

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU USIA *PREMENOPAUSE* TENTANG
MENOPAUSE DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI MASA
MENOPAUSE DI PUSKESMAS SEI PANCUR
KOTA BATAM TAHUN 2017**

Rina Novianti ⁽¹⁾, Prasida Yunita ⁽²⁾

Program Studi Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Batam
Jl. Abulyatama No. 5 Batam 29464
(nabillah.300709.c@gmail.com, 081270232464)

ABSTRACT

The impact of high age of life expectation places most of aged women to complain about their premenopausal age. This issue happens as a signal that perhaps they are not ready, and the worse, many of them do not know about women menopausal phase on the other hand. Thus, this study aims to see the correlation of premenopausal age women knowledge about menopause with their readiness to face it. The research design of this study was an analytic survey with cross sectional approach. The population of this study is women aged 40 to 49 years old who attended Sei Pancur Health Centre through purposive sampling technique. The study was conducted on June 2017 by using questionnaires as the research instrument. Further, the data collection was analyzed by chi square statistical test. The result reveals 52.5% respondents have good knowledge level on menopause, nevertheless, 57.5% respondents admit that they do not ready yet for that. The Pearson correlation obtained from the test shows p-value of $0.01 < 0.05$. Therefore, the researchers conclude that there is a significant correlation of premenopausal age women knowledge about menopause with their readiness to face the menopause phase particularly the ones came to Sei Pancur Health Centre of Batam City on June 2017. To suggest, it is hoped that the health center to be able to provide more detail information about the menopause both in and outside their working environment.

PENDAHULUAN

Status kesehatan masyarakat selain ditunjukkan oleh angka kesakitan, angka kematian, membaiknya status gizi, juga ditunjukkan oleh meningkatnya Umur Harapan Hidup (UHH). Penduduk di Indonesia, sejalan dengan meningkatnya taraf hidup dan pelayanan kesehatan manusia, UHH semakin tinggi. Kondisi ini membuat populasi orang berusia lanjut di Indonesia semakin tinggi (Ismiyati dalam Sarawita, 2017).

Pada saat ini, *menopause* merupakan masalah nasional, karena berpengaruh terhadap aspek kehidupan, baik fisik, mental, psikologis dan ekonomi, dan di

Indonesia masalah *menopause* telah mulai dirasakan untuk diatasi (Pakasi, 2000).

Masa *premenopause* dapat berakhir dalam beberapa bulan sampai beberapa tahun. Ada mitos yang mengatakan bahwa normal jika perempuan yang memasuki masa *menopause* akan mengalami kecemasan. Perempuan yang mengalaminya harus diperlakukan dan mendapat perhatian yang sama seperti mereka yang mengalami gangguan penyakit lainnya. .

Secara medis istilah *premenopause* adalah suatu kondisi fisiologis pada wanita yang telah memasuki masa penuaan yang ditandai dengan menurunnya kadar *hormon estrogen ovarium* yang sangat

berperan dalam hal reproduksi dan seksualitas. (Siswono, 2008). Penurunan kadar estrogen sering menimbulkan gejala yang sangat mengganggu aktifitas kehidupan para wanita bahkan mengancam kebahagiaan rumah tangga. (Siswono, 2008). Perkiraan rata-rata umur *menopause* di Indonesia adalah 50-52 tahun, sedangkan rata-rata umur *premenopause* adalah 40-49 tahun (Astari, 2004).

Setiap bulan diperkirakan 25 juta perempuan diseluruh dunia akan memasuki masa *premenopause*, dan perempuan yang berusia 50 tahun keatas diperkirakan lebih banyak lagi. Sindrom *premenopause* dialami banyak wanita hampir diseluruh dunia diantaranya, rasa panas, haid tidak teratur, sakit kepala, insomnia, kekerutan vagina, mudah tersinggung, dan jantung berdebar.

Menurut data Pusdatin Kemenkes RI, 2015, jumlah penduduk Indonesia mencapai 255.461.686 jiwa dan jumlah penduduk perempuan sebanyak 127.094.968 jiwa dengan usia harapan hidup rata-rata 66 tahun. Jumlah penduduk Provinsi Kepulauan Riau tahun 2015 sebanyak 1.973.034 jiwa dan jumlah penduduk perempuan sebanyak 581.585 jiwa dengan usia 45-49 tahun sebanyak 18.703 orang atau 3,22% dari 60% jumlah perempuan di Indonesia (Dinas Kesehatan Kota Batam).

Data untuk Puskesmas Sei Pancur, Jumlah penduduk wanita sebanyak 49.017 jiwa, dengan usia wanita 35-49 tahun sebanyak 13.945 jiwa (28,4%), merupakan terbanyak kedua dari penduduk di kota Batam. Dengan meningkatnya jumlah penduduk dan usia harapan hidup tersebut diperkirakan akan banyak jumlah wanita yang mengalami *menopause*.

Dampak dari UHH (Umur Harapan Hidup) yang tinggi menyebabkan para wanita harus hidup dengan berbagai keluhan

memasuki umur tua seperti pada umur *premenopause* dimana terdapat banyak keluhan yang akan dihadapi seperti stres dan depresi. Wanita dalam menghadapi *menopause* berbeda-beda karena hal ini berkaitan dengan beberapa faktor antara lain tingkat pengetahuan. Kebanyakan wanita di Indonesia tidak mengetahui tentang *menopause* (FKUI, 2003).

Tidak ada seorang wanita ingin mengalami salah satu dari sekian banyak keluhan pada masa *premenopause*, demikian juga pihak keluarga. Jika beberapa keluhan tersebut muncul bersamaan, bisa dibayangkan betapa menurunnya kualitas hidup wanita tersebut. Sebenarnya masa *premenopause* tidaklah seperti yang dikhawatirkan pada wanita, kalau saja para wanita yang memiliki umur senja memiliki pengetahuan dengan benar tentang proses *menopause*, sehingga bisa lebih siap menghadapi segala kemungkinan (Suheimi, 2006).

Keterlibatan pemerintah dan juga masyarakat dalam mengatasi masalah *menopause* antara lain bekerjasama dengan tim dari berbagai disiplin ilmu misalnya psikologi dan spesialis obstetri ginekologi melalui kegiatan posyandu lansia sebagai tempat efektif untuk memberikan informasi tentang *premenopause*, *menopause*, dan *pasca menopause* (Pakasi, 2002). Kegiatan posyandu lansia yang saat ini berkembang menjadi Posbindu telah rutin dilakukan oleh Puskesmas Sei Pancur setiap bulannya. Kegiatan ini merupakan wadah memberikan segala informasi kesehatan dan diantaranya tentang kesiapan menghadapi masa *menopause*, namun pada pelaksanaannya belum banyak minat ibu-ibu yang hadir di posyandu lansia.

Penelitian tentang *menopause* pernah dilakukan oleh Atik Ismiyati dengan judul Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang *menopause* dengan kesiapan menghadapi *menopause* pada ibu *premenopause* di

perumahan Sewon Asri Yogyakarta tahun 2010, sebanyak 28 responden, secara keseluruhan adalah berdasarkan hasil Penelitian menunjukkan bahwa 18 orang (64,29%) memiliki tingkat pengetahuan baik, Kesiapan ibu menghadapi *menopause*, dikategorikan siap sebanyak 26 orang (92,86%) dan ada hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang *menopause* dengan kesiapan *menopause* pada ibu *premenopause*.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Sei Pancur dengan melakukan wawancara kepada 10 wanita masa *premenopause* mengenai pengetahuan tentang *menopause* dan kesiapan ibu menghadapi masa *menopause*. Ternyata banyak keluhan-keluhan dari *premenopause* yang mengacu pada tanda dan gejala *menopause*, tetapi mereka tidak tau apa itu *menopause*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mewawancarai wanita masa *premenopause*, untuk mengetahui sejauh mana mereka tahu tentang *menopause* dan kesiapan menghadapi *menopause*, ternyata pada saat dilakukan wawancara terhadap 10 wanita *premenopause*, terdapat 6 orang tidak tau apa itu *menopause* dan 4 orang lagi hanya mengetahui *menopause* yaitu sudah tidak bisa melahirkan.

Melihat fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Puskesmas Sei Pancur mengenai **“Hubungan pengetahuan ibu usia *Premenopause* tentang *menopause* dengan kesiapan menghadapi masa *menopause* di Puskesmas Sei Pancur Kota Batam tahun 2017”**.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu usia *premenopause* tentang *menopause* dengan kesiapan menghadapi masa *menopause* di Puskesmas Sei Pancur Kota Batam Tahun 2017.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini berupa survey analitik menggunakan pendekatan *cross sectional*. Tempat penelitian di Puskesmas Sei Pancur Kota Batam pada bulan Juni Tahun 2017. Populasinya ibu usia 40-49 tahun yang datang ke Puskesmas Sei Pancur Kota Batam. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling*. Hasil penelitian dianalisa secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *chi square*

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada 40 responden didapatkan bahwa sebagian besar responden berpengetahuan baik sebanyak 21 orang (52,2%) dan yang tidak siap menghadapi masa *menopause* sebanyak 23 orang (57,5%).

Hasil uji statistic *chi square* dengan taraf signifikan 0,05 didapatkan nilai *p value* = $0,01 < 0,05$ yang berarti H_0 diterima, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan ibu usia *premenopause* tentang *menopause* dengan kesiapan menghadapi masa *menopause* di Puskesmas Sei Pancur Kota Batam Tahun 2017.

Peneliti juga mendapatkan nilai OR (Ods ratio) 6,09 yang dapat diartikan bahwa responden yang memiliki pengetahuan kurang cenderung 6,09 kali lebih besar berisiko untuk tidak siap menghadapi *menopause*.

Hal ini sejalan dengan teori bahwa perubahan fisik yang dialami pada wanita *menopause* akan sangat mempengaruhi kondisi psikologis, khususnya menimbulkan rasa kecemasan. Apabila wanita belum siap mental untuk melewati masa menjelang *menopause* dan lingkungan social tidak memberikan dukungan secara positif, maka akan terjadi rasa kurang percaya diri, merasa tidak

diperhatikan, dan tidak berharga lagi (Kathy dalam Rahwuni, 2014).

Menurut Notoatmodjo (2010) faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan *menopause* pada wanita antara lain adalah tingkat pengetahuan yang berpengaruh terhadap besar kecilnya kesiapan ibu dalam menghadapi *menopause*. Ibu yang memiliki pengetahuan kesehatan lebih baik akan lebih siap dalam menghadapi masa *menopause* sehingga terjadi perubahan yang baik atau positif. Pengetahuan yang baik membantu ibu memahami dan mempersiapkan dirinya menjalani *menopause*.

Menurut Rostiana dalam Nurpatminingsing (2016) menyebutkan bahwa perubahan-perubahan yang terjadi baik secara fisik, psikis maupun seksual akan menyebabkan wanita yang sedang menghadapi *menopause* cemas dan khawatir. Kecemasan yang mereka alami sering dihubungkan dengan kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya belum pernah terjadi. Wanita seperti ini biasanya sangat sensitive terhadap pengaruh emosional. Umumnya wanita tersebut kurang mendapat informasi yang benar sehingga dibayangkannya yang ada hanya efek negatif yang akan dialami setelah masa *menopause*.

Masa *menopause* merupakan suatu fase alamiah yang akan dialami oleh setiap wanita yang biasanya terjadi di atas usia 40 tahun, di mana pada umur ini keluhan-keluhan yang dirasakan akibat dari perubahan fisik dan psikologis mencapai puncaknya seperti rasa panas atau *hot flues*, berkeringat di malam hari, susah tidur, sakit kepala, kesusahan menahan buang air kecil, detak jantung meningkat dan peningkatan berat badan (Spencer & Brown dalam Karo, 2011).

Menurut Anggraini dalam Sabatini (2016) pengetahuan ibu tentang *menopause* tidak

hanya diperoleh dari pendidikan formal, tetapi informasi dari media masa atau elektronik dan tenaga kesehatan. Informasi dari sumber selain pendidikan formal juga sangat berpengaruh dalam kesiapan wanita ketika menghadapi masa *menopause*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Zasri (2012) yang menyebutkan bahwa pengetahuan berhubungan dengan kecemasan menghadapi *menopause* yang didapatkan nilai $p \text{ value} = 0,00 < 0,05$, hal ini dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, informasi dan pesan kesehatan yang didapatkan oleh responden. Pengetahuan tentang *menopause* merupakan factor yang menentukan seseorang tersebut dapat menerima terjadinya *menopause* sebagai perubahan yang wajar yang akan dialami setiap wanita dan tidak perlu melakukan pengobatan atau harus menimbulkan rasa kecemasan yang berlebihan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan yang dimiliki responden berhubungan dengan kesiapan responden dalam menghadapi masa *menopause*. Pengetahuan baik yang dimiliki responden akan mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi masa *menopause*. Sedangkan responden yang berpengetahuan baik tetapi tidak memiliki kesiapan dikarenakan adanya rasa takut menghadapi masa *menopause* dan pengamalan yang berhubungan dengan umur. Dan responden yang berpengetahuan kurang baik tetapi memiliki kesiapan dikarenakan adanya informasi yang diperoleh tentang *menopause*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti tentang hubungan pengetahuan ibu usia pre *menopause* dengan kesiapan menghadapi masa *menopause* di puskesmas Sei Pancur Kota Batam Tahun 2017 didapatkan data sebagai berikut:

- Pengetahuan ibu usia *premenopause* di puskesmas Sei Pancur Kota Batam Tahun 2017 sebagian besar adalah berpengetahuan baik sebanyak 21 orang (52,5%)
- Kesiapan menghadapi masa *menopause* di puskesmas Sei Pancur Kota Batam Tahun 2017 sebagian besar adalah tidak siap sebanyak 23 orang (57,5%)
- Ada hubungan pengetahuan ibu usia *premenopause* tentang *menopause* dengan kesiapan menghadapi masa *menopause* di Puskesmas Sei Pancur Kota Batam Tahun 2017 dengan hasil uji statistik *chi square* dengan taraf signifikan 0,05 didapatkan nilai *p value* = 0,01 < 0,05 yang berarti H_0 diterima.
- Responden yang memiliki pengetahuan kurang tentang *menopause* cenderung 6,09 kali lebih besar berisiko untuk tidak memiliki kesiapan menghadapi masa *menopause*.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S., 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi V. Rineka Cipta. Jakarta.
- Astari, Dita, 2010, *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*.
- Azwar, S., 2008. *Penyusunan Skala Psikologi*. Edisi 1, cetakan X. Pustaka Pelajar.
- Baziad, A., 2003. *Menopause dan Andropause*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta.
- Chaplin, J.P,2005, *Kamus Lengkap Psikologi*.Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Depdiknas. 2003. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Edisi 4. Balai Pustaka. Jakarta.
- Dorland. 2002. *Kamus Kedokteran*. Edisi 29. Cetakan I. Penerbit Buku Kedokteran. Jakarta.
- Emma, S.W. 2003. *Agar Tetap Sehat, Cantik, dan Bahagia di Masa Menopause*. Gramedia. Jakarta.
- Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. 2003. *Menopause dan Andropause*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta.
- Hamma, Saurotun Nisaa (2004), *Menopause*. Solo.
- Hartono, M. 2000. *Mencegah dan Mengatasi Osteoporosis*. Edisi pertama. Puspa Suara. Jakarta. (2004).
- Karo, Marni Br. 2011. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kesiapan Ibu Premenopause* (Jurnal). Bekasi : STiKes Medistra Indonesia
- Kasdu, D., 2002. *Kiat Sehat dan Bahagia di Umur Menopause*. Puspa Swara. Jakarta.
- Lestari, D. 2010. *Seluk Beluk Menopause*. Cetakan pertama. Garailmu. Yogyakarta.
- Maspaitela, M.L. 2007. *Seminar Menjelang Menopause Tetap Aktif, Sehat, dan Bahagia*. Jakarta.
- Melani. 2007. *Siapkan Diri Sebelum Menopause Datang*. Puspa Suara. Jakarta.
- Ningsih, E., Affandi, B., 2008. *Stimulasi Ovarium dan Hubungannya dengan Umur Terjadinya Menopause*. Majalah Obstetri dan Ginekologi. Vol.32 no.4.
- Notoatmodjo, S., 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.
- _____, 2006. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Nurpatminingsih, Susanti. 2016. *Hubungan Antara Kesiapan Menopause dengan Kecemasan Menghadapi Menopause pada Ibu PKK di Desa Gentan Kecamatan Bendosari* (Publikasi Ilmiah). Surakarta : Universitas Muhammadiyah.

- Pakasi. 2000. *Menopause, Masalah, dan Penanggulangannya*. Edisi kedua. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Jakarta.
- Prawirohardjo. 2002. *Menopause dan Andropause*. Yayasan Bina Pustaka. Jakarta.
- Proverawati, Atikah (2010), *Menopause dan Sindrome Premenopause*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rahwuni, Dilla. 2014. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Wanita Menopause*. Jom Psik Vol. 1 No. 2 Oktober 2014
- Rambulangi, J., 2006. *Tantangan, Harapan, dan Pengobatan Alternatif dalam Meningkatkan Produktivitas dan Kualitas Hidup Wanita Menopause*. Majalah Obstetri dan Ginekologi. Vol.30 no.2. Yayasan Bina Pustaka. Jakarta.
- Retnowati Noor. 2001. *Menopause*. <http://www.menopause.com>.
- Rumengan, Jemmy, 2008. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Bandung : Cipta Pustaka Media Perintis.
- Sabatini, Tri. 2016. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kesiapan Wanita Premenopause dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta* (Naskah Publikasi). Yogyakarta : Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Safrina. 2009. *Tetap Aktif di Masa Menopause*. Jurnal Bidan. Vol.XIII no.5. penerbit Ikatan Bidan Indonesia. Jakarta.
- Soekanto. 2002. *Sosiologi Sebagai Suatu Pengantar*. CV Rajawali. Jakarta.
- Sugiyono. 2005. *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Suheimi, H.K., 2006. *Pola Hidup untuk Meningkatkan Kualitas Wanita Menopause*. Majalah Obstetri dan Ginekologi. Vol.30 no.2. Yayasan Bina Pustaka. Jakarta.
- Sunaryo. 2004. *Psikologi untuk Keperawatan*. STIKES 'Aisyiyah. Yogyakarta.
- Suratini, K.T., 2005. *Pola Hidup Menjelang Menopause*. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Taufiqurrahman, M., A., 2004. *Pengantar Metodologi Penelitian untuk Ilmu Kesehatan*. LPP UNS dan UNS Press.
- Team Prodi Kebidanan Universitas Batam (2013) *Panduan Penulisan Karya Tulis Ilmiah*, Batam : Universitas Batam
- Utama Hendra (2007) *Bunga Rampai Masalah Kesehatan dari dalam kandungan sampai lanjut usia*. Jakarta, FKAUI
- Yatim, F. 2001. *Haid Tidak Wajar dan Menopause*. Pustaka Populer Obor. Jakarta. Masalah Kesehatan dari dalam kandungan sampai lanjut usia. Jakarta, FKAUI
- Zasri, Yantina Yusmika. 2012. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kecemasan Menghadapi Menopause Pada Ibu Usia 45-50 Tahun di Kemukiman Bebesen Kecamatan Bebesen Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2012* (Skripsi). Nanggro Aceh Darussalam : STiKes U' Budiyah Banda Aceh.