

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU PREMENOPAUSE
TENTANG PERUBAHAN FISIK DAN PSIKOLOGI DENGAN
PERSIAPAN MENOPAUSE DI. Rt. 15 KELURAHAN
DADI MULYA SAMARINDA**

¹⁾Susi Purwanti, ²⁾Nursari Abdul Syukur

^{1,2)}Jurusan Kebidanan , Poltekkes Kemenkes Kaltim, Jl Wolter Monginsidi no. 38, Kota Samarinda,
Kode Pos 75123

Email : susipurwanti@gmail.com

Abstrak

Menopause merupakan sebuah kata yang mempunyai banyak arti yang terdiri dari kata men dan pauseis yang berasal dari bahasa Yunani yang pertama kali digunakan untuk menggambarkan berhentinya haid.

Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan rancangan penelitian cross sectional jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 33 ibu usia premenopause, teknik sampel yang digunakan total sampel jadi semua jumlah populasi yang akan diteliti. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang dibagikan kepada ibu usia premenopause yang berdomisili di Rt.15 kelurahan Dadi Mulya, kemudian diolah dengan analisa univariat dan analisa bivariat menggunakan chi square (X^2) dengan tingkat kepercayaan 95 % melalui system pengolahan data komputerisasi. Hasil uji statistik didapatkan nilai P Value = 0.001, sedangkan nilai 0.05 dan X^2 hitung = 12,64 dengan X^2 tabel = 3.48, maka dapat dilihat bahwa P Value < (0.001 < 0,05) dan X^2 hitung > X^2 tabel (12,64 > 3.48) sehingga bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang persiapan fisik dan psikologi dengan persiapan menopause. Kemudian dari uji statistik juga didapatkan nilai OR = 20. 250 dan CI = 95% (3.101 – 132.248), yang berarti menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan ibu premenopause tentang perubahan fisik dan psikologi dengan persiapan menopause.

Abstract

Menopause is defined as occurring 12 months after your last menstrual period and marks the end of menstrual cycles. Menopause is a word that has many meanings which consists of men and pauseis word derived from the Greek word that was first used to describe the cessation of menstruation.

This research is descriptive analytic cross sectional study design number of population in this study were 33 mothers aged premenopausal, sampling techniques used so all amounts total sample population to be studied. Data were collected through questionnaires distributed to mothers who live in the premenopausal age Rt.15 Dadi Mulya village, then processed by univariate and bivariate analysis using chi square (X^2) with a confidence level of 95% through computerized data processing system. Statistical test results obtained value of P Value = 0.001, while the value of of 0.05 and X^2 count = 12.64 with tables X^2 = 3.48, it can be seen that P Value < (0.001 < 0.05) and X^2 count > X^2 table (12 , 64 > 3:48) so that it can be concluded that there is a significant relationship between mother's knowledge level relationship premenopausal about physical preparation and psychological preparation menopause. Then of statistical tests also found the value of OR = 20. 250 and CI = 95% (3101-132248), which means showed a significant relationship between mother's knowledge premenopausal relationship of physical and psychological changes with menopause preparation.

PENDAHULUAN

Menopause merupakan suatu fase alamiah yang akan dialami oleh setiap wanita yang biasanya terjadi diatas usia 40 tahun. Kondisi ini merupakan suatu akhir proses biologis yang menandai berakhirnya masa subur seorang wanita. Dikatakan menopause bila siklus menstruasinya telah berhenti selama 1 tahun. Berhentinya haid tersebut akan membawa dampak pada konsekuensi kesehatan baik fisik maupun psikis (Retnowati Noor, 2001)

Menopause atau ketuaan bukanlah mitos. Keduanya merupakan kenyataan. Pengalaman perempuan dengan kedua kenyataan tersebut apakah penuh penderitaan atau tidak, tergantung bagaimana perasaan perempuan mengenai dirinya sendiri.

Sebagian wanita takut memasuki fase ini, sehingga berbagai masalah yang dialami mempengaruhi psikologis. Apalagi jika menghadapi kondisi tersebut tidak dibarengi dengan berbagai informasi mengenai apa itu menopause. Dengan keterbatasan informasi, banyak wanita yang akhirnya lebih percaya dengan mitos yang menyesatkan yang justru lebih banyak beredar.

Sebuah Tinjauan psikologis oleh Sofia Retnowati Hoor, mengatakan bahwa ada wanita pada masa menopause mengalami gangguan fisik, seksual, sosial, dan gangguan psikologis, dan ada juga wanita tanpa mengalami berbagai keluhan baik fisik, psikologis, dan sosial. Perbedaan ini dipengaruhi oleh berat ringannya stress yang dialami wanita dalam menghadapi dan mengatasi menopause sebagai akibat penilaiannya terhadap menopause.

Bagi wanita yang menilai dan menganggap menopause itu sebagai peristiwa yang menakutkan dan berusaha untuk menghindarinya, maka stres pun sulit dihindari. Ia akan merasa sangat menderita karena kehilangan tanda-tanda kewanitaan yang selama ini dibanggakannya. Sebaliknya bagi wanita yang menganggap menopause sebagai suatu ketentuan Tuhan yang akan dihadapi

semua wanita, maka ia tidak mengalami stres (Hawari, 1996).

Menurut pendekatan kognitif, dalam ilmu psikologis, pada dasarnya gangguan emosi (takut, cemas, stres) yang dialami manusia sangat ditentukan oleh bagaimana individu menilai, peristiwa yang dialaminya. Beberapa mitos yang berkembang di masyarakat yang dapat menambah rasa cemas ibu menopause adalah saat mengalami menopause, antara lain : wanita yang mengalami menopause otomatis akan menjadi tua atau “waktunya sudah dekat”, kehilangan daya tarik seksualnya, periode menopause sama dengan periode goncangan jiwa Disamping itu wanita yang sangat mencemaskan menopause besar kemungkinan karena kurang mempunyai informasi yang benar mengenai seluk beluk menopause. Maka sangat perlu wanita yang mengalami menopause mencari informasi yang objektif mengenai segala sesuatu yang menyangkut menopause khususnya bagi wanita yang belum mengalami menopause hal ini sangat penting. (Retnowati Noor, 2001).

Sindroma menopause dialami oleh banyak wanita hampir diseluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika, 57 % di Malaysia, 18 % di Cina dan 10 % di Jepang dan Indonesia dari beberapa data tampak bahwa salah satu faktor dari perbedaan jumlah tersebut adalah karena pola makannya. Pola makan wanita Eropa dan Amerika dapat lebih meningkatkan kadar Estrogen di dalam tubuh dibandingkan dengan wanita Asia, sehingga ketika masa menopause tiba jumlah Estrogen drastis menurun menyebabkan tingginya sindrome menopause (Liza, 2009).

Menurut hasil penelitian Departemen Obstetri dan Ginekologi di Sumatera satu kota di Indonesia, keluhan masalah kesehatan yang dihadapi oleh perempuan menopause terkait dengan rendahnya kadar estrogen atau androgen di dalam sirkulasi darah, sehingga muncul keluhan nyeri senggama (93,33 %), keluhan pendarahan pasca senggama (84,44 %), vagina kering (93,33 %), dan keputihan

(75,55 %), keluhan gatal pada vagina (88,88%), perasaan panas pada vagina (84,44 %), nyeri berkemih (77,77 %), inkontenensia urin (68,88 %), (Hadrians, dkk, 2005).

Setiap wanita memiliki persepsi dan respon yang beragam mengenai menopause. Sebagian berpendapat bahwa menopause awal mengalami kemunduran fungsi kewanitaan secara keseluruhan bahkan ada yang berpendapat bahwa menopause sebagai bencana di usia senja, karena perubahan-perubahan sistem hormonal itu mempengaruhi segenap konstitusi psikosomatis atau rohani dan jasmani sehingga berlangsung proses kemunduran yang progresif menyeluruh dari individu yang bersangkutan.

Menurut survei pendahuluan yang dilakukan di RT 15 kelurahan Dadi Mulya tahun 2013 terdapat data ibu dari umur 40-45 tahun berjumlah 33 orang. Dari hasil wawancara kepada 15 ibu-ibu di RT 15 kelurahan Dadi Mulya tahun 2013 mengatakan bahwa mereka merasakan keluhan diantaranya, rasa panas pada muka, kekeringan pada kulit dan kemaluan, jantung berdebar-debar, sakit kepala, cepat lelah, mudah lupa dan kurang tenaga, berkunang-kunang, perubahan libido, nyeri tulang dan otot serta mengalami gangguan tidur, mudah tersinggung, haid yang tidak teratur dan cepat marah.

Berdasarkan data diatas maka penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui bagaimana pengetahuan ibu usia premenopouse tentang perubahan fisik dan psikologi dengan persiapan menghadapi menopause di Rt.15 kelurahan Dadi Mulya pada tahun 2013

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah *deskriptif analitik* maka penelitian ini akan memberikan gambaran tentang suatu keadaan secara objektif yang digunakan untuk menjawab atau memecahkan permasalahan yang dihadapi pada situasi sekarang. Penelitian

ini akan dilakukan di lingkungan Rt. 15 kelurahan Dadi Mulya, dimana penelitian akan dilakukan pada bulan Januari - Maret 2013. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu di Rt. 15 kelurahan Dadi Mulya tahun 2013. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah berjumlah 33 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* yaitu seluruh ibu-ibu premenopouse di Rt. 15 kelurahan Dadi Mulya. Untuk pengumpulan data primer dilakukan dengan cara Wawancara melalui instrumen Kuesioner Analisa Univariat menggunakan distribusi frekuensi dengan aturan presentase Uji statistik bi-variat yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji statistik *Chi Square*

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat karakteristik responden berdasarkan usia, pekerjaan, dan latar belakang pendidikan dari 33 responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Respondendi Rt. 15 Kelurahan Dadi Mulya

Usia	Jumlah	Persentase
40-42 tahun	4	12 %
43-45 tahun	6	18 %
46-48 tahun	11	33 %
49-51 tahun	11	33 %
52-54 tahun	1	4 %
Total	33	100%

Pekerjaan	Jumlah	Persentase
-----------	--------	------------

PNS	4	12%
Swasta	3	9%
Tidak kerja	20	61%
Wiraswasta	6	18%
Tidak tetap	0	0%
Total	33	100%

		39,39%
Tidak siap	13	
Total	33	100%

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa dari 33 responden, sebanyak 20 orang (60,61%) siap, dan 13 (39,39%) responden kurang siap.

Pendidikan	Jumlah	Persentase
Tidak tamat	2	6%
SD	5	15%
SLTP	9	27%
SLTA	17	52%
Total	33	100%

Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara variabel terikat dengan variabel bebas. Pada penelitian ini, variabel bebasnya ada-lah pengetahuan ibu menopause tentang perubahan fisik dan psikologis sedangkan variabel terikatnya adalah kesiapan menopause. Setelah melewati proses pengolahan data dan analisis data dilakukan uji statistik menggunakan metode *Chi Square* (χ^2) dengan tingkat kepercayaan 95%. Berdasarkan data lampiran dibuat tabel silang pada tabel 4 beserta interpretasi.

Analisa Univariat

Pengetahuan ibu premenopause tentang perubahan fisik dan psikologi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang perubahan fisik dan psikologi

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Tinggi	22	66,67%
Rendah	11	33,33%
Total	33	100%

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat dilihat dari 33 responden bahwa responden dengan tingkat pengetahuan yang tinggi sebanyak 22 orang (66,67%), pengetahuan rendah sebanyak 11 orang (33,33%).

PERSIAPAN MENOPAUSE

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kesiapan Menopause di Rt. 15 Kelurahan Dadi Mulya

Persiapan menopause	Frekuensi	Persentase
Siap	20	60,61%

Berdasarkan tabel 4 20 responden yang melakukan persiapan menopause dengan kategori siap, 18 orang (81,8%) memiliki tingkat pengetahuan tinggi, 2 orang (18,2%) memiliki tingkat pengetahuan rendah, sedangkan dari 13 responden yang melakukan persiapan menopause dengan kategori siap 4 orang (18,2%) memiliki tingkat pengetahuan tinggi, 9 orang (81,8%) memiliki tingkat pengetahuan rendah. Sedangkan nilai Odds Ratio adalah 20.250 untuk pengetahuan dengan kategori tinggi, memiliki peluang 20.250 kali untuk responden lebih siap saat memasuki masa menopause dibanding dengan responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah sehingga tidak melakukan persiapan saat menopause.

Hasil uji statistik dengan menggunakan metode *Chi Square* (χ^2) maka diperoleh $P\ value = 0.000$, sedangkan nilai $= 0.05$ dan derajat kebebasan $(df) = (k-1)(b-1) = 1$ $P\ value = 0,001$, sedangkan nilai $= (0,05)$ dan $\chi\ square\ (X^2)_{hitung} = 12,64$ sedangkan dalam $\chi\ square\ tabel\ (X^2)_{tabel} = 3,48$, jika dibandingkan dengan

nilai chi square (X^2)_{hitung} lebih besar daripada (X^2)_{tabel}, dengan sendirinya hipotesa nol ditolak dan menerima hipotesa alternatif yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang perubahan fisik dan psikologi dengan persiapan menopause.

Tabel 4. Hubungan antara tingkat Pengetahuan Ibu premenopause tentang perubahan fisik dan psikologi dengan persiapan menopause

		Persiapan menopause		Total	P Value	X ² Hitung	OR CI 95%
		Siap	Tidak Siap				
		%	%				
Pengetahuan ibu premenopause	Tinggi	18 (81,8%)	4 (18,2%)	22	0,001	12,64	20.250
	Rendah	2 (18,2%)	9 (81,8%)	11			
Total		20	13	33			

PEMBAHASAN

Setelah melakukan analisa univa-riat dan bivariat, maka dapat dilakukan pembahasan sebagai berikut:

Pengetahuan Ibu premenopause tentang perubahan fisik dan psikologi dengan persiapan menopause

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang perubahan fisik dan psikologi dengan persiapan menopause. Hal ini sebagai salah satu penyebab tinggi atau rendahnya persiapan menopause ibu-ibu di wilayah Rt.15 di kelurahan Dadi Mulya, karena semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang tentang suatu hal khususnya pengetahuan tentang perubahan fisik dan psikologi menopause, maka semakin tinggi pula kesadarannya untuk mempersiapkan diri menjelang menopause dan sebaliknya semakin rendah pengetahuan seseorang maka semakin rendah pula kesadarannya untuk mempersiapkan diri menjelang menopause.

Asumsi peneliti, pengetahuan ibu premenopause dapat mempengaruhi

persiapan saat menopause. Ibu yang memiliki pengetahuan yang rendah dapat disebabkan ketidaktahuan dan kurangnya informasi yang diberikan baik secara langsung oleh petugas kesehatan maupun tidak langsung. Dapat pula dipengaruhi oleh faktor umur, pekerjaan ibu serta pendidikan ibu yang dapat mempengaruhi persiapan ibu. Dari penelitian yang dilakukan, berdasarkan usia ibu dari usia 40-51 tahun sebanyak 22 (66%) responden, berdasarkan pekerjaan, ibu yang tidak bekerja atau IRT terdapat 20 (61%) responden, berdasarkan pendidikan ibu tamatan SLTA terdapat 17 (52%) responden.

Ibu dengan tingkat pengetahuan rendah tetapi tetap melakukan persiapan saat menopause karena mereka telah memperoleh informasi tentang persiapan apa aja saat akan memasuki masa menopause baik melalui media masa/cetak, melalui pengalaman orang lain atau dari tenaga kesehatan terdekat.

Ibu dengan tingkat pengetahuan tinggi yang tidak melakukan persiapan menopause dikarenakan kurangnya informasi yang diperoleh, dapat pula karena factor ketidaktahuan ibu tentang

persiapan menopause sehingga mereka tidak mempersiapkan diri saat menghadapi menopause nantinya.

Hal ini dapat dilihat dari 81,8% responden yang melakukan persiapan menopause dalam kategori baik adalah mereka yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik pula.

Walaupun ada sebagian ibu melakukan persiapan menopause tetapi karena kurangnya pemahaman atau informasi yang didapat tentang persiapan menopause sehingga mengakibatkan persiapannya itu rendah atau kurang baik.

Menurut Azwar (2008) Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber, misalnya media masa, media elektronik, buku petunjuk petugas kesehatan, media poster, kerabat dekat dan lain sebagainya, pengetahuan ini dapat membentuk keyakinan tertentu sehingga seseorang berperilaku sesuai keyakinan tersebut. (Azwar, 2008).

Kesiapan Premenopause

Pengetahuan adalah merupakan hasil dari "TAHU" dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, pengetahuan umumnya datang dari penginderaan yang terjadi melalui panca indra manusia, yaitu: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Penginderaan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2005).

Dapat dilihat bahwa dari 33 responden, 22 (66,67%) responden yang memiliki pengetahuan yang baik dan 11 (33,33%) responden yang memiliki pengetahuan tidak baik.

Dari data uji instrument (uji validitas) diperoleh hasil dengan item pertanyaan untuk mengukur tingkat pengetahuan dengan jumlah 19 pertanyaan diperoleh nilai terendah adalah 0,650 dan nilai tertinggi adalah 0,932. Sedangkan untuk 11 item pertanyaan untuk persiapan menopause diperoleh hasil terendah adalah 0,806 dan nilai tertinggi adalah 0,952. Diperoleh nilai R tabel untuk pengetahuan

sebesar 0,482 dan untuk persiapan sebesar 0,666 dan dapat dikatakan valid karena nilai R hitung > R tabel. Nilai reabilitas untuk item pengetahuan diperoleh hasil hitung 3,845 dan nilai untuk item persiapan diperoleh 2,139 kedua item tersebut dapat dikatakan valid karena R hitung > R tabel.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan metode chi square maka diperoleh nilai dari P value = 0,001, sedangkan nilai $\alpha = (0,05)$ dan chi square $(X^2)_{hitung} = 12,64$ sedangkan dalam chi square tabel $(X^2)_{tabel} = 3,48$, jika dibandingkan dengan nilai chi square $(X^2)_{hitung}$ lebih besar daripada $(X^2)_{tabel}$, dengan sendirinya hipotesa nol ditolak dan menerima hipotesa alternatif yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang perubahan fisik dan psikologi dengan persiapan menopause. Diperoleh nilai Odds Ratio adalah 20.250 untuk pengetahuan dengan kategori tinggi, memiliki peluang 20.250 kali untuk responden lebih siap saat memasuki masa menopause dibanding dengan responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah sehingga tidak melakukan persiapan saat menopause.

Pendapat Fishbein dan Azjen (Azwar, 2003) yang menyebutkan bahwa pengetahuan seseorang tentang sesuatu hal akan mempengaruhi sikapnya. Sikap tersebut positif maupun negatif tergantung dari pemahaman individu tentang suatu hal tersebut, sehingga sikap ini selanjutnya akan mendorong individu melakukan perilaku tertentu pada saat dibutuhkan, tetapi kalau sikapnya negatif, justru akan menghindari untuk melakukan perilaku tersebut.

SIMPULAN

Hasil uji statistik dengan menggunakan metode *Chi Square* (x^2) maka diperoleh P value = 0.000, sedangkan nilai $\alpha = 0.05$ dan derajat kebebasan (df) = (k-1)(b-1) = 1 P value = 0,001, sedangkan nilai $\alpha = (0,05)$ dan chi square $(X^2)_{hitung} = 12,64$ sedangkan dalam chi square tabel $(X^2)_{tabel} = 3,48$, jika dibandingkan dengan

nilai chi square (X^2)_{hitung} lebih besar daripada (X^2)_{tabel}, dengan sendirinya hipotesa nol ditolak dan menerima hipotesa alternatif yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang perubahan fisik dan psikologi dengan persiapan menopause.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan tempat penelitian untuk dapat lebih peduli dan memperhatikan pentingnya pengetahuan tentang perubahan fisik dan psikologis dan persiapan-persiapan untuk menghadapi menopause.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, (2001). *Prosedur Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (2009). *Manajemen Penelitian*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. (Revisi 2010). *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Iovin, Vicky. (Terjemahan 2004). *The Girlfriend'Guide to Pregnancy*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Ledewig, Patricia W. (2005). *Asuhan Keperawatan Ibu Bayi Baru Lahir*. Jakarta : EGC
- Markoff, Heidi. (2006). *Kehamilan, apa yang anda hadapi bulan per bulan*. Jakarta: Arcan
- Mohamed, Dr. Ariza. (Terjemahan 2006). *Soal Jawab Bakal Ibu*. Bandung: Khansa
- Notoadmojo, (2005). *Pendidikan dan Prilaku Kesehatan*, Jakarta:RinekaCipta.
- Notoadmojo, Soekidjo. (Revisi 2010). *Metedologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam, (2007). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Ross, Susan. (Terjemahan 2006). *Birth Right*. Jakarta: Transmedia Pustaka
- Saryono. (2008). *Metedologi Pene-litian Kesehatan, Penuntun Praktis Bagi Pemula*. Mitra Cendikia : Jogjakarta
- Spiegel, Murray (Terjemahan, 2004). *Statistik*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Varney, Helen, J.M. Kriebs, dan C.L. Geger, (2006). *Asuhan Kebidanan Edisi 4 volume 2*. EGC: Jakarta.
- Wiknjosastro, Hanifa. (2004). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Mater-nal dan Neonatal*. Jakarta Pusat: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Wiknjosastro, Hanifa. (2008). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta Pusat: Ya-yasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo