



JURNAL KESEHATAN

Vol. 12 No. 2 Tahun 2021

DOI: <http://dx.doi.org/10.38165/jk>.

e-ISSN: 2721-9518

p-ISSN: 2088-0278

LP3M Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Cirebon

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG MENOPAUSE DENGAN KELUHAN SAAT MENOPAUSE

Ela Rohaeni*

*Program Studi D3 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon
elarohaeni21@gmail.com

Iis**

*Program Studi D3 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon

Abstrak

Menopause merupakan berakhirnya siklus menstruasi pada wanita secara alamiah. Keluhan saat menopause baik fisik, psikologis maupun seksual akan dialami oleh wanita yang memasuki masa menopause. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang menopause dengan keluhan saat menopause. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan penelitian cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memasuki menopause antara usia 45-55 tahun berjumlah 150 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan accidental sampling berjumlah 60 orang. Data berupa data primer dengan wawancara menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Berdasarkan hasil penelitian univariat didapatkan bahwa karakteristik menurut umur sebagian besar responden 35 orang (58,4%) berusia 50-55 tahun. Karakteristik menurut pendidikan sebagian besar responden 35 orang (58,4%) berpendidikan SD. Karakteristik berdasarkan jumlah anak sebagian besar jumlah responden yang memiliki >3 anak sebanyak 35 orang (58,3%). Karakteristik responden berdasarkan pengetahuan sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang sebanyak 30 orang (50%). Karakteristik berdasarkan keluhan sebagian besar Responden memiliki keluhan sedang 25 orang (41,7%). Berdasarkan hasil analisis bivariat diperoleh p-value yaitu sebesar 0,001 (<0,05), menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan keluhan wanita saat menopause. Sehingga diharapkan peran aktif dari petugas kesehatan dalam penyuluhan, memberikan informasi persiapan menopause, serta ibu aktif dalam kegiatan poswinda agar meningkatkan pengetahuan tentang persiapan fisik dan psikis menopause.

Kata kunci: Pengetahuan, Menopause, Keluhan menopause.

Abstract

Menopause is the natural end of the menstrual cycle in women. Complaints during menopause both physically, psychologically and sexually will be experienced by women who enter menopause. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge about menopause and complaints during menopause. This study uses quantitative methods with a cross sectional research design. The population in this study were 150 women who entered menopause between the ages of 45-55 years. The sampling technique in this study used accidental sampling totaling 60 people. Data in the form of primary data with interviews using a questionnaire. Data analysis was carried out univariate and bivariate. Based on the results of univariate research, it was found that the characteristics according to age were most of the 35 respondents (58.4%) aged 50-55 years. Characteristics according to education, most of the respondents 35 people (58.4%) have elementary school education. Characteristics based on the number of children, most of the respondents who had >3 children were 35 people (58.3%). Characteristics of respondents based on knowledge; most respondents have less knowledge as many as 30 people (50%). Characteristics based on complaints, most of the respondents have moderate complaints, 25 people (41.7%). Based on the results of bivariate analysis, a p-value of 0.001 (<0.05) was obtained, indicating that there was a relationship between the level of knowledge about menopause and

women's complaints during menopause. So, it is hoped that the active role of health workers in counseling, providing information on menopause preparation, and active mothers in poswindu activities in order to increase knowledge about physical and psychological preparation for menopause.

Keywords: *Mother's Knowledge, Menopause, Menopause Complaints*

PENDAHULUAN

Menopause merupakan hal fisiologis bagi setiap wanita. Wanita menopause akan mengalami beberapa keluhan baik secara fisik maupun psikis. Gejala yang dialami wanita menjelang menopause menyebabkan ketidaksiapan ibu tentang perubahan fisik maupun psikis. Untuk mengurangi hal tersebut wanita mempersiapkan diri baik secara fisik maupun psikis dalam menghadapi menopause. ⁽¹⁾

Menopause merupakan tahap akhir proses biologi yang dialami wanita berupa penurunan produksi hormon seks wanita yaitu estrogen dan progesterone dari indung telur. Gejala-gejala menopause sangat bervariasi dari satu perempuan dengan perempuan lain, tetapi kebanyakan perempuan mengalami hot flashes atau flushing, nyeri persendian, sulit tidur (insomnia). Rasa tertekan tanpa sebab, fluktuasi suasana hati, rasa sakit berhubungan intim, vagina kering, sakit kepala, rasa lelah, dan banyak lagi. Wanita disebut mengalami menopause jika orang tidak lagi menstruasi selama 1 tahun. ⁽²⁾

Data dari World Health Organization (WHO) tahun 2014 yang menyatakan pada tahun 2030 jumlah perempuan di seluruh dunia yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang. Di Indonesia, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta dan nyeri sendi (57,3%). Perubahan fisik yang dialami pada wanita menopause tersebut dapat mempengaruhi kondisi psikologis. Perubahan psikologis tersebut muncul karena perubahan fisik serta hormonal yang berakibat pada peningkatan sensitivitas pada wanita. ⁽³⁾

Sekitar 40-85 % dari semua perempuan dalam usia klimakterik mempunyai keluhan, baik keluhan fisik maupun psikologis. Beberapa perempuan mengalami hal ini sebagai masa transisi yang mulus dengan sedikit ketidaknyamanan fisik seperti keluhan kulit keriput (52,3%) dan bertambah berat badan (50,5%). Sedangkan beberapa perempuan lain mengalami banyak gejala yang tidak nyaman atau reaksi fisik negatif. ⁽⁴⁾ Menurut hasil penelitian Departemen Obstetri dan Ginekologi Fakultas Kedokteran Sumatera Utara dalam Hardians (2005) bahwa keluhan masalah kesehatan yang di hadapi oleh perempuan menopause yaitu perubahan fisik seperti: keluhan nyeri senggama (93,33%), perdarahan pasca senggama (84,44%), vagina kering (93,33%), dan keputihan (75,55%), gatal pada vagina (88,88%), perasaan panas pada vagina (84,44%), nyeri berkemih (77,77%), inkontinensia urin (68,88%). ⁽⁵⁾ Perubahan psikologis yang muncul meliputi mudah tersinggung, terasa takut, gelisah, lekas marah sebanyak 90%, gangguan tidur 50%, depresi 70% ⁽⁶⁾

Sebagian besar perempuan di Indonesia tidak mengetahui dampak yang bisa timbul saat akan memasuki masa menopause. Ketidaktahuan itu didasari pandangan yang menganggap menopause itu gejala alami. Padahal saat memasuki masa tidak haid itu lagi, perempuan mengalami gejala-gejala seperti gejalak panas (*hot flushes*) dan keringat pada malam hari, kelelahan, insomnia, kekeringan kulit dan rambut, sakit dan nyeri pada persendian, sakit kepala, palpitasi (denyut jantung cepat dan tidak teratur), dan berat badan bertambah (*Women's Health Concern, 2007*). Gejala-gejala menopause tersebut sebenarnya dapat diminimalkan apabila perempuan menopause mempunyai pengetahuan yang cukup mengenai menopause itu sendiri.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis di Desa Bongas Wetan Kecamatan Sumberjaya Kabupaten Majalengka, kepada 10 ibu-ibu yang berusia 45-55 tahun mengenai pengetahuan tentang menopause dan keluhannya didapatkan hasil 4 orang ibu memiliki pengetahuan yang cukup dan 6 orang ibu memiliki pengetahuan yang kurang dengan rata-rata mereka memiliki keluhan tingkat sedang atau 40% ibu memiliki pengetahuan yang cukup dan 60% orang, memiliki pengetahuan yang kurang dengan rata-rata mereka memiliki keluhan tingkat sedang.

Berawal dari hal tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti "Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Menopause dengan Keluhan saat Menopause"

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian cross sectional. Rancangan penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan hubungan korelatif antara variabel dependen dan variabel independen dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Tempat yang digunakan dalam penelitian ini adalah di Desa Bongas Wetan Kecamatan Sumberjaya Kabupaten Majalengka dan penelitian telah dilaksanakan Juni – Juli 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu –ibu yang memasuki menopause antara usia 45-55 tahun di Desa Bongas Wetan Kecamatan Sumberjaya Kabupaten Majalengka Tahun 2019 yang berjumlah 150 orang.

Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari ibu-ibu yang berusia 45-55 tahun yang memasuki usia menopause. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan accidental sampling, Untuk mendapatkan sampel peneliti ini menggunakan rumus Nursalam dengan jumlah sampel 60 orang. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah Wanita yang telah mengalami masa menopause usia 45-55 tahun, sehat jasmani dan rohani dan bersedia menjadi informan. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah wanita menopause dalam keadaan sakit fisik dan kejiwaan. Data yang digunakan yaitu data primer dengan melakukan wawancara menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden yang terdiri dari usia, pendidikan, jumlah anak, pengetahuan dan keluhan responden selama menopause. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang menopause dengan keluhan pada saat menopause.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

a) Karakteristik Responden

Karakteristik responden berdasarkan umur dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	N	Persentase (%)
45 – 50	25	41,6
50 – 55	35	58,4
Jumlah	60	100

Berdasarkan Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden 35 orang (58,4%) berusia 50-55 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.

Pendidikan	N	Persentase (%)
Tidak sekolah	18	30
SD	35	58,4
SMP	5	8,4
SMA	1	1,6
PT	1	1,6
Jumlah	60	100

Berdasarkan Tabel 2 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden 35 orang (58,4%) berpendidikan SD.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Anak Responden

Jumlah Anak Responden	n	Presentase (%)
1. Tidak Memiliki Anak	2	3,3
2. Memiliki 1- 2 Anak	23	38,4
3. Memiliki > 3 Anak	35	58,3
Jumlah	60	100

Berdasarkan Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar jumlah responden yang memiliki >3 anak sebanyak 35 orang (58,3%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pengetahuan Responden

Pengetahuan	N	Presentase (%)
Baik	6	10
Cukup	24	40
Kurang	30	50
Jumlah	60	100

Berdasarkan Tabel 4 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar Responden memiliki Pengetahuan Kurang 30 orang (50%).

b) Keluhan Responden Saat Menopause

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Keluhan Responden saat Menopause

Keluhan	N	Presentase (%)
1. Tidak Ada	5	8,3
2. Ringan	15	25
3. Sedang	25	41,7
4. Berat	15	25
Jumlah	60	100%

Berdasarkan Tabel 5 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar Responden memiliki Keluhan Sedang 25 orang (41,7%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 6. Hasil Hubungan Pengetahuan Dengan Keluhan Menopause

Pengetahuan	Keluhan Menopause								Total	<i>P value</i>	
	Tidak ada		Ringan		Sedang		Berat				
	n	%	n	%	N	%	n	%			
Baik	2	33,3	2	33,3	1	16,7	1	16,7	6	100	0,001
Cukup	1	4,2	7	29,2	10	41,6	6	25	24	100	
Kurang	2	6,7	6	20	14	46,7	8	26,6	30	100	
Total	5	8,3	15	25	25	41,7	15	25	60	100	

Berdasarkan tabel 6 hasil analisis hubungan pengetahuan dengan keluhan menopause diperoleh bahwa ibu yang mengalami keluhan sedang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 14 orang (46,7%) dan sebagian kecil ibu yang tidak mengalami keluhan sebanyak 1 orang dengan pengetahuan cukup (4,2%). Hasil uji statistik diperoleh nilai(*p value*=0.001) yang berarti ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang menopause dengan keluhan saat menopause.

PEMBAHASAN

Gambaran Karakteristik dan keluhan menopause

Berdasarkan hasil penelitian karakteristik responden, menunjukkan bahwa sebagian besar responden berdasarkan Usia, 35 orang (58,4%) berusia 50-55 dan responden paling sedikit 25 orang (41,6%) berusia 45 – 50. Sebagian besar responden berdasarkan pendidikan 35 orang (58,4%) berpendidikan SD dan responden paling sedikit SMA 1 orang (1,6%) dan Perguruan Tinggi 1 orang (1,6%). Sebagian besar jumlah anak Responden 35 orang (58,3%) memiliki Anak > 3 dan responden paling sedikit tidak memiliki anak 2 orang (3,3%). Sebagian besar Responden Pengetahuan Kurang 30 orang (50%) dan pengetahuan yang paling sedikit atau kecil yang Pengetahuan Baik 6 orang (10%).

Keluhan Responden Saat Menopause menunjukkan bahwa sebagian besar Responden memiliki Keluhan Sedang 25 orang (41,7%) dan sebagian kecil Responden tidak memiliki keluhan 5 orang (8,3%).

Hubungan Pengetahuan dengan Keluhan Menopause di Desa Bongas kabupaten Majalengka

Hasil analisis bivariat hubungan pengetahuan dengan keluhan menopause diperoleh bahwa ibu yang mengalami keluhan sedang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 14 orang (46,7%) dan sebagian kecil ibu yang tidak mengalami keluhan sebanyak 1 orang dengan pengetahuan cukup (4,2%). Hasil uji statistik diperoleh nilai(*p value*=0.001) yang berarti ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang menopause dengan keluhan saat menopause.

Hal ini sejalan dengan teori bahwa perubahan fisik yang dialami pada wanita menopause akan sangat mempengaruhi kondisi psikologis, khususnya menimbulkan rasa kecemasan. Apabila wanita belum siap mental untuk melewati masa menjelang menopause dan lingkungan social tidak memberikan dukungan secara positif, maka akan terjadi rasa kurang percaya diri, merasa tidak diperhatikan, dan tidak berharga lagi. ⁽⁷⁾

Menurut (Notoatmodjo, 2012), faktor yang berhubungan dengan persiapan menopause wanita antara lain tingkat pengetahuan yang mempengaruhi sejauh mana kesiapan ibu menghadapi menopause. Ibu dengan pengetahuan kesehatan yang lebih baik akan lebih siap menghadapi menopause, yang akan mengarah pada perubahan positif atau positif. ⁽⁸⁾

Pengetahuan yang baik membantu ibu memahami dan mempersiapkan diri menghadapi menopause. Menurut Rostiana dalam (Nurpatminingsih & Abi Muhlisin, 2016), perubahan fisik,

psikologis, dan seksual dapat menimbulkan kecemasan dan kekhawatiran bagi wanita menghadapi menopause. Kecemasan yang mereka alami biasanya berkaitan dengan kekhawatiran menghadapi situasi yang belum pernah terjadi sebelumnya. Wanita seperti ini biasanya sangat sensitif terhadap pengaruh emosional. Secara umum, para wanita ini tidak mendapatkan informasi yang benar, sehingga dalam imajinasi mereka, hanya akan ada efek negatif setelah menopause.⁽⁹⁾

Menopause merupakan tahapan alami yang dialami oleh setiap wanita, biasanya terjadi pada usia di atas 40 tahun. Pada usia ini, ketidaknyamanan akibat perubahan fisik dan psikologis mencapai puncaknya, seperti rasa panas atau kepanasan, keringat malam, insomnia, sakit kepala, kesulitan buang air kecil, Peningkatan denyut jantung dan penambahan berat badan.⁽¹⁰⁾

Menurut Anggraini (Sabatini, 2016), pemahaman ibu tentang menopause tidak hanya berasal dari pendidikan formal, tetapi juga dari media massa atau produk elektronik dan informasi dari petugas kesehatan. Informasi dari sumber selain pendidikan formal juga berdampak besar pada kesiapan perempuan untuk menopause.⁽⁹⁾ Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Zasri, 2012) yang menunjukkan bahwa pengetahuan berhubungan dengan kecemasan menghadapi menopause, $p\text{-value} = 0,00 < 0,05$ yang dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, informasi dan informasi kesehatan yang diperoleh oleh orang yang diwawancarai. Pengertian menopause merupakan faktor yang menentukan bahwa seseorang dapat menerima menopause sebagai perubahan alami yang akan dialami setiap wanita, tanpa memerlukan pengobatan atau harus menimbulkan kecemasan yang berlebihan.⁽¹¹⁾ Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan orang yang diwawancarai berhubungan dengan tingkat persiapan orang yang diwawancarai untuk menopause. Pengetahuan yang baik yang dimiliki oleh orang yang diwawancarai akan mempengaruhi tingkat kesiapan menghadapi menopause. Pada saat yang sama, orang yang diwawancarai berpengetahuan luas tetapi tidak siap karena takut menghadapi menopause dan praktik terkait usia. Responden yang berpengetahuan buruk tetapi siap karena informasi menopause.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis univariat didapatkan bahwa karakteristik menurut umur menunjukkan bahwa sebagian besar responden 35 orang (58,4%) berusia 50-55 tahun. Karakteristik menurut pendidikan menunjukkan bahwa sebagian besar responden 35 orang (58,4%) berpendidikan SD. Karakteristik berdasarkan jumlah anak sebagian besar jumlah responden yang memiliki >3 anak sebanyak 35 orang (58,3%). Karakteristik responden berdasarkan pengetahuan sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang sebanyak 30 orang (50%). Karakteristik berdasarkan keluhan menunjukkan bahwa sebagian besar Responden memiliki keluhan sedang 25 orang (41,7%).

Dari hasil analisis bivariat, bahwa hasil uji statistik diperoleh nilai ($p\text{ value}=0.001$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan menopause dengan keluhan pada saat menopause.

DAFTAR PUSTAKA

1. Asriati, C. R., Wijaya, M., Nirmala, S. A., Gondodiputro, S., & Rahmiati, L. (2019). Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Persiapan Fisik dan Psikis Memasuki Masa Menopause. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 4(2), 99–104.
2. Cipto, C., Siswoko, S., & Saptaningrum, E. (2020). Tingkat pengetahuan dan sikap ibu menghadapi masa menopause. *Jurnal Studi Keperawatan*, 1(1), 6–9.
3. Jannah, S. R. (2011). Mekanisme Koping Wanita dalam Menghadapi Perubahan Fisik Akibat Menopause di Desa Lamhasan, Peukan Bada, Aceh Besar. *Idea Nursing Journal*, 2(1), 38–4
4. Manuaba. Ilmu Kebidanan. Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana. Jakarta: EGC. 2001
5. Nirmala. *Hidup Sehat dengan Menopause*. Jakarta: Buku Populer Nirmala. 2003

6. Glasier A, & Gebbie A. *Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi* Ed. 4. Alih bahasa: Brahm U. Pendit. Jakarta: EGC. 2006
7. Fithriyana, R. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause Di Desa Suka Damai Wilayah Kerja Puskesmas Ujung Batu Rohul. *Jurnal Doppler*, 3(1), 42–47.
8. Rahwuni, D., & Lestari, W. (2014). Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Tingkat Kecemasan pada Wanita Menopause. Riau University.
9. Notoatmodjo, S. (2012). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. *Jakarta: Rineka Cipta*, 45–62.
10. Nurpatminingsih, S., & Abi Muhlisin, H. M. (2016). Hubungan antara kesiapan menopause dengan kecemasan menghadapi menopause pada ibu Pkk di desa gentan kecamatan bendosari Kabupaten sukoharjo. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
11. Novianti, R., & Yunita, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Usia Premenopause Tentang Menopause Dengan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause Di Puskesmas Sei Pancur Kota Batam Tahun 2017. *Zona Kebidanan: Program Studi Kebidanan Universitas Batam*, 9(2).
12. Sabatini, T. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kesiapan Wanita Premenopause dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta (Naskah Publikasi). *Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*.
13. Zasri, Y. Y. (2012). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Kecemasan Menghadapi Menopause Pada Ibu Usia 45-50 Tahun Di Kemukiman Bebesen Kecamatan Bebesen Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2012. *Nanggro Aceh Darussalam: STiKes U'Budiyah Banda Aceh*.