

## PENYULUHAN TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI TERHADAP SIKAP MENGHADAPI MENOPAUSE

### REPRODUCTIVE HEALTH AWARENESS OF ATTITUDE FACED WITH MENOPAUSE

Endang Khoirunnisa<sup>1</sup>, Rochayati<sup>1</sup>

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan AKBIDYO

Jl. Parangtritis Km 6 Sewon Yogyakarta. Telp/Fax 0274-371345

Email: endang.khoirunnisa@yahoo.co.id

#### ABSTRACT

**Background:** Along with increasing age, many processes of development and growth in humans. The changes are most common in women because of the aging process called pre-menopausal phase. Three out of ten women aged 40-50 years old in the village Awu-awu, Ngombol, Purworejo said irregular menstruation, two women said regular menstrual but the blood loss was reduced and they do not know the process they are experiencing is physiological.

**Objective:** To determine the effect of counseling on reproductive health to the attitude faced of menopause in women aged 40-50 years old in the village awu-awu, Ngombol, Kab Purworejo

**Methods:** This research uses experimental methods to do intervention form of counseling on reproductive health. Total population 54 women aged 40-50 years and all were taken as samples.

**Results:** A positive attitude to faced menopausal women aged 40-50 years old were given counseling before and after as many as 53.7% are educated as much as 81.5%. This is an increase of women who have a positive attitude as much as 27.8%

**Conclusion:** There is the influence of education on reproductive health to the attitude of facing menopause in women aged 40-50 years old.

**Keywords:** Education, Attitude, Menopause

#### INTISARI

**Latar Belakang:** Seiring dengan peningkatan usia, banyak proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Perubahan tersebut paling banyak terjadi pada wanita karena proses penuaan disebut fase pre-menopause. Tiga dari 10 wanita yang berusia 40-50 tahun di Desa Awu-awu, Ngombol, Purworejo mengatakan menstruasi tidak teratur, 2 wanita mengatakan menstruasi teratur namun jumlah darah yang keluar berkurang dan mereka belum mengetahui proses yang mereka alami adalah fisiologis.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh penyuluhan tentang kesehatan reproduksi terhadap sikap menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun.

**Metode:** penelitian ini menggunakan pendekatan *pre-experimental design* dengan rancangan *one group pretest posttest*. Intervensi berupa penyuluhan tentang kesehatan reproduksi. Jumlah populasi 54 wanita berusia 40-50 tahun dan semua diambil sebagai sampel penelitian. analisa *paired t test*.

**Hasil:** Sikap positif menghadapi menopause wanita usia 40-50 tahun sebelum diberi penyuluhan sebanyak 53,7% dan setelah diberi penyuluhan sebanyak 81,5%. Hal ini mengalami peningkatan wanita yang memiliki sikap positif sebanyak 27,8%

**Simpulan:** Ada pengaruh penyuluhan tentang kesehatan reproduksi terhadap sikap menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun.

**Kata kunci:** Penyuluhan, Sikap, Menopause

## PENDAHULUAN

Menurut WHO pada tahun 2010 prosentase lansia dunia diestimasi 9,11 dari jumlah penduduk dunia. Di Amerika tahun 2011 diestimasi akan terjadi *silver tsunami of aging*, yaitu terdapat 12% populasi lansia. Di Jepang, lansia dengan usia 65 tahun keatas sebanyak 22,6%. Di Jerman, lansia dengan usia 65 tahun ke atas sebanyak 20,5% dan di China sebanyak 13%.<sup>1</sup>

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomer 25 tahun 2016 tentang rencana aksi nasional kesehatan lanjut usia tahun 2016-2019, bahwa yang dimaksud lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Keberhasilan pembangunan di berbagai bidang terutama bidang kesehatan menyebabkan terjadinya peningkatan usia harapan hidup penduduk dunia termasuk Indonesia.<sup>2</sup>

Seiring dengan peningkatan usia, banyak terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Namun, pada suatu saat perkembangan dan pertumbuhan itu akan terhenti pada suatu tahapan, sehingga berikutnya akan terjadi banyak perubahan pada fungsi tubuh manusia. Perubahan tersebut biasanya terjadi pada proses menua, karena pada proses ini banyak terjadi perubahan fisik maupun psikologi. Perubahan tersebut paling banyak terjadi pada wanita karena proses menua terjadi suatu fase yaitu fase menopause. Sebelum terjadi fase menopause biasanya didahului dengan fase pre-menopause dimana pada fase pre-menopause ini terjadi peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya pembuahan (*anovulatoir*). Sebagian besar wanita mulai mengalami gejala pre-menopause pada usia 40-an dan puncaknya

tercapai pada usia 50 tahun. Kebanyakan wanita mengalami menopause kurang dari 5 tahun dan sebagian kecil lebih dari 5 tahun. Namun bila diambil rata-ratanya, umumnya seorang wanita akan mengalami menopause sekitar 45-50 tahun.<sup>3</sup>

Kementerian Kesehatan dalam upaya untuk meningkatkan status kesehatan para lansia, melakukan beberapa program salah satunya yaitu dengan penyuluhan dan penyebarluasan informasi kesehatan dan gizi bagi usia lanjut. Program kesehatan lansia adalah upaya kesehatan berupa promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif untuk meningkatkan status kesehatan lansia yang terdiri dari: 1) kegiatan promotif penyuluhan tentang perilaku hidup sehat dan gizi lansia; 2) Deteksi dini dan pemantauan kesehatan lansia; 3) pengobatan ringan bagi lansia dan; 4) kegiatan rehabilitatif berupa upaya medis, psikososial dan edukatif.<sup>2</sup>

Studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Awu-Awu Kec. Ngombol, kab. Purworejo, terdapat 54 wanita yang berusia di atas 40-50 tahun. Wawancara secara acak terhadap enam ibu yang berusia 40-50 tahun, tiga orang ibu mengatakan mengalami menstruasi tidak teratur dan sering berkeringat di malam hari, dua di antaranya menstruasi masih teratur namun jumlah darah yang keluar berkurang, dan seorang ibu yang lain mengatakan sudah satu tahun lebih tidak menstruasi.

Tujuan dari penelitian ini adalah bersama masyarakat dapat tergali kemampuan dalam rangka meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun di Desa Awu-Awu, Kecamatan Ngombol, Kabupaten Purworejo.

## METODE

Metode penelitian ini adalah *experiment*, penelitian dengan melakukan kegiatan percobaan (*experiment*). Pendekatan yang digunakan adalah *pre-experimental desain* dengan rancangan *one group pretest posttest*. Rancangan penelitian ini tidak menggunakan kelompok pembandingan, tetapi melakukan observasi pertama (*pretest*), dilanjutkan dengan kegiatan kegiatan penyuluhan selama tujuh hari (melakukan *experiment*) dan melakukan observasi kedua (*posttest*).<sup>4</sup>

Pengambilan data sikap ibu terhadap menopause kemudian dilakukan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi pada lansia setelah itu dilakukan pengukuran sikap ibu setelah diberikan penyuluhan.

Populasi pada penelitian ini adalah ibu-ibu yang berusia 40 - 50 tahun di Desa Awu-Awu, Ngombol, Purworejo, Jawa Tengah sebanyak 54 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *total sampling*. Sampel penelitian ini sebanyak 54 wanita usia 40-50 tahun di Desa Awu-Awu, Ngombol, Purworejo, Jawa Tengah. Analisis data dilakukan dengan *paired t test*.

## HASIL

Data penelitian variabel sikap menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun di Desa Awu-awu dikategorikan positif dan negatif, sedangkan pengukuran sikap dilakukan sebanyak dua kali. Pengukuran pertama (*pre-test*) kemudian dilakukan penyuluhan dan kemudian dilakukan pengukuran yang kedua (*post-test*). Dikatakan bahwa responden memiliki sikap positif jika skor sikap  $\geq$  mean (72) dan sikap negatif jika skor sikap  $<$  mean (72).

1. Sikap menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun di Desa Awu-awu (*pre-test*).

**Tabel 1. Distribusi frekuensi sikap menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun sebelum penyuluhan di Desa Awu-awu (*pre-test*)**

Sikap menghadapi menopause	Frekuensi	Persentase (%)
Negatif	25	46,3
Positif	29	53,7
Jumlah	54	100

Sumber: data primer 2016

Tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah responden penelitian yang terbanyak adalah responden yang memiliki sikap positif menghadapi menopause, yaitu sebanyak 29 (53,7%) orang dan jumlah responden yang memiliki sikap negatif menghadapi menopause sebanyak 25 (46,3%) dari 54 jumlah total responden.

2. Sikap menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun di Desa Awu-awu (*post-test*)

**Tabel 2. Distribusi frekuensi sikap menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun sebelum penyuluhan di Desa Awu-awu (*post-test*)**

Sikap menghadapi menopause	Frekuensi	Persentase (%)
Negatif	10	18,5
Positif	44	81,5
Jumlah	54	100

Sumber: data primer 2016

Tabel 2 menunjukkan bahwa jumlah responden penelitian yang terbanyak adalah responden yang memiliki sikap positif menghadapi menopause setelah mendapatkan in-

formasi melalui penyuluhan, yaitu sebanyak 44 (81,5%) orang dan jumlah responden yang memiliki sikap negatif menghadapi menopause sebanyak 10 (18,5%) dari 54 jumlah total responden.

### 3. Pengaruh penyuluhan tentang kesehatan reproduksi terhadap sikap menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun

Analisis untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara kedua variabel pada penelitian ini yaitu variabel bebas penyuluhan kesehatan reproduksi pada lansia dan variabel terikat sikap ibu menghadapi menopause, dipakai analisa *paired t test*.

mendapatkan penyuluhan kesehatan reproduksi, yaitu dari 25 (46,3%) responden menjadi 10 (18,5%) responden. Dari hasil penelitian diketahui bahwa  $t$  hitung  $-4,515$ , menunjukkan bahwa sikap responden sebelum mendapatkan penyuluhan berbeda dengan setelah mendapatkan penyuluhan, perbedaan ini mengarah ke arah perbaikan. Pembacaan harga signifikansi ( $p$ ), nilai  $p = 0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak artinya ada beda rata-rata antara nilai sebelum penyuluhan kesehatan dengan setelah pemberian penyuluhan kesehatan. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh Machfoedz (2005) yang menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan

**Tabel 3. Pengaruh penyuluhan tentang kesehatan reproduksi terhadap sikap menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun**

	Paired Differences				
	Mean	Std.Deviation	$t$	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 pre-post	-.27778	.45211	-4,515	53	.000

Sumber : Data primer 2016

Hasil  $t_{hitung} -4,515$  dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  yang digunakan dengan derajat bebas ( $df = db = dk$ ) = 53 sebesar 1,684. Sehingga  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $4,515 > 1,684$ ), maka  $H_0$  ditolak dan menerima  $H_a$ . Artinya ada beda secara signifikan pemberian penyuluhan tentang kesehatan reproduksi terhadap sikap menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun di Desa Awu-Awu.

## PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian didapatkan ada perbedaan jumlah responden yang mempunyai sikap menghadapi menopause. Responden yang memiliki sikap negatif menghadapi menopause cenderung berkurang setelah

dengan penyebaran pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan dengan kesehatan.

Penyuluhan kesehatan reproduksi memberikan dampak positif terhadap sikap menghadapi menopause. Walaupun belum semua responden memiliki sikap yang positif setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan reproduksi. Proses penyuluhan kesehatan terdapat tiga persoalan pokok yaitu masukan (*input*), proses (*process*), dan keluaran (*output*). Masukan (*input*) dalam penyuluhan kesehatan menyangkut sasaran belajar yaitu individu, kelompok dan masyarakat dengan

berbagai latar belakangnya. Proses (*process*) adalah mekanisme dan interaksi terjadinya perubahan kemampuan dan perilaku pada diri subjek belajar. <sup>5</sup> Dalam proses pendidikan kesehatan terjadi timbal balik berbagai faktor antara lain adalah pengajar, teknik belajar, dan materi atau bahan pelajaran. Sedangkan keluaran (*output*) merupakan kemampuan sebagai hasil perubahan yaitu perilaku sehat dari sasaran didik melalui penyuluhan kesehatan. Oleh karena itu, penyuluhan sebaiknya tidak dilakukan hanya sekali namun beberapa kali sampai terjadi perubahan sikap yang positif terhadap kesehatan reproduksi.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh penyuluhan tentang kesehatan reproduksi terhadap sikap menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun di di Desa Awu-awu, Ngombol, Purworejo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara nilai sebelum penyuluhan kesehatan reproduksi dengan setelah pemberian penyuluhan kesehatan.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Badan Pusat Statistik. 2009. *Human Development Index (HDI) by Province and National*, 1&daftar=1&is subyek=26&notab=2”[http://dds.bps.go.id/eng/tab\\_sub/view.php?tabel=1HY](http://dds.bps.go.id/eng/tab_sub/view.php?tabel=1HY) PERLINK diakses 11 Agustus 2015
2. Kementrian Kesehatan RI nomer 25 tahun 2016 tentang rencana aksi nasioanl kesehatan lanjut usia tahun 2016-2019
3. Kementerian Kesehatan RI. 2013. *Gambar Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*: Jakarta
4. Proverawati, 2010. *Menopause dan Syndrome Menopause*. Nuha Medika. Yogyakarta
5. Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta : Jakarta
6. Sugiyono. 2012. *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta : Bandung
7. Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta: Jakarta
8. Kusmiran, Emy. 2011. *Kesehatan Reproduksi dan wanita*, Jakarta selatan; Salemba Medika
9. Manuaba. 2007. *Memahami kesehatan Reproduksi wanita*, Jakarta : arcan
10. Varney, Helen, 2007, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*, Edisi keempat volume 1, Jakarta: EGC
11. Notoatmodjo, Soekidjo. 2007. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
12. Indarti, 2011. *Panduan Kesehatan Wanita*. Jakarta : Pustaka Pembangunan Swadaya.
13. Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
14. Azwar, S. 2010. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Jogjakarta: Pustaka Pelajar
15. Smart, A. 2010. *Bahagia di usia menopause*. Jogjakarta: A plus books

