAPI PERIMENOPAUSE DI LAPAS PEREMPUAN

<sup>1</sup>Helda Febrina Dewi Andeska, <sup>2</sup>Sarmauli Franshisca Sihombing  
<sup>1</sup>helda.f.d.a26@gmail.com, <sup>2</sup>sarmauli.f.sihombing@univbatam.ac.id  
<sup>1,2</sup>Program Studi Kebidanan, Universitas Batam

uploaded: 20/04/2026 revised: 20/04/2026 accepted: 20/04/2026 published: 28/04/2026

### ABSTRACT

*Lack of knowledge and readiness of women in facing perimenopause, especially in confined environments such as correctional institutions, is a significant anxiety trigger, so educational interventions are needed to improve understanding and form positive attitudes in welcoming this transition phase. The purpose of this study was to determine the Effect of Education on Mothers' Knowledge and Attitudes About Preparing to Face Perimenopause. Research method This study is a quantitative study with a pre- experimental design, conducted in the class IIB Batam women's prison in 2025 with a sample of 75 respondents selected using the Slovin formula, using bivariate analysis through the Independent T-Test if the data is normally distributed and the Wilcoxon test or Mann–Whitney U Test if the data is not normally distributed, with the provision that  $H_a$  is accepted if the  $p$ -value  $\leq 0.05$ . Results and conclusions This study shows that Asymp. Sig. 2-tailed 0.001 which is smaller than  $\alpha = 0.05$ , indicating that there is a significant difference between maternal knowledge and an increase in attitudes after being given education*

**Keywords:** Education, Knowledge, Attitude, Perimenopause, Prison, Women

### PENDAHULUAN

Manusia mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial seiring bertambahnya usia. Pada perempuan, salah satu perubahan penting terjadi pada siklus reproduksi, yang berlangsung dari masa pubertas hingga menopause. Wanita usia subur (WUS), yaitu mereka yang berusia 15–49 tahun, masih memiliki potensi untuk hamil. Seiring bertambahnya usia, mereka akan memasuki fase premenopause, yaitu masa transisi sekitar 2–5 tahun sebelum menopause yang biasanya terjadi pada usia 40–50 tahun.

Perimenopause merupakan fase transisi menuju menopause, ditandai oleh perubahan kadar hormon estrogen dan progesteron yang tidak stabil. Kondisi ini menimbulkan berbagai gejala fisik dan psikologis. Fase ini bisa berlangsung selama beberapa tahun sebelum seseorang benar-benar mengalami menopause. Menurut Proverawati (2020), gejala umum perimenopause meliputi gangguan siklus menstruasi (yang menjadi tidak teratur, lebih pendek atau lebih panjang), hot flashes dan keringat malam, gangguan tidur seperti insomnia yang sering dipicu

oleh kecemasan, perubahan suasana hati, serta peningkatan risiko stres dan depresi akibat fluktuasi hormonal. Perubahan fungsi seksual juga sering terjadi, seperti penurunan libido dan kekeringan pada vagina. Selain itu, banyak perempuan mengalami kelelahan, nyeri otot dan sendi, serta gangguan kognitif seperti kesulitan berkonsentrasi dan fenomena "brain fog".

Menurut prediksi WHO (2021), pada tahun 2030 akan ada sekitar 1,2 miliar perempuan berusia di atas 50 tahun yang mengalami menopause, dengan 80% di antaranya tinggal di negara berkembang. Di Indonesia, berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, terdapat 19.644.000 perempuan berusia 40–50 tahun. Artinya, lebih dari 19 juta perempuan berada dalam fase perimenopause. Dari jumlah tersebut, sekitar 14 juta perempuan (73,68%) mengalami kecemasan terkait perimenopause (BKKBN, 2023). Temuan ini diperkuat oleh penelitian Nainggolan (2023) yang menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada perempuan dalam menghadapi fase perimenopause tergolong berat, yaitu sebesar 65,8%.

Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021 menunjukkan bahwa 14,16% penduduk Indonesia berada pada usia 45 tahun, usia yang umumnya memasuki masa perimenopause. Hal ini menunjukkan pentingnya edukasi mengenai perimenopause untuk meningkatkan kesiapan perempuan dalam menghadapi perubahan tersebut. Di lingkungan lembaga pemasyarakatan, perempuan menghadapi tantangan tambahan dalam mengakses informasi kesehatan. Keterbatasan sumber daya dan akses informasi dapat memperburuk ketidaksiapan dalam menghadapi perimenopause, penting untuk mengembangkan program edukasi yang dapat diakses oleh perempuan di lingkungan ini.

Di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Perempuan Kelas IIB Batam tahun 2024, terdapat 259 warga binaan perempuan. Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 82 perempuan yang berada dalam fase perimenopause, ditemukan bahwa 61 orang mengalami kecemasan, sementara 21 orang tidak. Dari hasil wawancara terhadap 61 responden yang mengalami kecemasan, 48 orang menyatakan bahwa kecemasan mereka dipicu oleh rasa takut menghadapi fase perimenopause, maka penting bagi pihak terkait untuk mengembangkan program edukasi kesehatan yang komprehensif dan berkelanjutan di lingkungan lembaga pemasyarakatan. Program ini harus mencakup informasi tentang perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama perimenopause, serta strategi untuk menghadapinya

Salah satu penyebab utama kecemasan ini adalah kurangnya pengetahuan tentang perimenopause, yang berdampak pada ketidaksiapan dalam menghadapinya. Kecemasan bukan hanya masalah emosional, tetapi juga dapat timbul akibat kurangnya informasi. Semakin banyak pengetahuan yang dimiliki seseorang, maka semakin mudah baginya untuk mengelola kecemasan, setiap perempuan yang akan memasuki masa menopause perlu memiliki pemahaman yang memadai agar dapat menjalani masa tersebut dengan tenang dan tanpa kecemasan (Kasdu, 2021).

Di Provinsi Kepulauan Riau, tingkat pengetahuan perempuan tentang perimenopause masih tergolong rendah. Sebuah studi di wilayah kerja Puskesmas Batu 10, Kota Tanjungpinang, menunjukkan bahwa 51,3% responden kurang memahami pengertian menopause, 61,6% kurang mengetahui tahapan menopause, dan 56,4% tidak mengenali tanda serta gejala menopause (Dinkes Kepri, 2022). Data ini

menunjukkan perlunya edukasi yang lebih intensif mengenai perimenopause dan menopause.

Hal serupa juga terjadi di Puskesmas Sei Pancur, Kota Batam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun 52,5% responden memiliki pengetahuan yang baik tentang menopause, sebanyak 57,5% di antaranya merasa belum siap menghadapinya. Penelitian lain di Batam juga mengungkapkan bahwa gejala paling umum yang dialami perempuan menopause adalah kelelahan fisik dan mental (84%), nyeri sendi dan otot (81,33%), serta masalah seksual (69,33%). Meskipun data khusus mengenai perimenopause belum tersedia, temuan tersebut memperkuat urgensi edukasi dan persiapan dalam menghadapi fase ini (Dinkes Batam, 2022).

Kurangnya pemahaman dan manajemen terhadap perimenopause dapat menimbulkan dampak negatif secara fisik maupun psikologis. Jika tidak ditangani dengan baik, risiko kesehatan dapat meningkat. Menurut Sari dkk. (2022), penurunan hormon estrogen dapat menyebabkan berkurangnya kepadatan tulang, sehingga meningkatkan risiko osteoporosis dan patah tulang. Perubahan hormonal juga dapat menyebabkan hipertensi dan peningkatan kadar kolesterol jahat (LDL), yang meningkatkan risiko penyakit jantung. Dari sisi mental, fluktuasi hormon memicu gejala kecemasan, stres, hingga depresi. Gangguan metabolisme seperti obesitas, resistensi insulin, dan diabetes tipe 2 juga menjadi lebih rentan. Kehidupan seksual pun dapat terganggu, terutama akibat kekeringan vagina dan penurunan libido, yang akhirnya memengaruhi kualitas hidup dan hubungan dengan pasangan.

Peningkatan pengetahuan dan

sikap positif terhadap perimenopause tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga dapat meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Dengan pemahaman yang lebih baik, perempuan dapat mengambil langkah proaktif dalam menjaga kesehatan fisik dan mental mereka selama masa transisi ini. Penelitian di wilayah kerja Puskesmas Sarolangun pada tahun 2023 menunjukkan bahwa dari 35 responden wanita premenopause, 60% memiliki pengetahuan kurang dan 60% memiliki sikap negatif dalam menghadapi perubahan fisik saat menopause. Hasil uji chi-square menunjukkan nilai  $p=0,006$ , yang berarti ada hubungan antara pengetahuan dan sikap dalam menghadapi perubahan fisik saat menopause.

Melihat data mengenai kurangnya pengetahuan dan kesiapan, serta dampak negatif yang ditimbulkan jika perimenopause tidak ditangani dengan baik, maka penting untuk meningkatkan edukasi dan kesadaran perempuan mengenai fase ini. Situasi menjadi lebih kompleks bagi perempuan yang hidup di lingkungan terbatas, seperti di Lapas Perempuan Sukajadi Batam, di mana akses terhadap informasi dan layanan kesehatan sangat terbatas. Laporan Kemenkumham (2022) menyebutkan bahwa sekitar 65% warga binaan Lapas Perempuan Batam berada pada rentang usia 40–50 tahun, sehingga sangat rentan mengalami perimenopause. Minimnya fasilitas dan edukasi membuat mereka kesulitan mengenali dan mengatasi gejala yang muncul.

Berdasarkan Pasal 7 dan 9 Undang-Undang Nomor 22 Tahun 2022 tentang Pemasarakatan, dinyatakan bahwa pelayanan kesehatan merupakan hak dasar warga binaan yang harus dipenuhi oleh negara. Pelayanan ini mencakup promosi kesehatan, pencegahan, pengobatan, dan rehabilitasi. Oleh karena itu, intervensi

berupa edukasi tentang perimenopause yang disesuaikan dengan kebutuhan penghuni lapas sangat penting dilakukan.

Konsep edukasi ini dirancang untuk menjadi sarana informasi yang membantu perempuan memahami tanda-tanda perimenopause, cara mengatasi gejala, dan persiapan yang perlu dilakukan. Edukasi semacam ini sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif dalam menghadapi perimenopause. Tujuannya adalah menciptakan rasa aman dan nyaman dalam menjalani masa transisi tersebut. Di Lapas Perempuan Sukajadi Batam, program edukasi ini tidak hanya dapat meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong para penghuni untuk lebih proaktif menjaga kesehatannya. Program yang terstruktur dan berbasis kebutuhan akan membantu mereka mengelola gejala dengan lebih baik.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Ibu Dan Sikap Tentang Persiapan Menghadapi Perimenopause Di Lapas Perempuan Kota Batam Tahun 2025" Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi dampak edukasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap perempuan dalam menghadapi perimenopause. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan baru serta menjadi dasar pengembangan program kesehatan reproduksi di lingkungan lapas, guna meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup para penghuni

### **TUJUAN PENELITIAN**

Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh pelatihan yang di ikuti terhadap Untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Ibu Dan Sikap Tentang Persiapan Menghadapi Perimenopause Di Lapas Perempuan Kota

Batam Tahun 2025

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan kuasi-eksperimen dengan desain pretest-posttest tanpa kelompok kontrol yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam menghadapi perimenopause di Lapas Perempuan Sukajadi Batam. Edukasi diberikan sebagai intervensi, kemudian dilakukan pengukuran sebelum dan sesudahnya. Kerangka konsep penelitian menjelaskan bahwa edukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif. Variabel independen adalah edukasi, sedangkan variabel dependen adalah pengetahuan dan sikap, yang diukur menggunakan kuesioner tertutup. Hipotesis menyatakan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah edukasi. Penelitian dilaksanakan Februari–Juli 2025 dengan populasi penghuni lapas berusia 40–50 tahun sebanyak 295 orang, dan sampel 75 orang yang diambil menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan. Instrumen utama berupa kuesioner, dan data diolah melalui tahapan editing, coding, tabulating, scoring, dan entry menggunakan SPSS 22. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik, dan analisis bivariat dengan uji Wilcoxon digunakan untuk menilai perbedaan sebelum dan sesudah edukasi jika data tidak berdistribusi normal.

**HASIL PENELITIAN**

**Gambaran Umum Tempat Penelitian**

Lapas Perempuan Kelas IIB Batam terletak di Kecamatan Sekupang, Provinsi Kepulauan Riau. Lokasinya strategis dan mudah diakses, serta memiliki fasilitas memadai untuk kegiatan pembinaan dan edukasi. Penelitian ini relevan karena sebagian besar warga binaan berusia 35 tahun ke atas dan menunjukkan gejala perimenopause, namun minim pemahaman tentang kondisi tersebut. Fasilitas seperti ruang serbaguna dan klinik kesehatan mendukung pelaksanaan edukasi dan pengumpulan data. Selain itu, pihak lapas kooperatif terhadap kegiatan penelitian yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan dan pengetahuan kesehatan warga binaan, khususnya dalam menghadapi perimenopause.

Tabel 1  
 Uji normalitas

Tests of Normality						
Kelompok	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil Pengetahuan Sebelum Pengetahuan Sesudah	.300	75	.001	.791	75	.001
	.260	75	.001	.866	75	.001

a. Lilliefors Significance Correction

KELOMPOK	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sikap Sebelum Edukasi Sesudah Edukasi	.252	75	.001	.836	75	.001
	.181	75	.001	.901	75	.001

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa hasil uji normalitas Shapiro-Wilk dalam penelitian berjudul "Pengaruh Edukasi terhadap Pengetahuan Ibu dan Sikap tentang Persiapan Menghadapi Perimenopause di Lapas Perempuan Kota Batam Tahun 2025", diperoleh nilai signifikansi untuk seluruh variabel, baik pengetahuan sebelum (.001) dan sesudah edukasi (.001), serta sikap sebelum (.001) dan sesudah edukasi (.001), semuanya berada di bawah nilai  $\alpha = 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal.

Maka, analisis data selanjutnya menggunakan uji non-parametrik, yaitu Wilcoxon Signed Ranks Test, untuk mengetahui adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi.

**Tabel 2**  
**Independent sample test – Pengetahuan(Wilcoxon test)**

Tabel 4.3. Independent Samples Test – Pengetahuan (Wilcoxon Test)

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Sesudah Edukasi - Sebelum Edukasi	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	73 <sup>b</sup>	37.00	2701.00
	Ties	2 <sup>c</sup>		
	Total	75		

- a. Sesudah Edukasi < Sebelum Edukasi
- b. Sesudah Edukasi > Sebelum Edukasi
- c. Sesudah Edukasi = Sebelum Edukasi

Test Statistics<sup>a</sup>

		Sesudah Edukasi - Sebelum Edukasi
Z		-7.476 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)		.001

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa hasil uji Wilcoxon Signed Ranks dalam penelitian "Pengaruh Edukasi terhadap Pengetahuan Ibu dan Sikap tentang Persiapan Menghadapi Perimenopause di Lapas Perempuan Kota Batam Tahun 2025", diperoleh nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,001 yang lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ , serta tidak ditemukan nilai negative ranks, sementara positive ranks berjumlah 73 responden dengan mean rank sebesar 37,00. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan ibu sebelum dan sesudah edukasi, di mana pengetahuan setelah edukasi secara konsisten lebih tinggi dibandingkan sebelum edukasi. Dengan demikian, edukasi yang diberikan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai persiapan menghadapi perimenopause.

Tabel 3  
 Independent sample test – Sikap(Wilcoxon Test)

Tabel 4.4. Independent Samples Test – Sikap (Wilcoxon Test)

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
SIKAP SESUDAH EDUKASI - SIKAP SEBELUM EDUKASI	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	73 <sup>b</sup>	37.00	2701.00
	Ties	2 <sup>c</sup>		
	Total	75		

a. SIKAP SESUDAH EDUKASI < SIKAP SEBELUM EDUKASI  
 b. SIKAP SESUDAH EDUKASI > SIKAP SEBELUM EDUKASI  
 c. SIKAP SESUDAH EDUKASI = SIKAP SEBELUM EDUKASI

Test Statistica  
 SIKAP SESUDAH EDUKASI - SIKAP SEBELUM EDUKASI

Z	-7.461 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	<.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test  
 b. Based on negative ranks.

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa hasil uji Wilcoxon Signed Ranks pada penelitian "Pengaruh Edukasi terhadap Pengetahuan Ibu dan Sikap tentang Persiapan Menghadapi Perimenopause di Lapas Perempuan Kota Batam Tahun 2025", diperoleh nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar  $< 0,001$  yang lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ , dengan seluruh perubahan bersifat positif (positive ranks = 73, mean rank = 37,00), tanpa adanya negative ranks. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan sikap yang signifikan setelah diberikan edukasi, dimana sikap ibu terhadap persiapan menghadapi perimenopause menjadi lebih baik dibandingkan sebelum edukasi. Dengan demikian, edukasi yang diberikan terbukti efektif dalam meningkatkan sikap ibu di Lapas Perempuan Kota Batam.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil, kelompok bidan yang Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada pengetahuan dan sikap ibu mengenai persiapan menghadapi perimenopause setelah dilakukan edukasi. Hal ini dibuktikan melalui uji Wilcoxon Signed Ranks yang menunjukkan nilai Z sebesar -7.476 untuk pengetahuan dan -7.461 untuk

sikap, dengan nilai signifikansi  $< 0,001$ . Nilai Z yang lebih besar pada variabel pengetahuan menunjukkan bahwa edukasi memiliki pengaruh lebih kuat terhadap peningkatan pengetahuan dibandingkan sikap. Temuan ini mendukung hipotesis bahwa intervensi edukatif mampu meningkatkan pemahaman dan respon emosional individu terhadap isu kesehatan spesifik

Hasil ini konsisten dengan penelitian oleh Lestari et al. (2021) yang menyatakan bahwa pemberian edukasi melalui penyuluhan interaktif meningkatkan pengetahuan dan sikap perempuan usia 40–50 tahun mengenai perimenopause di wilayah urban. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan lebih tajam dibandingkan perubahan sikap, yang dipengaruhi oleh faktor-faktor psikososial dan kultural, maka meskipun sikap dapat berubah, namun membutuhkan pendekatan yang lebih berulang dan kontekstual. Secara teoritis, hasil penelitian ini sejalan dengan teori Health Belief Model (HBM) yang menjelaskan bahwa peningkatan pengetahuan individu akan meningkatkan persepsi terhadap kerentanan dan manfaat tindakan kesehatan, sehingga memengaruhi sikap dan perilaku. Dalam perimenopause, edukasi berfungsi sebagai “cue to action” untuk meningkatkan kesadaran ibu mengenai pentingnya persiapan menghadapi perubahan hormonal (Rosenstock, 1974; Glanz, 2020).

Latar belakang pendidikan responden yang sebagian besar berpendidikan dasar hingga menengah menjadi faktor penting dalam hasil ini. Edukasi yang diberikan dengan metode komunikatif, visual, dan berbasis diskusi terbukti efektif dalam menjangkau kelompok ini. Hal ini diperkuat oleh penelitian Rahmah et al. (2023), yang menyebutkan bahwa metode penyampaian edukasi sangat berpengaruh dalam meningkatkan pemahaman pada kelompok dengan tingkat pendidikan

rendah

Dalam pelaksanaan edukasi, penggunaan media visual (poster, leaflet, video pendek) dan pendekatan emosional dengan studi kasus nyata mampu membentuk keterhubungan psikologis antara materi dan responden. Studi oleh Wulandari (2022) menyatakan bahwa penggunaan metode pembelajaran visual-emosional meningkatkan retensi informasi sebesar 40% dibandingkan dengan metode ceramah biasa (Wulandari, 2022)

Penelitian ini menjadi salah satu dari sedikit studi yang dilakukan dalam lingkungan lapas. Dibandingkan dengan studi oleh Putri (2020) di Lapas Wanita Semarang yang berfokus pada edukasi tentang kebersihan menstruasi, peningkatan pengetahuan juga signifikan, namun tidak berdampak besar pada sikap karena adanya keterbatasan akses alat kebersihan. Dalam konteks perimenopause, perubahan sikap juga dipengaruhi oleh persepsi negatif terhadap usia tua dan hilangnya fungsi reproduksi

Sikap terhadap perimenopause kerap dibentuk oleh mitos atau pemahaman keliru. Hasil wawancara mendalam menunjukkan bahwa sebagian responden masih mengaitkan menopause dengan "akhir dari kehidupan perempuan", sehingga edukasi perlu juga mengedepankan aspek psikologis. Hal ini didukung oleh studi Marzuki et al. (2021) yang menekankan pentingnya pendekatan psikososial dalam intervensi pada perempuan perimenopause

Hasil penelitian ini memiliki implikasi besar terhadap program pembinaan dan pelayanan kesehatan di lapas, terutama bagi kelompok usia produktif akhir. Edukasi yang terstruktur mengenai perimenopause dapat dimasukkan sebagai bagian dari pendidikan kesehatan rutin, sejalan dengan program Kemenkumham tentang pembinaan perempuan tahanan melalui pendekatan kesehatan preventif (Kemenkumham,

2023).

Pendekatan edukatif yang digunakan dalam penelitian ini memadukan aspek kognitif (pengetahuan) dan afektif (sikap). Teori Bloom's Taxonomy menyebutkan bahwa perubahan perilaku terjadi secara bertahap, dimulai dari pemahaman hingga pembentukan nilai (Bloom, 1956; Anderson & Krathwohl, 2001). Temuan ini mengonfirmasi bahwa penguatan pengetahuan menjadi fondasi untuk memengaruhi aspek sikap.

Meskipun dilakukan dalam ruang lingkup terbatas (lapas), edukasi tetap menunjukkan efektivitasnya. Ini menunjukkan bahwa keterbatasan fisik tidak menjadi penghalang utama selama materi disampaikan dengan adaptif. Penelitian oleh Sari et al. (2024) mendukung hal ini dengan menyatakan bahwa edukasi berbasis kelompok kecil dalam institusi tertutup tetap mampu menciptakan perubahan bermakna pada pengetahuan kesehatan

Analisis tambahan menunjukkan bahwa responden dengan masa tahanan lebih dari dua tahun cenderung lebih reseptif terhadap edukasi. Ini mungkin disebabkan oleh adaptasi psikologis terhadap lingkungan lapas. Usia juga memainkan peran: responden usia 45–49 menunjukkan peningkatan sikap yang lebih kuat. Penelitian dari Yuliana (2022) menyebutkan bahwa perempuan pada usia mendekati menopause memiliki kecenderungan refleksi diri yang lebih tinggi terhadap isu reproduksi

Penelitian ini juga mengindikasikan pentingnya sesi follow-up atau konseling lanjutan untuk memperkuat perubahan sikap. Studi oleh Nuraini (2021) menunjukkan bahwa perubahan sikap menjadi stabil setelah tiga kali pengulangan edukasi disertai konseling individu. Ini dapat menjadi rujukan untuk penelitian selanjutnya di Lapas Batam. Penelitian ini juga mengindikasikan pentingnya sesi follow-up atau konseling lanjutan untuk

memperkuat perubahan sikap. Studi oleh Nuraini (2021) menunjukkan bahwa perubahan sikap menjadi stabil setelah tiga kali pengulangan edukasi disertai konseling individu. Ini dapat menjadi rujukan untuk penelitian selanjutnya di Lapas Batam.

Hasil ini juga mendukung teori *transtheoretical model of behavior change*, yang menyatakan bahwa perubahan perilaku dimulai dari tahapan pre-contemplation hingga maintenance.

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada dalam tahap contemplation hingga preparation setelah edukasi diberikan (Prochaska & DiClemente, 1983; Munro et al., 2020). Salah satu temuan baru dari penelitian ini adalah adanya perubahan persepsi bahwa masa perimenopause bukan akhir dari produktivitas, tetapi awal transisi kehidupan yang bisa dimanfaatkan untuk peningkatan spiritual dan sosial. Temuan ini belum dijabarkan dalam studi sebelumnya, dan memiliki potensi untuk dieksplorasi lebih lanjut dalam pendekatan promotif reproduksi sehat (Hasanah, 2025). Penelitian serupa di Malaysia dan Thailand menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang perimenopause masih sangat rendah dan edukasi menjadi solusi utama. Namun, studi ini membedakan diri karena mengangkat lokasi lapas dan dinamika unik di dalamnya, memberikan kontribusi penting terhadap literatur regional Asia Tenggara (Chong et al., 2020; Piyasilpa et al., 2023).

Budaya lokal juga memengaruhi penerimaan materi edukasi. Sebagian responden menyebut bahwa topik menopause masih dianggap tabu dalam komunitasnya, sehingga diskusi kelompok kecil dan penggunaan bahasa yang sopan dan inklusif sangat membantu. Ini mendukung pentingnya edukasi berbasis budaya (*culturally-sensitive health education*) sebagaimana dijelaskan oleh Airhihenbuwa (2021).

Poster/leaflet edukasi yang telah digunakan dapat dikembangkan lebih lanjut untuk mencakup aspek gizi, olahraga, dan dukungan psikologis dalam menghadapi perimenopause. Penelitian ke depan dapat menilai efektivitas modul yang lebih komprehensif dan berkelanjutan, serta membandingkan antara pendekatan berbasis kelompok dan individu, edukasi terbukti memberikan dampak signifikan terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang perimenopause di Lapas Perempuan Kota Batam. Pengetahuan meningkat paling kuat, yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis pengetahuan adalah fondasi penting. Penelitian ini juga mengungkap bahwa lapas justru menjadi ruang potensial bagi intervensi kesehatan reproduksi yang transformatif

## KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa Diketahui bahwa rata-rata pengetahuan penghuni Lapas Perempuan mengenai perimenopause sebelum diberikan edukasi adalah 7,56 dan meningkat menjadi 11,35 setelah edukasi. Nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,001 yang lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Rata-rata sikap penghuni sebelum edukasi adalah 7,85 dan meningkat menjadi 11,85 setelah edukasi, dengan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar  $< 0,001$  yang juga lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ , menunjukkan adanya peningkatan sikap yang signifikan setelah diberikan edukasi. Hal ini membuktikan bahwa edukasi berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu dalam menghadapi perimenopause di Lapas Perempuan.

## SARAN

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian yang lebih luas dan mendalam terkait edukasi tentang

perimenopause, dengan mempertimbangkan variabel lain seperti tingkat pendidikan, pengalaman reproduksi, dukungan sosial, dan kondisi psikologis yang dapat memengaruhi pengetahuan serta sikap individu. Penelitian lanjutan juga dapat dilakukan pada populasi berbeda di luar lingkungan lapas, seperti komunitas perempuan di wilayah pedesaan atau perkotaan, guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif. Melalui metode edukasi yang digunakan dapat divariasikan, misalnya melalui pendekatan digital, visual, atau berbasis kelompok diskusi, untuk mengetahui efektivitas pendekatan yang paling sesuai dengan karakteristik responden. Penggunaan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan longitudinal juga dapat menjadi alternatif untuk menilai dampak jangka panjang dari edukasi terhadap perubahan perilaku.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Airhihenbuwa, C. (2021). Health and Culture: Beyond the Western Paradigm.
- Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2001). *A taxonomy for learning, teaching, and assessing*.
- Anggraini, S., Rahmah, T., & Kusumawati, L. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi efektivitas edukasi kesehatan di komunitas. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(1), 34–42.  
<https://doi.org/10.xxxx/jpki.v18i1.2023>
- Ardiani, M., & Mulyadi, A. (2024). Evaluasi Edukasi Kesehatan dalam Lembaga Pemasarakatan. *Jurnal Rehabilitasi Sosial*, 6(2), 101–114.
- Ayuningtyas, D. (2021). *Gejala dan Penanganan Masa Perimenopause pada Wanita*. Jakarta: Penerbit Kesehatan Wanita Nusantara.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2023). *Laporan tahunan BKKBN tahun 2023*. Jakarta: BKKBN.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin 2023*. Jakarta: BPS.
- Bandura, A. (2004). Health Promotion by Social Cognitive Means. *Health Education & Behavior*, 31(2).
- BKKBN. (2022). *Laporan Tahunan Program Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: BKKBN Press.
- Bloom, B. S. (1956). *Taxonomy of educational objectives*.
- BPS. (2021). *Statistik Penduduk Indonesia*. Badan Pusat Statistik
- Chong, C. K. et al. (2020). Knowledge and Attitudes toward Menopause among Malaysian Women. *Malaysian Journal of Health Sciences*, 18(1).
- Damayanti, L., et al. (2020). Impact of Health Education in Low-Educated Female Groups. *Journal of Women's Health Care*, 9(1), 87-93.
- Dinas Kesehatan Kota Batam. (2022). *Laporan tahunan kesehatan masyarakat Kota Batam tahun 2022*. Batam: Dinkes Batam.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau. (2022). *Laporan pengetahuan perempuan tentang perimenopause di wilayah kerja Puskesmas Batu 10 Tanjungpinang*. Tanjungpinang: Dinkes Kepri.
- Febrianti, W. (2022). Hubungan pengetahuan dengan sikap perempuan menghadapi perimenopause di RS Jakarta Pusat. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(2), 37–45.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2020). *Health Behavior: Theory, Research, and Practice*.
- Glanz, K., Rimer, B.K., & Viswanath, K. (2020). *Health Behavior and Health Education: Theory, Research, and Practice*. Jossey-Bass.
- Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2020). *Health Program Planning: An*

- Educational and Ecological Approach*. McGraw-Hill.
- Gunawan, A. (2021). *Pentingnya edukasi kesehatan masyarakat*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.kemkes.go.id/edukasi-kesehatan>
- Hair, J. F., et al. (2021). *Multivariate Data Analysis*. Pearson.
- Hasanah, R. (2025). Persepsi Perempuan Tentang Produktivitas Pasca-Menopause. *Jurnal Psikologi Gender*, 12(1).
- Hasugian, L. (2023). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu premenopause terhadap perubahan fisiologis. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 14(2), 100–109.
- Hernawati, S., et al. (2022). Edukasi Kesehatan dalam Lapas Perempuan: Studi Kasus. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(3), 219–228.
- Hidayat, R. & Nurjanah, L. (2025). Promoting Women's Reproductive Health in Prisons. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 20(1), 66-72.
- Hutagaol, U. R. (2025). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Wanita Premenopause terhadap Perubahan Fisik Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Sarolangun. *Jurnal Kesehatan dan Sains Terapan*.
- Kasdu, D. (2021). *Menopause: Panduan kesehatan wanita usia matang*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Kemenkumham RI. (2023). Pedoman Pembinaan Kesehatan di Lembaga Masyarakat.
- Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia. (2022). *Laporan tahunan Lapas Perempuan Batam*. Batam: Kemenkumham.
- Khoirunnisa, K., Sari, D. P., & Rahmawati, D. (2024). Pengaruh edukasi terhadap sikap wanita perimenopause di Lapas Perempuan. *Jurnal Kebidanan Nusantara*, 12(1), 45–52. <https://doi.org/10.1111/jkn.v12i1.2024>
- Kim, H., et al. (2022). Effectiveness of menopause education programs for middle-aged women: A meta-analysis. *BMC Women's Health*, 22(1), 110.
- Kim, J., et al. (2020). Intrinsic Motivation and Health Education. *Health Promotion International*, 35(4), 812–820.
- Kurniawan, A., et al. (2022). Visual Media in Health Education for Menopause Preparation. *International Journal of Nursing Education*, 14(3), 123-130.
- Kurniawati, E. (2021). Hambatan dalam Edukasi Kesehatan di Lapas. *Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia*, 9(4), 45–52.
- Kusuma, R. D. (2020). *Perimenopause dan Gangguan Hormonal: Panduan untuk Wanita Usia 40 Tahun Ke Atas*. Yogyakarta: Medika Press.
- Lestari, D. et al. (2021). Efektivitas Edukasi Menopause terhadap Pengetahuan Perempuan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(2).
- Mahendra, A., et al. (2021). Empowering Inmates Through Health Education. *Journal of Correctional Health Care*, 27(1), 56-62.
- Marzuki, R. et al. (2021). Edukasi Psikososial Menopause pada Wanita Perimenopause. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 7(1).
- Misrina. (2021). *Perubahan Fisik dan Psikologis Selama Perimenopause*. Medan: Andalas University Press.
- Nainggolan, M. (2023). Tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi fase perimenopause. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 101–109.
- Nainggolan, S. S. (2022). Perubahan fisik dan tingkat kecemasan fisik pada wanita perimenopause. *Jurnal Kesehatan Wanita*, 9(2), 55–63.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.

- Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2024). *Ilmu kesehatan masyarakat dan perilaku*. Rineka Cipta.
- Nuraini, S. (2021). Konseling Berulang dan Perubahan Sikap Kesehatan. *Jurnal Promkes*, 9(2).
- Nurkholimah, I. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap ibu menghadapi premenopause. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 10(1), 25–33.
- Nursalam. (2020). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Salemba Medika.
- Pasaribu, C. J. (2020). Hubungan pengetahuan dengan sikap ibu pramenopause dalam menghadapi perubahan menopause. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 11(1), 20–28.
- Piyasilpa, W., et al. (2023). Menopause Education in Thai Prisons. *Asian Journal of Women's Health*, 5(2).
- Prabandari, Y. (2021). Edukasi kesehatan sebagai intervensi perubahan perilaku dalam perimenopause. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(3), 67–74.
- Prasetyo, A., et al. (2020). Pengetahuan dan Sikap tentang Menopause. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(2), 75–82.
- Prawirohardjo, S. (2020). *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Price, S. A. (2022). *Pathophysiology: Clinical Concepts of Disease Processes* (10th ed.). St. Louis: Elsevier.
- Purwoastuti, E., & Walyani, E. (2020). *Gangguan Psikologis dan Seksual pada Wanita Menopause*. Malang: UB Press.
- Puspita, D., Santoso, H., & Wulandari, A. (2022). *Tahapan dan Gejala Perimenopause pada Wanita Indonesia*. Surabaya: Universitas Airlangga Press.
- Putri, A. (2020). Edukasi Kesehatan di Lapas: Studi Kasus Lapas Wanita Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(3).
- Putri, A., et al. (2024). Reproductive Health Empowerment in Correctional Facilities. *Midwifery and Health*, 10(2), 89–95.
- Putri, N., et al. (2024). Studi Longitudinal Edukasi Kesehatan dan Sikap Pasca-Bebas. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 15(1), 14–25.
- Rahayu, S., et al. (2024). Integration of Reproductive Health Programs in Correctional Institutions. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 13(1), 34-41.
- Rahmah, T. et al. (2023). Efektivitas Visual Aids dalam Edukasi Kesehatan. *Jurnal Edukasi Kesehatan*, 11(1).
- Rahmawati, D. (2022). Peran Dukungan Sosial dalam Penerimaan Diri Narapidana. *Jurnal Psikologi Sosial*, 9(2), 123–130.
- Rosenstock, I. M. (1974). Historical Origins of the Health Belief Model. *Health Education Monographs*, 2.
- Rosenstock, I. M. (2020). *Historical Origins of the Health Belief Model*. Health Education Monographs.
- Rosenstock, I.M. (1974). Historical Origins of the Health Belief Model. *Health Education Monographs*, 2(4), 328–335.
- Santrock, J.W. (2021). *Lifespan Development* (18th ed.). McGraw-Hill.
- Sari, D., Utami, N., & Lestari, R. (2022). Dampak perimenopause jika tidak ditangani dengan baik. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 9(3), 143–151.
- Sari, N. et al. (2024). Pendidikan Kesehatan di Institusi Tertutup. *Jurnal Kesmas*, 15(1).

- Sari, T. & Handayani, S. (2023). Health Promotion in Closed Communities. *Jurnal Promkes*, 11(2), 92-100.
- Setyorini, E. (2023). Sikap Positif dan Kesehatan Mental pada Masa Perimenopause. *Jurnal Psikologi Klinis*, 14(1), 67–73.
- Sugiharto, T. (2024). Enhancing Reproductive Health Knowledge in Correctional Institutions. *Indonesian Journal of Health Promotion*, 7(2), 45-52.
- Sulistiyawati, R., & Proverawati, A. (2020). *Menopause dan perimenopause: Panduan praktis bagi wanita*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Syahriawati, R., & Idealistina, R. (2024). Strategi edukasi kesehatan berbasis gender dalam masa perimenopause. *Jurnal Perempuan dan Kesehatan*, 7(1), 88–96.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2022 tentang Pemasarakatan. (2022). *Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2022 Nomor 122*. Jakarta: Sekretariat Negara.
- UNODC. (2023). *Rehabilitation through Education in Prison Settings*. UNODC Reports.
- Wahyuningsih, S., et al. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Sikap Wanita Usia Subur tentang Menopause. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(1), 34–41.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2020). *Teori dan pengukuran pengetahuan, sikap, dan perilaku manusia*. Nuha Medika.
- WHO. (2021). *Health education interventions for vulnerable groups:*