

STUDI DISKRIPITIF TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG *MENOPAUSE* PADA IBU *PREMENOPASE* DI DUSUN TUNGGAK

Oleh;

Christina Nur Widayati¹⁾, Puhadi²⁾, Ardita Putri Utami³⁾

¹⁾ Staf Pengajar Universitas An Nuur, email: christinawidayati83@gmail.com

²⁾ Staf Pengajar Universitas An Nuur, email: asiandaru2@gmail.com

³⁾ Mahasiswa Universitas An Nuur, email: utamiardita12@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Pengetahuan tentang *menopause* merupakan segala sesuatu yang diketahui mengenai *menopause*. pengertian *premenopause* merupakan bagian dari masa klimakterium yang terjadi sebelum *menopause*. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang *menopause* pada ibu *premenopause* di Dusun Tunggak.

Metode: Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif *kuantitatif* dengan menggunakan desain *cross sectional*. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling sebanya 55 ibu yang belum mengalami *menopause*.

Hasil: Berdasarkan penelitian ini besar responden memiliki umur 43-44 tahun sejumlah 19 responden (34,5%), sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai IRT sebanyak 23 responden (41,8%), sebagian besar responden memiliki pendidikan SD sebanyak 29 responden (52,7%). sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang *menopause* baik sejumlah 21 responden (38,2%).

Kesimpulan: Tingkat pengetahuan tentang *menopause* pada ibu *premenopause* di Dusun Tunggak sebagian besar baik.

Kata kunci : Tingkat Pengetahuan, *menopause*, *premenopause*

PENDAHULUAN

Badan Kesehatan Dunia, WHO (*World Health Organization*) memperkirakan usia harapan hidup orang Indonesia adalah 75 tahun pada tahun 2025. Hal ini berarti wanita memiliki kesempatan untuk hidup rata-rata 25 tahun lagi sejak awal *menopause*.

Data dari WHO (*World Health Organization*) tahun 2017 jumlah wanita di dunia yang memasuki fase *menopause* diperkirakan mencapai 1,94 milyar orang. populasi wanita yang mengalami *menopause* di dunia mencapai 894 juta orang dan diperkirakan pada tahun 2030 mendatang jumlah perempuan di dunia yang memasuki masa *menopause* akan mencapai 1,2 miliar orang, artinya sebanyak 1,2 miliar perempuan akan memasuki usia lebih 50 tahun, dan angka itu merupakan tiga kali lipat dari angka sensus tahun 2000 jumlah perempuan *menopause*. Sebagai salah satu kota berkembang di Pulau Jawa, Kota Semarang mempunyai jumlah penduduk 1,795,187 jiwa pada tahun 2020.

Data penduduk wanita usia 40 tahun mencapai 95.890 jiwa dan usia 50 tahun mencapai 70.689 jiwa. Data proyeksi penduduk wanitadi Kabupaten Grobogan sebanyak 112.497 jiwa (*Badan Pusat Statistik Kabupaten Grobogan, 2017*). Wanita memiliki angka harapan hidup ini lebih besar, bisa lima tahun lebih tinggi.

Peningkatan angka harapan hidup ini menyebabkan bertambahnya populasi penduduk wanita. Meningkatnya jumlah penduduk wanita tersebut berpengaruh terhadap jumlah dan proporsi penduduk perempuan yang memasuki usiamenopause.

Masa lanjut usia pada wanita identik dengan fase klimakterik, yaitu masa peralihan antara masa reproduksi menuju masa yang tidak reproduktif (Rebecca, 2007). Masa ini biasa juga disebut sebagai masa *menopause* bagi kaum perempuan. *Menopause* merupakan masa berhentinya menstruasi yang terjadi pada perempuan dengan rentang usia antara 48 sampai 55 tahun. Masa ini sangat kompleks bagi perempuan karena berkaitan dengan keadaan fisik dan kejiwaannya. Selain perempuan mengalami stress fisik dapat juga mengalami stress psikologi yang mempengaruhi keadaan emosi dalam menghadapi hal normal sebagaimana yang dijalani oleh semua perempuan (Baziad Ali, 2003).

Menopause merupakan perdarahan surut fisiologik yang terakhir dalam seumur hidup wanita, yang menunjukkan berakhirnya kemampuan bereproduksi dan berhenti haid atau menstruasi. Wanita dapat dikatakan sudah mencapai *menopause* jika sudah tidak mendapatkan menstruasi selama 12 bulan secara berurutan atau tidak dan disertai dengan tanda gejala.

Proses *menopause* ini dimulai dari fase *premenopause* (usia 40 - 48), *menopause* (usia 49 - 51) dan *pascamenopause* (usia 52 - 55).

Klimakterik merupakan periode peralihan dari fase reproduksi menuju fase usia tua. Fase klimakterium pertama yang dialami wanita sebelum *menopause* yaitu *premenopause*. Wanita yang mengalami fase *premenopause* mengalami beberapa perubahan fisik dan psikologis.

Keluhan fisik yang sering dirasakan dan paling sering dijumpai yaitu ketidakteraturan siklus haid, adanya semburan panas (*hot flushes*) dari dada keatas yang sering disusul dengan keringat banyak dan berlangsung selama beberapa detik sampai 1 jam, dada berdebar-debar, vertigo, nafsu seks (*libido*) menurun, susah tidur (*insomnia*), hipertensi, cepat lelah, nyeri tulang belakang, adanya pengeroposan tulang, gangguan sirkulasi darah, berat badan meningkat karena terjadi *adipositas* (penimbunan lemak).

Keluhan psikis yang dirasakan yaitu merasa cemas, adanya ketakutan, lebih cepat marah, emosi kurang terkontrol, mudah tersinggung, sulit berkonsentrasi, gugup, rasa kekurangan, rasa kesunyian, tidak sabar, rasa lelah, merasa tidak berguna, stres, dan bahkan hingga mengalami depresi. Keadaan ini berlangsung dengan kurun waktu 4 – 5

tahun sebelum *menopause* (Andrews,2010)..

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Dusun Tunggak terhadap 10 orang ibu usia 40-50 tahun *pre menopause* didapatkan hasil yaitu 6 dari 10 wanita belum mengetahui tentang *menopause*. Dilihat dari kurangnya angka kunjungan pelayanan kesehatan dan kurang informasi yang diperoleh mengenai *menopause*. Berdasarkan permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti Studi Diskripsi Pengetahuan Tentang *Menopause* pada Ibu *Premenopase* Di Dusun Tunggak. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang *menopause* pada ibu *premenopause* di Dusun Tunggak.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif korelasional dengan desain *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 55 ibu yang berusia 41-48 tahun. Di Dusun Tunggak teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Non Probability Sampling* dengan Total Sampling yaitu dengan cara mengambil semua anggota populasi untuk dijadikan sampel. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif

HASIL

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 1 Distribusi Berdasarkan Umur

Umur	(n)	(%)
41-42	14	25,5
43-44	19	34,5
45-46	12	21,8
47-48	10	18,2
Total	55	100,0

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 2 Distribusi Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	(n)	(%)
IRT	23	41,8
Wiraswasta	18	32,7
Petani	14	25,5
Total	55	100,0

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 3 Distribusi Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	(n)	(%)
SD	29	52,7
SMP	26	47,3
Total	55	100,0

4. Analisa Univariat

Tabel 4 Distribusi Berdasarkan Pengetahuan Tentang Menopause

Pengetahuan Menopause	(n)	(%)
Baik	21	38,2
Cukup	20	36,4
Kurang	14	25,5
Total	55	100,0

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat pengetahuan ibu *premenopause* berada pada level baik. Pengetahuan yang luas menyebabkan seseorang lebih siap dan matang dalam menjalani segala persoalan yang terjadi dengan baik. (Kasdu, 2012) menyatakan bahwa pengetahuan yang cukup akan membantu wanita memahami dan mempersiapkan dirinya menghadapi masa menopause dengan lebih baik. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa yang mendapat pengetahuan tentang *menopause* dalam kategori baik sebanyak 21 orang (38,2%), pengetahuan tentang *menopause* dalam kategori cukup sebanyak 20 orang (36,4%), dan pengetahuan tentang *menopause* dalam kategori kurang sebanyak 14 orang (25,5%).

Pengetahuan tentang menopause merupakan faktor yang menentukan dalam upaya menyesuaikan perubahan yang

wajar dalam siklus kehidupan yang akan dialami setiap perempuan dan tidak perlu melakukan pengobatan atau harus menimbulkan ketidaksiapan yang berlebihan dalam menghadapi dan menjalani masa menopause. Pengetahuan itu sangat penting bagi perempuan *perimenopause* agar ibu lebih siap dalam menghadapi *menopause* supaya perempuan tidak melakukan perilaku yang salah saat menghadapi menopause.

Dalam penelitian ini pengetahuan dipengaruhi oleh salah satu faktor responden, dari hasil karakteristik responden usia responden dapat dikatakan usia dewasa akhir. Hal ini akan mempengaruhi cara berpikir untuk menerima informasi, hasil penelitian ini sejalan dengan teori (Notoadmojo, 2010) bahwa usia yang semakin menambah maka semakin banyak pula pengalaman yang didapatkan. Sehingga lebih baik seorang perempuan dalam menghadapi masa *menopause*.

Selain karena faktor usia yang mempengaruhi pengalaman, pengetahuan responden dipengaruhi oleh informasi pengalaman dari orang lain. Responden mendapatkan informasi dari tenaga kesehatan, akan menambah pengetahuan yang bisa mempengaruhi kesiapan responden dalam menghadapi *menopause*. Di tunjukkan dengan karakteristik umur menunjukkan distribusi tertinggi adalah

umur 43-44 tahun sebanyak 19 responden (34,5%).

Hal ini sejalan dengan penelitian Sasrawita (2017), pengetahuan salah satunya didukung oleh pendidikan, pendidikan yang memadai akan memudahkan seseorang memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang menopause. Tingkat pendidikan menengah akan mempengaruhi seseorang dalam pengembangan nalar dan analisa. Dengan daya nalar yang baik akan memudahkan untuk meningkatkan pengetahuan, salah satu cara yang baik dalam rangka memberikan informasi dan pesan kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa responden yang pendidikan SD sebanyak 29 orang (52,7%) dan responden yang pendidikan SMP sebanyak 26 orang (47,3%). Hasil penelitian menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin baik pengetahuannya. Hal ini sesuai dengan teori Sulistina (2014) bahwa pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin mudah orang tersebut menerima informasi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki pekerjaan ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 23 responden (41,8%). Responden yang dianggap tidak bekerja umumnya adalah sebagai ibu rumah tangga

(IRT). Sebagian besar responden mempunyai pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga. Pekerjaan yang dialami oleh seorang wanita *premenopause* berhubungan dengan adanya kesempatan ibu untuk bersosialisasi dan menyerap informasi kesehatan

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat di simpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki umur 43-44 tahun sejumlah 19 responden (34,5%). Sedangkan sebagian kecil responden memiliki umur 47-48 tahun sejumlah 10 responden (18,2%). Responden yang pendidikan SD sebanyak 29 orang (52,7%) dan responden yang pendidikan SMP sebanyak 26 orang (47,3%). Sebagian besar responden memiliki pendidikan SD sebanyak 29 responden (52,7%). Sedangkan sebagian kecil responden memiliki pendidikan SMP sejumlah 26 responden (47,3%). Tingkat pengetahuan tentang *menopause* dalam kategori baik sebanyak 21 orang (38,2%), pengetahuan tentang *menopause* dalam kategori cukup sebanyak 20 orang (36,4%), dan pengetahuan tentang *menopause* dalam kategori kurang sebanyak 14 orang (25,5%).

DAFTAR PUSTAKA

- Ahsan (2011). Hubungan keluarga dengan kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di poli jantung RASSA Malang. *Retrieved 11 Mei 2014. From. ebookbrowse.net/hu/ac.id.*
- Arikuto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik* (Cetakan ke 13). Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Armilawaty, Husnul A., Ridwan. (2007). *Hipertensi dan faktor resikonya daam kejadian epidemiologi.* Retrieved September 8,2013,jam 15:21
From <http://ridwanamiruddin.wordpress.com>.
- Badan penelitian dan pengembangan kesehatan. (2010). *Riskesdas.* Jakarta: :Balitbangkes-Kemenkes RI. Retrieved September 23, 2013 From www.litbangkes.kemkes.go.id
- Beevers. (2002). *Tekanan Darah.* Jakarta: Rineka cipta.
- Bandiyah S. (2009). *Lanjut usia dan keperawatan gerontik.* Yogyakarta: Nuha Medika.
- Cahyono., Suharjo. (2008). *Gaya hidup dan penyakit modern .* jakarta: Kanisius.
- Dahlan S.,M. (2011). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan.* Jakarta: Salemba Medika.
- Dinosetro. (2008). *Hubungan antara peran keluarga dengan tingkat kemandirian kehidupan sosial bermasyarakat pada klien sikizofrenia post perawatan di rumah sakit jiwa menurut.* Retrieved september September 8, 2013 jam 15:21 from <http://dinosetro.multiply.com/guestbook?Dan=page=s>.

- Erlyna, N. S., Setyawan, H.S., & Udiyono, A. (2012). *Faktor-faktor resiko hipertensi di puskesmas tlogosari kulon kota semarang*. Rerievied September 16, 2013, Jam 14:17 WIB, From <http://ejournalS1.undip.ac.id/index.php/jkm>.
- Friedman, M.M., Bowden, v., & Jones, E., G. (2010). *Buku ajar keperawatan keluarga: Riset, teori, dan praktik*, alih bahasa. Akhir Yani S., Hamid *et.al* : ed 5. Jakarta. EGC.
- Friedman, M.M., Bowden, V.R., & Jones, E.,G. (2003). *Family nursing: Research theory and practice*. (5 th ed). New Jarsey: Prentice Hall.
- Gunawan, L. (2011). *Hipertensi tekanan darah tinggi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hamzah. (2011). *Teori motivasi dan pengukurannya*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Hanserling, J. (2009). *Development and psychometric testing of Hanserling's databes family support scale* disertation degre of philosopy in the graduate school of the Texas's womens University. Retrived. november 14-2013. from www.proquest.com
- Haris A, *et al.* (2008). *Motivasi dan kepercayaan pasien untuk berobat ke sinse* Retrived jam 23:34 tgl 15 des 2013 from <http://berita-kedokteran.masyarakat.org/index.php/artikel/view/126-5PB.pdf>.
- Hastono, S.,P. (2007). *Analisis data Kesehatan*. Jakarta: FKM UI.
- Hidayat, A. (2009). *Metode penelitian keperawatan dan tehnik analisis data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hermawati. (2010). Karakteristik dan pengetahuan pasien dengan motivasi melakukan kontrol tekanan darah di wilayah kerja puskesmas seragi kalongan. Retrived. 9 mei. 2014. From. uitopimnas.ui.ac.id/repository/database-pkm.pkm./download.htm
- Horne, R. (2006) *.Compliance Adherence and Cocordance: Implemeantation. for Asthan Treatmen*. Chest offical publication of Amerika colledge of chest physicians. 130:65-72.
- JNC-7. (2003). *The sevent report of the joint national committeon prevention detection, evaluation, and teratmen of high blood fresure* JAMA 289: 2560-2571.
- Kabo. (2008). *Mengungkap Pengobatan Jantung Koroner. & Kesaksian seorang ahli jantung dan Obat*. Jakarta: Gramedia pustaka utama.
- Khomsan 2004. *Peranan Pangan dan Gizi Untuk Kualitas Hidup*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Mubarak, & Cahayatin. (2009). *Ilmu kesehatan masyarakat*. Jakarta: Salemba medika.
- Niven, N. (2002). *Psikologi kesehatan pengantar untuk perawat dan profesional kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. , S. (2010). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Nurdiana, Syafwani., Umbransyah. (2007). *Peran serta keluarga terhadap tingkat kekambuhan klien skizofrenia*. Jurnal Ilmiah kesehatan perawatan Vol. 3 Retrieved. 11 Desember 2013 From <http://Indonesia.digitaljournals.Org/index.php/idmed/article/download/700/699>.
- Palmer, A., Williams, B., & Simple Guide, (2007). *Tekanan darah tinggi* (Yasmin, Penerjemah). Jakarta: Erlangga.
- Permadi, A. (2008). *Ramuan herbal penumpas hipertensi*. Jakarta: Niaga Surabaya.
- Pujiyanto. (2008). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kepatuhan pasien hipertensi terhadap trapi di puskesmas turen kab, Malang. Retrieved.9.Mei.2014.From <http://jtptunimus-gdl-muhammadi-6122-2-bab-vi.pdf>.
- Purwanto. (2010). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Purnomo, H. (2009). *Pencegahan dan pengobatan penyakit yang mematikan*. Yogyakarta: Buana pustaka.
- Profil Kesehatan Jawa Tengah. (2011). Kemkes RI. Ditjen Bina Upaya Kesehatan. Retrieved Feberuari 19, 2014 http://www.depkes.go.id/downloads/kunker/13_jateng.pdf
- Riduwan, (2010). *Belajar mudah penelitian untuk guru, Karyawan dan peneliti pemula*. Bandung: Albeta.
- Rifki, N.,N. (2009). *Penatalaksanaan DM dengan pendekatan Keluarga*. Jakarta: Balai penerbit FKUI.
- Riwidikdo H. (2010). *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press.
- Runtu, D.,Y.,N. (2002). *Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada remaja*. Skripsi publikasi. Jakarta : Universitas Gunadarma Retrieved tg12.Desember.2013.From <http://indonesia.digitaljournals.org/index.php/idmed/article/download/626/614>.
- Said M.(2005). *Konseling Trapi*. Diterjemahkan oleh, Sari Narulita & Miftahul jannah cet. I-Jakarta: Gema Insan Press
- Saman K. Hasmi., Maria B., Afrialdi., Kanza Abbas, et al. (2007). *Factors Associated with Adherence to Anti-Hypertensive Treatment*. In pakistan.
- Saryono. (2009). *Metodologi penelitian Kesehatan penuntun praktis bagi pemula*. Yogyakarta: mitra cendiki.
- Sarafino, E.,D. (2004). *Health psychologi biopsho social interaction* (2th ed). New York: John Wilky and sons inc.
- Setiadi. (2007). *Konsep dan Penulisan Riset keperawatan*. Yogya: Graha Ilmu
- Setiadi, (2008). *Konsep dan proses keperawatan keluarga*. Yogyakarta: Geraha ilmu.
- Setiawati, S., & Dermawan, A.,C. (2008). *Proses Pembelajaran dalam Pendidikan Kesehatan*. Jakarta : TIM.
- Setijowati, & Mufarika. (2011). *Hubungan antara jenis kelamin, umur dan keturunan dengan kejadian hipertensi*. [skripsi] publikasi. Retrieved 3 september 2013. From <http://jtptunimus-gdl-muhammadi-6122-2-bab-II.pdf>.

- Silwana. (2004). *Pendidikan dan Perilaku kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sudarman, M. (2008). *Sosiologi untuk kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Sugiyono. (2007). *Statistik untuk penelitian*. (cetakan ke 11). Bandung. CV. Alfabeta.
- Sustrani, L. (2008). *Hipertensi*. Jakarta. PT. Gramedia: Pustaka utama.
- Sutomo, B. (2008). *Menu sehat penakluk hipertensi*. Jakarta: Pustaka.
- Sutaryo. (2011). *Bagaimana Menjaga Kesehatan Jantung*. Jogjakarta: Cinta Buku.
- Suprajitno. (2004). *Asuhan Keperawatan keluarga. Aplikasi dalam praktek*. Jakarta: EGC.
- Suryati, A. (2008). *Faktor Resiko Hipertensi*. Jurnal keperawatan. Jakarta: Universitas Muhammadiyah. Retrieved September 12-2013 From scribd.com/doc/48858959/Suryati-docx-hipertensi-kti
- Soekanto, S. (2003). *Sosiologi suatu pengantar*. Jakarta: CV. Rajawali.
- Tandra H. (2003). Merokok dan kesehatan. 11 Mei 2014 [Http://www.Antirokok.or.id/berita/beritarokok_kesehatan](http://www.Antirokok.or.id/berita/beritarokok_kesehatan). Htm.
- Tambayong. (2002). *Farmakologi untuk Keperawatan*. Jakarta: Widya Medika.
- Tedjasukma. (2012). *Tatalaksana Hipertensi*. Retrieved, September: 26.2013.from.<http://indonesia.digital/journals.org/idmed/artikel/download,700.600.p>
- Triyanto. (2011). *Mendesain Pembelajaran Inovatif proggresif*, Edsisi ke 3. Jakarta: Kencana.
- Tumenggung. (2011). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi di RSUD TotoKabila Kab.Bolanggo. Retrieved. 10 Mei 2014. from. <http://digilib.uin-suka.ac.id/7361/1/BAB%20I,%20V,%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf>.
- Utami, P. (2009). *Solusi sehat mengatasi hipertensi*. Jakarta: Agromedia pustaka.
- Wawan, A dan Dewi, M. 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan , Sikap dan Perilaku Manusia..* Yogyakarta : Nuha Medika.
- Wiramihardja, S.,A. (2005). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Yogiantoro, M. (2009). *Ilmu penyakit dalam* (jilid II). Jakarta: Interna publishing