

Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Pramenopause dengan Kesiapan pada Masa Menopause

The Relationship of Knowledge Level and Attitude of Premenopausal Mothers with Readiness During Menopause

Suhita Tri Oklaini¹, Metha Fahriani², Rike Mirdayanti³, Mika Oktarina⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

Email: trioklainisuhita@gmail.com, methafahriani42@gmail.com

Abstrak

Menopause adalah tahap dalam kehidupan wanita ketika menstruasi berhenti, dengan demikian tahun-tahun melahirkan anak pun terhenti. Meskipun merupakan proses alami dan bukanlah penyakit, banyak wanita memahami menopause sebagai periode dimana mereka akan mengalami penderitaan mental dan fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Pramenopause Dengan Kesiapan Pada Masa Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo Kabupaten Seluma. Jenis penelitian ini adalah *deskriptif korelasi* dengan menggunakan desain *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan cara *purposive sampling* yaitu sebanyak 60 orang ibu pramenopause usia 40-48 tahun. Pengumpulan data melalui data primer yang didapat langsung dari responden dengan mengisi kuesioner. Hasil penelitian yang didapat: Dari 60 responden terdapat 24 (40,0%) ibu yang berpengetahuan kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo memiliki tingkat pengetahuan kurang, Dari 60 responden terdapat 33 (55,0%) ibu yang memiliki sikap positif di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo, Dari 60 responden terdapat 33 (55,0%) ibu yang tidak siap menghadapi menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo; Terdapat hubungan antara Pengetahuan ibu pramenopause dengan kesiapan ibu pada masa menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo dengan keeratan sedang, Terdapat hubungan antara sikap ibu pramenopause dengan kesiapan ibu pada masa menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo dengan keeratan sedang. Diharapkan penelitian ini bisa menjadi masukan untuk puskesmas dan teman sejawat agar dapat meningkatkan promosi kesehatan dan pendampingan khususnya untuk ibu-ibu yang memasuki usia pramenopause agar siap menghadapi masa menopause.

Kata Kunci : Kesiapan Pada Masa Menopause, Tingkat Pengetahuan Ibu, Sikap Ibu

Abstract

Menopause is the stage in a woman's life when menstruation stops, and thus the years of childbearing end. Although it is a natural process and not a disease, many women understand menopause to be a period in which they will experience mental and physical suffering. This study aims to determine the relationship between the level of knowledge and attitudes of premenopausal mothers with the readiness for menopause in the working area of the Kembang Mumpo health center, Seluma district. This type of research is descriptive correlation using cross sectional design. The sampling technique was purposive sampling, namely 60 premenopausal mothers aged 40-48 years. Data collection through primary data obtained directly from respondents by filling out a questionnaire. The results obtained: Of the 60 respondents, there were 24 (40.0%) mothers with less knowledge in the working area of the Kembang Mumpo Health Center who had a low level of knowledge. Of 60 respondents there were 33 (55.0%) mothers who had positive attitudes in the Work Area. Puskesmas Kembang Mumpo, of the 60 respondents, 33 (55.0%) mothers were not ready to face menopause in the working area of the Kembang Mumpo Puskesmas; There is a relationship between the knowledge of premenopausal mothers and the readiness of mothers at menopause in the working area of the Kembang Mumpo Health Center with moderate closeness. It is hoped that this research can be an input for health centers and peers in order to improve health promotion and assistance, especially for mothers entering the premenopausal age so that they are ready to face menopause.

Keywords : Readiness for Menopause, Mother's Knowledge Level, Mother's Attitude

PENDAHULUAN

Dari penelitian yang dilakukan Utami (2018), menurut data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2025 diperkirakan wanita usia menopause di Asia melonjak dari 107 juta jiwa akan menjadi 373 juta jiwa. dan pada tahun 2030 diperkirakan ada 1,2 miliar wanita yang berusia diatas 50 tahun dan sebagian besar mereka tinggal di negara berkembang, nilai Angka Harapan Hidup (AHH) Indonesia mencapai 70,07 tahun. Menopause biasanya terjadi antara usia 45 dan 55 tahun, dengan usia rata-rata 52 tahun. Namun, bisa juga terjadi di usia yang cukup senja- sampai usia 60 tahun. Namun ada juga yang memasuki usia menopause sebelum 48 tahun atau sesudah 48 tahun. Sebagian besar wanita mulai mengalami gejalanya pada usia 40-an dan puncaknya tercapai pada usia 50-an.

Menurut Kemenkes RI hingga saat ini wanita di Indonesia yang memasuki masa menopause usia 40-44 tahun berjumlah 9.408.942 dan usia 45- 49 tahun sebanyak 8.485.479, sehingga jumlah keseluruhan wanita usia pramenopause usia 40-49 tahun di Indonesia sebanyak 17.894.421. Meningkatnya jumlah tersebut dari tahun ke tahun sebagai akibat bertambahnya populasi penduduk usia lanjut dan tingginya usia harapan hidup bersamaan dan membaiknya derajat kesehatan masyarakat, jumlah dan proporsi (Kemenkes, 2018)

Seiring dengan peningkatan usia, banyak terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Namun suatu saat perkembangan dan pertumbuhan itu akan terhenti, sehingga berikutnya akan terjadi banyak perubahan pada fungsi tubuh manusia. Perubahan tersebut biasanya terjadi pada proses menua, karena proses ini banyak terjadi perubahan fisik maupun psikologis. Perubahan tersebut paling banyak terjadi pada wanita karena pada proses menua terjadi suatu fase yaitu fase menopause. Sebelum terjadi fase menopause biasanya didahului dengan

fase pra menopause dimana pada fase pramenopause ini terjadi peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya pembuahan. Sebagian besar wanita mulai mengalami gejala pramenopause pada usia 40 tahun dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun yaitu terjadinya masa menopause dimana pada masa menopause ini wanita sudah tidak mengalami haid lagi (Proverawati 2017).

Menopause adalah tahap dalam kehidupan wanita ketika menstruasi berhenti, dengan demikian tahun-tahun melahirkan anak pun terhenti. Meskipun merupakan proses alami dan bukanlah penyakit, banyak wanita memahami menopause sebagai periode dimana mereka akan mengalami penderitaan mental dan fisik. Pemahaman ini tidak sepenuhnya benar. Menopause harusnya dan bisa jadi menjadi awal dari sebuah periode kehidupan yang positif dan memuaskan. Memang benar bahwa resiko dari beberapa masalah kesehatan meningkat setelah menopause, maka dari itu masa-masa pramenopause dapat dimanfaatkan untuk melakukan perawatan kesehatan dan mempersiapkan diri untuk memasuki fase menopause (Suryoprajogo, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Indah (2018), Menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause dengan kategori pengetahuan sedang dan kesiapan menghadapi menopause sedang. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi hal tersebut diantaranya pendidikan dan pekerjaan. Apabila pengetahuan ibu perimenopause dalam kategori sedang maka akan mempengaruhi kesiapan ibu dalam menghadapi menopause kategori sedang. Karena pendidikan yang terbanyak itu menengah (SMP dan SMA), pendidikan seorang ibu perimenopause yang memadai akan memudahkan seseorang memperoleh pemahaman yang lebih, baik tentang menopause dan cara untuk melakukan kesiapan dalam

menghadapi menopause lebih baik dan bisa dilakukan sedini mungkin.

Sesuai data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2015 mencapai 255 juta dan terjadi peningkatan menjadi 268 juta pada tahun 2019. Menurut proyeksi penduduk Indonesia tahun 2010-2035 oleh Badan Pusat Statistik, jumlah perempuan berusia di atas 50 tahun adalah 20,9 juta. Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu tahun 2019, jumlah penduduk wanita Usia 40-44 tahun sebanyak 66.379 dan usia 45-49 tahun sebanyak 55.968, sehingga Jumlah keseluruhan penduduk wanita usia 40-49 sebanyak 122.347 (Dinas Dukcapil Provinsi Bengkulu 2018).

Di Kabupaten Seluma terdapat 22 Puskesmas, dan 3 Puskesmas Perawatan yang memiliki jumlah Desa Terbanyak. Berdasarkan data Jumlah Penduduk dari Dinas Kesehatan Kabupaten Seluma Tahun 2019, jumlah penduduk wanita usia

Pralansia sebanyak 13.300 jiwa. Sedangkan untuk usia Pramenopause yaitu 40-48 tahun tidak memiliki data yang pasti baik dari puskesmas Kembang Mumpo ataupun dari pihak Dinas Kesehatan Seluma. Sehingga peneliti mengambil usia Pralansia Untuk di teliti. Dari data yang dikumpulkan, Puskesmas Perawatan yang memiliki jumlah wanita Pralansia tertinggi yaitu Puskesmas Kembang Mumpo sebanyak 781 jiwa.

Rumusan masalah dalam penelitian ini apakah ada Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Pramenopause Dengan Kesiapan Pada Masa Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo? Tujuan penelitian ini untuk mempelajari Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Pramenopause Dengan kesiapan pada Masa Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *deskriptif korelasi*. Dengan pendekatan secara *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu pramenopause Usia 40-48 tahun bulan Agustus 2020 yang tinggal di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo yang berjumlah 743 orang. Sampel dalam penelitian diperoleh dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling* berjumlah 60 orang. Teknik Pengumpulan data menggunakan data primer dan data sekunder. Analisis menggunakan analisis univariat dan analisis bivariate. Untuk mengetahui keeratan hubungannya digunakan uji statistic *Contingency Coefficient* (C).

HASIL PENELITIAN**1. Analisis Univariat**

Analisis ini bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari variabel penelitian yang meliputi

variabel independent yaitu Pengetahuan ibu dan Sikap ibu dan variabel dependent yaitu kesiapan pada masa menopause.

Tabel 1
Distribusi frekuensi Tingkat Pengetahuan ibu pramenopause pada masa menopause di wilayah kerja Puskesmas Kembang Mumpo

No	Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Kurang	24	40,0
2	Cukup	20	33,3
3	Baik	16	26,7
Jumlah		60	100

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa dari 60 orang terdapat 24 (40,0%) yang berpengetahuan

kurang, 20 (33,3%) berpengetahuan cukup dan 16 (26,7%) yang berpengetahuan baik.

Tabel 2
Distribusi frekuensi Sikap ibu pramenopause pada masa menopause di wilayah kerja Puskesmas Kembang Mumpo

No	Sikap	Frekuensi	Presentase (%)
1	Negatif	27	45,0
2	Positif	33	55,0
Jumlah		60	100

Dari tabel 2 menunjukkan bahwa dari 60 orang terdapat 27 (45,0%) yang memiliki sikap

negatif dan 33 (55,0%) yang memiliki sikap positif.

Tabel 3
Distribusi frekuensi Kesiapan ibu pramenopause pada masa menopause di wilayah kerja Puskesmas Kembang Mumpo

No	Kesiapan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Tidak Siap	33	55,0
2	Siap	27	45,0
Jumlah		60	100

Dari tabel 3 menunjukkan bahwa dari 60 orang terdapat 33

(55,0%) yang tidak siap dan 27 (45,0%) yang siap.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (tingkat pengetahuan dan sikap) dengan variabel dependen (kesiapan) di Puskesmas kembang Mumpo Kabupaten Bengkulu Selatan tahun 2020. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi-Square* untuk

mengetahui keeratan hubungan digunakan uji statistik *Contingency Coeficient* (C). Penyajian analisis hubungan variabel independen dan variabel dependen dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4
Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Kesiapan ibu pramenopause pada masa menopause di wilayah kerja Puskesmas Kembang Mumpo

No	Tingkat Pengetahuan	Kesiapan Ibu Pramenopause				Total		X ²	P	C
		Tidak Siap		Siap		F	%			
		F	%	F	%					
1	Kurang	14	58,3	10	41,7	24	100	9,158	0,010	0,364
2	Cukup	15	75,0	5	25,0	20	100			
3	Baik	4	25,0	12	75,0	16	100			
Jumlah						60	100			

Hasil analisis tabel diatas menunjukkan antara Tingkat Pengetahuan ibu dengan kesiapan pada masa menopause ternyata ibu yang memiliki pengetahuan kurang terdapat 14 orang yang tidak siap menghadapi menopause dan 10 orang ibu yang siap menghadapi menopause. Dan Ibu yang memiliki pengetahuan cukup terdapat 15 orang yang tidak siap menghadapi menopause dan 5 orang ibu yang siap menghadapi menopause. Sedangkan ibu yang berpengetahuan baik terdapat 4 orang yang tidak siap menghadapi menopause dan 12 orang ibu yang siap menghadapi menopause.

Dari hasil uji statistic dengan *chi-square* menunjukan *pearson chi-*

square bahwa nilai $x^2 = 9.158^a$ dan nilai probabilitas (p) $0,010 < 0,05$ dengan $df = 2$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada hubungan yang signifikan antara Tingkat Pengetahuan ibu dengan kesiapan ibu pada masa menopause di wilayah kerja Puskesmas Kembang Mumpo. Hasil uji *contingency coefficient* didapat nilai $C = 0,364$ dengan $p = 0,010 < \alpha = 0,05$ berarti signifikan maka kategori keeratan hubungan rendah.

Tabel 5
Hubungan Sikap Ibu dengan Kesiapan ibu pramenopause pada masa menopause di wilayah kerja Puskesmas Kembang Mumpo

No	Sikap	Kesiapan ibu pramenopause				Total		X ²	P	C
		Tidak Siap		Siap		F	%			
		F	%	F	%					
1	Negatif	22	81,5	5	18,5	27	100	13,909	0,000	0,434
2	Positif	11	33,3	22	66,7	33	100			
Jumlah						60	100			

Hasil analisis tabel diatas menunjukkan bahwa antara sikap ibu dengan kesiapan pada masa menopause ternyata ibu yang memiliki sikap negatif terdapat 22 ibu yang tidak siap

menghadapi menopause dan 5 ibu yang siap menghadapi menopause. Dan dari sikap positif terdapat 11 orang ibu yang tidak siap menghadapi menopause dan 22 orang ibu yang siap menghadapi

menopause.

Dari hasil uji statistic dengan *chi-square* menunjukkan *pearson chi-square* bahwa nilai $\chi^2 = 13.909^a$ dan nilai probabilitas (p) $0,000 < 0,05$ dengan $df = 1$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada hubungan yang signifikan antara sikap ibu pramenopause dengan kesiapan ibu pada masa menopause di wilayah kerja Puskesmas Kembang Mumpo. Hasil uji *contingency coefficient* didapat nilai $C = 0,434$ dengan $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ berarti signifikan maka kategori keeratan hubungan sedang.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian Tingkat Pengetahuan ibu Pramenopause di wilayah kerja Puskesmas Kembang mumpo dari 60 orang ibu terdapat 24 (40,0%) ibu yang memiliki pengetahuan kurang, 20 (33,3%) ibu berpengetahuan cukup dan 16 (26,7%) ibu berpengetahuan baik. Hal ini dipengaruhi oleh tingkat pendidikan responden yang sebagian besar berpendidikan SMP selain itu pengetahuan responden juga dipengaruhi oleh umur, pekerjaan dan sumber informasi yang didapat baik dari keluarga, teman dan petugas kesehatan.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 60 orang terdapat 27 (45,0%) yang memiliki sikap negatif dan 33 (55,0%) yang memiliki sikap positif. Hal ini menunjukkan sikap ibu pramenopause di Puskesmas Kembang Mumpo sebagian besar ibu dengan sikap positif. Penelitian ini diukur dari jawaban responden yang sesuai dengan kuesioner, seperti sikap positif jika responden dapat menjawab > 26 Skor dari 50 Skor pertanyaan, dan sikap negatif jika responden menjawab < 25 Skor dari 50 Skor.

Dari hasil penelitian bahwa dari 60 orang terdapat 33 (55,0%) yang tidak siap menghadapi menopause dan 27 (45,0 %) yang siap menghadapi menopause. Umumnya telah mengetahui penyebab, tanda gejala, serta faktor yang mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi menopause seperti psikis,

informasi, peran keluarga serta sosial budaya. Kesiapan dalam menghadapi menopause bisa berupa kesiapan fisik, mental, dan spiritual.

Dari hasil penelitian dari 24 orang ibu yang berpengetahuan kurang terdapat 14 (58,3%) ibu yang tidak siap menghadapi masa menopause dan 10 (41,7%) sudah siap menghadapi menopause. Dari 20 ibu yang memiliki pengetahuan cukup terdapat 15 (75,0%) ibu yang tidak siap menghadapi menopause dan 10 (58,8%) ibu yang sudah siap menghadapi menopause. Sedangkan 16 ibu yang berpengetahuan baik masih terdapat 4 (25,0%) yang tidak siap menghadapi menopause dan 12 (75,0%) ibu sudah siap menghadapi menopause.

Hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi Square* diperoleh hasil bahwa p value sebesar $0,010 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan pengetahuan ibu pramenopause dengan kesiapan menghadapi menopause di wilayah puskesmas Kembang Mumpo. Nilai koefisien kontingensi $C = 0,364$, keeratan hubungan koefisien kontingensi rendah.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dari 27 orang yang memiliki sikap negatif terdapat 22 (81,5%) yang tidak siap menghadapi menopause, dan ibu yang memiliki sikap negatif terdapat 5 (18,5%) yang siap menghadapi menopause. Dan 33 ibu yang memiliki sikap positif terdapat 11 (33,3%) yang tidak siap menghadapi menopause dan ibu yang memiliki sikap positif terdapat 22 (66,7%) yang siap untuk menghadapi menopause. Seseorang tidak dilahirkan dengan sikap dan pandangannya, melainkan sikap terbentuk sepanjang perkembangannya. Dimana dalam interaksi sosialnya, individu bereaksi membentuk pola sikap tertentu terhadap berbagai objek psikologis yang dihadapinya.

Hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi Square* diperoleh hasil bahwa p value sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan sikap ibu

pramenopause dengan kesiapan menghadapi menopause di wilayah puskesmas Kembang Mumpo. Nilai koefisien kontingensi $C = 0,434$, keeratan hubungan koefisien kontingensi sedang.

KESIMPULAN

Dari 60 responden terdapat 33 (55,0%) ibu yang tidak siap menghadapi menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo. Dari 60 responden terdapat 24 (40,0%) ibu yang berpengetahuan kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo memiliki tingkat pengetahuan kurang. Dari 60 responden terdapat 33 (55,0%) ibu yang memiliki sikap positif di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo. Terdapat hubungan antara Pengetahuan ibu pramenopause dengan kesiapan ibu pada masa menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo dengan keeratan rendah. Terdapat hubungan antara sikap ibu pramenopause dengan kesiapan ibu pada masa menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo dengan keeratan sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu 2019. *Profil kesehatan Provinsi Bengkulu*.:Dinkes.Bengkulu.
- Dinas Dukcapil Provinsi Bengkulu 2018. *Jumlah Penduduk Provinsi Bengkulu*: Dinas Dukcapil. Bengkulu.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Seluma 2019. *Profil Kabupaten Seluma*: Dinas Kesehatan Seluma. Bengkulu.
- Kemenkes RI. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia*: Kementrian Kesehatan. Jakarta.
- Proverawati, A dan Sulistyawati, E. 2017. *Menopause dan Sindrom Premenopause*. Medical Book: Yogyakarta.
- Utami, 2018. *Hubungan Pengetahuan Ibu Premenopause Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause Di Wonokromo Pleret Bant*