

KESIAPAN WANITA PRA-USILA DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DUMAI KOTA DI KOTA DUMAI

MUTIA RANI HARAHAHAP

Akademi Kebidanan Laksamana

mutiaraaja858@gmail.com

Abstract: *A decrease estrogen levels after cause symptoms very disturbing activities of woman's lives. So most women are afraid of impending menopause. Fear lonelies, useless of her husband and help less. This study aims to know the elderly face the preparation of pre-menopause women in the working area in the city health centers Dumai in Dumai city. This type of research is quantitative analytic observational. The design of the study is cross-sectional study research. Data were analyzed using univariate, bivariate use chi-square and multivariate use regression test. Results of the study were significantly associated with menopause between preparedness: knowledge (POR : 4,2 ; 95% CI : 1,618-10,985), role husband (POR : 4,2 ; 95% CI : 1,593-11,084), age (POR : 13,1; 95% CI : 5,256-32,767), job (POR : 2,7 ; 1,192-6,560). The conclusion of this study is the knowledge, the role of husband, age and job readiness affects elderly women in the face of pre-menopause. Recommendation in this study is to provide communications, information and education (IEC) about the knowledge of menopause by the clinic to women pre-elderly and the husband, thereby increasing knowledge about menopause, then menopause should not be feared and more have readiness in dealing with menopause, and also improving the reproductive health of the elderly.*

Keywords: *Pre-elderly woman, Preparedness menopause.*

Abstrak: Penurunan kadar estrogen sering menimbulkan gejala yang sangat mengganggu aktivitas kehidupan para wanita. Sehingga sebagian wanita takut akan datangnya menopause yang menyebabkan takut, kesepian, tidak berguna dihadapan suami dan tidak berdaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kesiapan wanita pra-usila dalam menghadapi menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Dumai Kota di Kota Dumai. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif analitik observasional. Rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan penelitian studi penampang analitik (*analytic cross-sectional*). Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat menggunakan uji *chi-square* dan multivariat menggunakan uji *regresi*. Hasil penelitian yang berhubungan signifikan antara kesiapan menghadapi menopause dengan: pengetahuan (OR *Adjusted* : 4,2 ; 95% CI : 1,618-10,985), peran suami (POR : 4,2 ; 95% CI : 1,593-11,084), umur (POR : 13,1; 95% CI : 5,256-32,767), dan pekerjaan (POR : 2,7 ; 1,192-6,560). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah pengetahuan, peran suami, umur dan pekerjaan mempengaruhi kesiapan wanita pra-usila dalam menghadapi menopause. Saran dalam penelitian ini adalah memberikan komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) mengenai pengetahuan tentang menopause oleh pihak puskesmas kepada wanita pra-usila dan suami, sehingga menambah pengetahuan tentang menopause, maka menopause tidak harus ditakuti dan lebih memiliki kesiapan dalam menghadapi menopause, sehingga meningkatkan kesehatan reproduksi lansia.

Kata Kunci : Wanita Pra-usila, Kesiapan Menghadapi Menopause

A. Pendahuluan

Lansia merupakan dua kesatuan fakta sosial dan biologi. Sebagai suatu fakta sosial, lansia merupakan suatu proses penarikan diri seseorang dari berbagai status dalam suatu struktur masyarakat. Terdapat klasifikasi pada lansia yaitu pra-usila (seseorang yang berumur 45-59 tahun), lansia (seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih) dan lansia resiko tinggi (seseorang yang berusia 70 tahun atau lebih dengan masalah kesehatan) (Departemen Kesehatan RI, 2005).

Menurut Christiane (2006), *menopause* secara klinis sebagai waktu dimana seorang wanita tidak mengalami menstruasi selama satu tahun, yang diawali dengan tidak teraturnya periode menstruasi dan diikuti dengan berhentinya periode menstruasi. Menopause merupakan fase dalam kehidupan seorang wanita yang ditandai dengan berhentinya masa subur. Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (2003), kesiapan adalah suatu keadaan bersiap-siap untuk menyiapkan sesuatu. Kesiapan seorang wanita menghadapi masa *menopause* akan sangat membantu dalam menjalani masa *menopause* ini dengan lebih baik.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara singkat pada bulan April 2018 kepada 20 ibu yang berusia 45 – 59 tahun di Kelurahan Bumi Ayu di Kota Dumai didapatkan hasil bahwa 11 pra-usila tersebut kurang mengetahui tentang *menopause* dari 10 pertanyaan yang diberikan, dimana dapat diartikan kurangnya kesiapan pra-usila dalam menghadapi menopause. Berdasarkan data di atas diketahui pula bahwa umumnya pra-usila tersebut juga belum menyadari bahwa umur, pekerjaan dan peran suami berpengaruh terhadap kesiapan menghadapi *menopause*.

Penelitian ini memilih Wilayah Kerja Puskesmas Dumai Kota sebagai tempat penelitian karena prevalensi wanita pra-usila (45-59 tahun) paling tinggi yaitu 3.944 (18,6%), dibanding wilayah kerja Puskesmas lainnya. Selain itu, penelitian ini belum pernah dilakukan di Wilayah Puskesmas Dumai Kota. Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Kesiapan Wanita Pra-usila dalam Menghadapi Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Dumai Kota di Kota Dumai”.

B. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif analitik observasional dengan menggunakan jenis desain studi penampang analitik. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh wanita pra-usila yang berusia 45-59 tahun yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Dumai Kota di Kota Dumai berjumlah 3.944 orang. Sampel diambil secara *cluster sampling* yaitu sebanyak 212 orang. Pengumpulan data dalam penelitian yaitu melalui data primer dan data sekunder. Instrumen penelitian yang digunakan dalam pengumpulan data adalah dengan menggunakan laporan Dinas Kesehatan Kota Dumai tentang jumlah pra-usila dan kuisioner responden. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat menggunakan uji *chi square* dan multivariat menggunakan uji *regresi*.

C. Hasil dan Pembahasan

Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Umur

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa wanita pra-usila dengan umur pra-usila awal (45-51 tahun) dapat berpengaruh tidak siap menghadapi menopause dari pada wanita pra-usila dengan umur pra-usila akhir (52-49 tahun). Wanita pra-usila dengan umur pra-usila awal mempunyai peluang 13 kali tidak siap dalam menghadapi menopause, maka perlu memperhatikan khususnya dibawah umur 52 tahun dalam

rangka menghadapi menopause. Diharapkan kepada pihak Puskesmas atau tenaga kesehatan agar dapat melakukan penyuluhan tentang perubahan fisik dan psikologis yang dialami wanita pada masa menopause, terutama kepada wanita umur pra-usila awal yang akan memasuki masa menopause, sehingga wanita pra-usila dengan umur pra-usila awal dapat menghadapi perubahan-perubahan yang akan terjadi dan lebih siap dalam menghadapi menopause.

Pengetahuan

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa wanita pra-usila yang pengetahuan kurang dapat berpengaruh tidak siap menghadapi menopause dari pada wanita pra-usila yang pengetahuan baik. Wanita pra-usila yang pengetahuan kurang mempunyai peluang 4 kali tidak siap menghadapi menopause, maka perlu memperhatikan khususnya wanita pra-usila yang pengetahuan kurang dalam rangka menghadapi menopause. Diharapkan dengan adanya informasi, konseling dan kegiatan pendukung lainnya dari tenaga kesehatan, lebih meningkatkan pengetahuan wanita pra-usila, sehingga dapat mencegah tidak siap menghadapi menopause dan meningkatkan kesehatan reproduksi lansia.

Peran Suami

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa wanita pra-usila yang peran suami kurang baik dapat berpengaruh tidak siap menghadapi menopause dari pada wanita pra-usila yang peran suami baik. Wanita pra-usila yang peran suami kurang baik mempunyai peluang 4 kali tidak siap menghadapi menopause, maka perlu memperhatikan khususnya wanita pra-usila yang peran suami kurang baik dalam rangka menghadapi menopause. Diharapkan dengan pemberian informasi dan konseling terhadap suami, dapat meningkatkan pengetahuan suami wanita pra-usila tentang menopause, sehingga dapat berperan dalam kesehatan reproduksi lansia tentang menopause dan tercapai keseimbangan psikis.

Pekerjaan

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa wanita pra-usila yang tidak bekerja dapat berpengaruh tidak siap menghadapi menopause dari pada wanita pra-usila yang bekerja. Wanita pra-usila yang tidak bekerja mempunyai peluang 3 kali tidak siap menghadapi menopause, maka perlu memperhatikan khususnya wanita pra-usila yang tidak bekerja dalam rangka menghadapi menopause. Diharapkan tenaga kesehatan memberikan penyuluhan kepada wanita pra-usila khususnya yang tidak bekerja mengenai menopause. Selain itu, wanita pra-usila lebih aktif mencari informasi yang lebih lagi mengenai menopause dari media (baik media masa maupun elektronik), dan aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia atau mengikuti penyuluhan tentang menopause.

Faktor-faktor yang Tidak Berhubungan dengan Kesiapan Menghadapi Menopause

Sikap

Dalam variabel sikap tidak signifikan dengan kesiapan menghadapi menopause. Artinya, baik wanita pra-usila yang sikap negatif ataupun sikap positif tidak mempengaruhi kesiapan menghadapi menopause. Ini mungkin terjadi karena adanya bias informasi dalam kuesioner penelitian. Untuk mengatasi masalah ini, memberikan

informasi yang jelas tentang menopause khususnya sikap, sehingga tidak terjadi biasa informasi pada kuisisioner penelitian.

D. Penutup

Variabel umur adalah variabel yang paling dominan mempengaruhi kesiapan menghadapi menopause, yaitu 13 kali mempunyai peluang untuk tidak siap menghadapi menopause. Pengetahuan kurang berpengaruh 4 kali tidak siap menghadapi menopause daripada pengetahuan baik pada wanita pra-usila. Peran suami berpengaruh 4 kali tidak siap menghadapi menopause daripada wanita pra-usila yang peran suami baik. Wanita pra-usila yang tidak bekerja berpengaruh 3 kali tidak siap menghadapi menopause daripada wanita pra-usila yang bekerja. Tidak terdapat variabel *confounding*. Variabel yang tidak berhubungan adalah sikap.

Daftar Pustaka

- Aprilia, N.I. 2007. *Factor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan pada Wanita Perimenopause*. The Indonesia Journal of Public Health 4 (1) : 35 – 42
- Bramatyo, L. 2002. *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*. Jakarta : Puspa Swara
- Baziad, A. 2008. *Menopause & Andropause*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Chaplin, J.P. 2005. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Damayanti, FN. 2012. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Upaya Penanganan bu Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Genuksari Kecamatan Genuk Kota Semarang. *Jurnal dinamika kebidanan* 2(1) : 1 – 14
- Darmojo, Boedhi. 2006. *Geriatric (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Jakarta : FKUI.
- Departemen Kesehatan RI. 2005. *Terjadi Pergeseran Umur Menopause*. <http://www.depkes.go.id/index.php?option=articles&task=viewarticle&artid=53&Itemid=3>, diakses tanggal 25 Januari 2015
- Ilmi, Nuril. 2012. *Hubungan Persepsi Menopause dengan Kecemasan Menopause di Desa Sambibulu Kec.Taman Kab.Sidoarjo Jawa Timur*. *Jurnal Dinamika Kesehatan* 2 (2) : 1 - 9
- Kaheksi, I.E, dkk. 2012 . *Hubungan antara Penerimaan Diri dan Dukungan Suami dengan Kecemasan Wanita dalam Menghadapi Menopause di Kec.Jebres, Surakarta*. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa* 2 (1) : 1 - 10
- Kasdu, D. 2004. *Kiat Sehat & Bahagia Diumur Menopause*. Jakart : Puspa Swara
- Lapau, Buchari. 2013. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Larasati, Tika. 2005. *Kualitas Hidup pada Wanita yang Sudah Memasuki Masa Menopause*. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma*.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan & Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nurdono, D.A. 2013. *Gambaran Sikap Ibu Terhadap Masa Premenopause pada Ibu-ibu*. *Jurnal Online Psikologi* 1 (2) : 285 – 298
- Nurmala. 2013. *Hubungan Pengetahuan, Peran Suami dan Usia pada Wanita dalam Menghadapi Masa Menopause di Desa Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh*. *Jurnal dinamika kebidanan* 2 (1) : 1-10.
- Pakasi. 2002. *Menopause, Masalah & Penanggulangannya*. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

- Pearson, Cindy and Jonathan Raymond. 2011. *Menopause, Hormone Therapy, & Aging Skin – Is there a Connection?*. <https://nwhn.org/menopause-hormone-therapy-aging-skin-there-connection>. diakses tanggal 25 Januari 2015
- Pertkasari, Sila. 2004. *Pengaruh Umur, Status Perkawinan, Pendidikan, Pekerjaan, dan Pengetahuan Terhadap Sikap Wanita dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Pacar kembang, Kecamatan Tambaksari, Kota Surabaya*. Jurnal Berita Kedokteran Masyarakat (BKM) 20 (02).
- Proverawati, Atikah. 2010. *Menopause dan Sindrom Pre-menopause*. Yogyakarta : Muha Medika
- Sibagariang, E.E, dkk. 2010. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : Trans Info Media.
- Stuart, G.W. 2005. *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 3*. Jakarta : EGC.
- Tulung, O. 2014. *Hubungan Sikap Ibu Premenopause Dengan Perubahan Yang Terjadi Menjelang Masa Menopause di Kelurahan Woloan 1, Kec.Tomohon Barat Kota Tomohon*. Jurnal unsrat.