



Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Syndrom Menopause terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Pre Menopause di Puskesmas Kentara Tahun 2017

Sontina Saragih¹, Vera Megawati²

^{1,2}Akademi Keperawatan, Columbia Asia, Jl. Bunga Lau No. 26-28 Medan Indonesia
. Email: sontinasaragih@yahoo.com

ABSTRAK

Seiring dengan peningkatan usia, banyak terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Masa dimana perkembangan dan pertumbuhan itu akan berhenti pada suatu tahapan, sehingga berikutnya akan terjadi banyak perubahan yang terjadi pada fungsi tubuh manusia. Perubahan tersebut biasanya terjadi pada proses menua, karena pada proses ini banyak terjadi perubahan fisik maupun psikologis. Perubahan tersebut banyak terjadi pada wanita karena pada proses menua terjadi suatu fase yaitu fase pre menopause. Fase pre menopause adalah fase dimana terjadi peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya pembuahan (anovulatoair). jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuasi Experiment. dengan desain One Grup Pretest Posttest populasi dalam penelitian ini sebanyak 150 orang, sedangkan sampel diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling yaitu sebanyak 30 orang. Analisis data dengan menggunakan uji nonparametric Wilcoxon Signed Ranks Test. Berdasarkan hasil uji statistik nonparametrik Wilcoxon Signed Ranks Test didapatkan nilai signifikasinya sebesar 0.00. karena nilai signifikasinya < 0.05 dengan demikian hasil tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang syndrom menopause terhadap tingkat pengetahuan ibu pre menopause di puskesmas kentara tahun 2017.

Kata kunci : Pendidikan kesehatan, Ibu, Pre Menopause.

ABSTRACT

Along with increasing age, many processes of development and growth in humans. The period where the development and growth will stop at a stage, so that the next will occur many changes that occur in the function of the human body. These changes usually occur in the aging process, because in this process many physical and psychological changes occur. These changes occur in many women because the aging process occurs in a phase that is the pre-menopausal phase. Pre-menopausal phase is a phase where there is a transition from fertility to the period of no fertilization (anovulatoair). the type of research used in this study is quasi experiment. With the design of the One Group Pretest Posttest the population in this study was 150 people, while the sample was taken using a purposive sampling technique of 30 people. Data analysis using Wilcoxon Signed Ranks Test nonparametric test. Based on the Wilcoxon Signed Ranks Test nonparametric statistical test results obtained a significance value of 0.00. because the significance value < 0.05 thus these results indicate that there is an influence of health education about menopausal syndrome on the level of knowledge of pre-menopausal mothers in health clinics clearly in 2017.

Keywords : Health education, Mother, Pre Menopause.

1. Pendahuluan

Seiring dengan peningkatan usia, banyak terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Masa dimana perkembangan dan pertumbuhan itu akan berhenti pada suatu tahapan, sehingga berikutnya akan terjadi banyak perubahan yang terjadi pada fungsi tubuh manusia. Perubahan tersebut biasanya terjadi pada proses menua, karena pada proses ini banyak terjadi perubahan fisik maupun psikologis.

Perubahan tersebut banyak terjadi pada wanita karena pada proses menua terjadi suatu fase yaitu fase *pre menopause*. Fase *pre menopause* adalah fase dimana terjadi peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya pembuahan (*anovulatoair*) (Proverawati A, 2010).

Wanita yang menjalani *pre menopause* akan mengalami kekacauan dalam pola menstruasi, terjadi perubahan psikologis / kejiwaan, perubahan fisik. Hal ini biasanya terjadi 4 – 5 tahun sebelum *menopause*, dan sekitar 40 – 80% dari semua wanita dalam usia klimakterium mempunyai keluhan baik fisik maupun psikologis (Manuaba, 2009).

Menurut data dari WHO (World Health Organization) jumlah wanita di dunia pada tahun 2003 yang memasuki masa *pre menopause* diperkirakan mencapai 1,2 milyar orang dan setiap tahunnya, sekitar 25 juta wanita mengalami menopause. Jumlah wanita berusia 50 tahun ke atas diperkirakan meningkat dari 500 juta pada saat ini menjadi lebih dari 1 milyar pada tahun 2030 (Mulyani Ns, 2015).

Pada saat Indonesia mempunyai 14 juta wanita *pre menopause*. Terjadi peningkatan angka harapan hidup di Indonesia dari tahun ke tahun. Tahun 2009 wanita usia 48 sampai 49 tahun adalah 48,9 persen. Pada tahun 2010, usia harapan hidup masyarakat Indonesia mencapai 59,8 tahun dan di tahun 2012, angka ini bertambah menjadi 64,5 tahun, tahun 2013 usia harapan hidup Indonesia berada pada angka 67,4 tahun dan di tahun 2011, usia harapan hidup di Indonesia 72 tahun, dengan peningkatan usia harapan hidup, maka dimungkinkan perempuan melewati masa *pre menopause*, *menopause*, dan *pascamenopause*.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Putri C & Indrawati ND, 2013) dikutip dari (Liza, 2009) *Syndrom 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. Wanita Eropa dan Amerika mempunyai estrogen yang lebih banyak dari Asia. Ketika terjadi menopause, wanita Eropa dan Amerika estrogennya menurun drastis dibanding wanita Asia yang kadar estrogennya moderat. Penurunan kadar estrogen tersebut sering menimbulkan gejala yang sangat mengganggu aktivitas kehidupan para wanita (Putri C & Indrawati ND, 2013).

Menurut penelitian (Suheimi, 2009) yang dikutip dari dalam (Sari NF, 2011) menyebutkan bahwa masa *pre menopause* wanita akan mengalami berbagai macam keluhan seperti keluhan fisik dan psikologi. Mekanisme coping wanita dalam menghadapi *pre menopause* dipengaruhi oleh kedewasaan berpikir, faktor sosial ekonomi, budaya, pengetahuan mengenai *pre menopause* dan kematangan mental. Bila seorang wanita tidak siap mental menghadapi fase menjelang menopause dan lingkungan psikososial tidak memberikan dukungan positif akan berakibat tidak baik (Suheimi, 2009).

Wanita *pre menopause* mengalami beberapa gejala fisik berupa perdarahan, rasa panas yang tiba-tiba menyerang tubuh, sekitar 70% wanita *pre menopause* mengalami keluar keringat yang berlebihan pada malam hari, 50% wanita menopause mengalami sulit tidur, 60% mengalami iritasi pada kulit, 60% wanita mengalami kekeringan vagina, kesulitan menahan buang air kecil, 40% wanita mengalami obstipasi atau sembelit, dan 60% wanita *pre menopause* mengalami peningkatan berat badan. Serta 90% wanita *pre menopause* mengalami gejala psikis seperti gelisah dan mudah tersinggung, tegang, perasaan tertekan, sedih, malas, emosi yang meluap, marah, merasa tidak berdaya, dan mudah menangis (Lestary, 2010).

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis ingin mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Syndrom Menopause* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu *Pre Menopause* Di Puskesmas Kentara Tahun 2017.

2. Metode Penelitian

Desain penelitian ini *Quasi Eksperimen* yaitu *Design One Grup Pretest Posttest* yang tidak menggunakan kelompok pembanding. Penelitian ini untuk mengidentifikasi Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Syndrom Menopause* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu *Pre Menopause*. Teknik pengambilan sample yang digunakan adalah *purposive sampling*. Dimana teknik penetapan sample ini dengan cara memilih sample diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki atau sesuai dengan kriteria peneliti. Untuk memperoleh informasi dari responden, peneliti menggunakan alat pengumpulan data yang berupa kuesioner yang dibuat sendiri oleh peneliti.

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan karakteristik responden berdasarkan pendidikan mayoritas responden berpendidikan SMP sebanyak 4 orang (13,3%), SMA sebanyak 18 orang (60%), D3 sebanyak 3 orang (10%), S1 sebanyak 4 orang (13,3%) dan minoritas responden memiliki tingkat pendidikan SD sebanyak 1 orang (3,3%). Karakteristik responden berdasarkan umur responden berusia 40 – 43 Tahun sebanyak 17 orang (56,7%) , dan minoritas responden berusia 44 - 47 Tahun sebanyak 13 orang (43,3%). Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan mayoritas responden bekerja sebagai Petani sebanyak 24 orang (80%), Wiraswasta sebanyak 4 orang (13,3%), dan minoritas bekerja sebagai PNS sebanyak 2 orang (13,3%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Pendidikan	Frekuensi (f)	Persen (%)
1. SD	1	3,3%
2. SMP	4	13,3%
3. SMA	18	60%
4. D3	3	10%
5. S1	4	13,3%
Umur	Frekuensi (f)	Persen (%)
1. 40-43 Tahun	17 orang	56,7%
2. 44-47 Tahun	13 orang	43,3%
Pekerjaan	Frekuensi (f)	Persen (%)
1. Petani	24	80%
2. PNS	2	6,7 %
3. Wiraswasta	4	13,3 %
Total	30	100,0%

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Responden

Pengetahuan Sebelum Intervensi	Frekuensi (f)	Persen (%)
1. Kurang	11	36,7%
2. Cukup	17	56,7%
3. Baik	2	6,7%
Total	30	100,0

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan keseluruhan pada kategori Kurang = 36,7%, Cukup = 56,7%, Baik = 6,7%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi *Syndrom Menopause Terhadap Pre Menopause*

Pengetahuan Sesudah Intervensi	Frekuensi (f)	Persen (%)
1. Kurang	2	6,7%
2. Cukup	13	43,3%
3. Baik	15	50%
Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 3 Tingkat pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan keseluruhan pada kategori Kurang = 6,7%, Cukup = 43,3%, Baik = 50%.

Tabel 4. *Syndrom Menopause Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Pre Menopause*

	N	Mean	Std. Deviation	Sign.
Tingkat pengetahuan ibu <i>pre menopause</i> sebelum intervensi	30	9,33	2.089	.000
Tingkat pengetahuan ibu <i>pre menopause</i> sesudah intervensi	30	11,90	1.960	

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa nilai rata – rata (*mean*) pengetahuan sebelum intervensi adalah 9,33 dengan standar deviation 2,089 dan mean setelah intervensi adalah 11,86 dengan standar deviation 1,960, dengan nilai signifikan (*p*) uji *Wilcoxon* adalah 0,00 dimana $p < 0,05$, hasil ini menunjukkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak yaitu ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Syndrom Menopause Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Pre Menopause Di Puskesmas Kentara Tahun 2017*. Data hasil perhitungan *Wilcoxon* dengan *p* sebesar 0,000, dimana *p* value lebih kecil dari nilai batas kritis 0,05 ($p < \alpha$).

Karakteristik Responden Ibu *Pre Menopause* Tentang *Syndrom Menopause*

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui jumlah responden sebanyak 30 orang, dengan pendidikan SD sebanyak 1 orang (3,3%), SMP sebanyak 4 orang (13,3%), SMA sebanyak 18 orang (60%), D3 sebanyak 3 orang (10%), S1 sebanyak 4 orang (13,3%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pendidikan SMA sekitar 18 orang (60%), dan minoritas berpendidikan SD sebanyak 1 orang (3,3%).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui jumlah responden sebanyak 30 orang, dengan umur 40-43 Tahun sebanyak 17 orang (56,7%), 44 – 47 Tahun sebanyak 13 orang (43,3%). Hal ini menunjukkan bahwa umur responden mayoritas 40 - 43 Tahun sebanyak 17 orang (56,7%), dan minoritas umur responden 44 - 47 Tahun sebanyak 13 orang (43,3%) Salah satu yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang adalah umur (Mubarak, 2008). Umur sangat mempengaruhi ibu *pre menopause* dalam memperoleh informasi yang lebih banyak secara langsung maupun tidak langsung sehingga dapat menambah pengalaman, kematangan dan tingkat pengetahuan. Semakin bertambahnya umur seseorang, maka kematangan berpikir meningkat, sehingga kemampuan menyerap informasi dan pengetahuan termasuk dalam pemberian pendidikan kesehatan mengenai *menopause* juga meningkat. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui jumlah responden sebanyak 30 orang, yang bekerja

sebagai petani sebanyak 24 Orang (80%), PNS sebanyak 2 orang (6,7%), wiraswasta sebanyak 4 orang (13,3%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden bekerja sebagai petani sebanyak 24 orang (80%), dan minoritas bekerja sebagai PNS sebanyak 2 orang (6,7%).

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Syndrom Menopause* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu *Pre Menopause* Sebelum dan Sesudah Melakukan Intervensi

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* terdapat perbedaan *pre test* dengan *post test*, sehingga disimpulkan terdapat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan Tentang *Syndrom Menopause* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu *Pre Menopause*. Pada awal penelitian tentang *syndrom menopause* terhadap tingkat pengetahuan ibu *pre menopause* sebagian besar adalah kurang sebanyak 11 responden (36,7%), Cukup sebanyak 17 responden (56,7%), dan Baik sebanyak 2 responden (6,7%). Tingkat Pengetahuan ibu *pre menopause* tentang *syndrom menopause* sebelum diberikan pendidikan kesehatan dipengaruhi oleh faktor karakteristik internal dan eksternal ibu. Faktor-faktor tersebut antara lain faktor pendidikan, umur, pekerjaan. Kemudian setelah melakukan penelitian tingkat pengetahuan ibu menopause tentang *syndrom menopause* sebagian besar adalah berpengetahuan kurang sebanyak 2 responden (6,7%), Cukup sebanyak 13 responden (43,3%), Baik yaitu sebanyak 15 responden (50%). Hasil penelitian yaitu terdapat Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Syndrom Menopause* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu *Pre Menopause*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas kentara Tahun 2017 menunjukkan bahwa nilai rata - rata (*mean*) pengetahuan sebelum intervensi adalah 9,33 dengan standar deviation 2,089 dan mean setelah intervensi adalah 11,86 dengan standar deviation 1,960, dengan nilai signifikan (*p*) uji *Wilcoxon* adalah 0,00 dimana $p < 0,05$, hasil ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak yaitu ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Syndrom Menopause* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu *Pre Menopause* Sebelum Dan Sesudah Melakukan Intervensi Di Puskesmas Kentara Tahun 2017.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada ibu *pre menopause* tentang *syndrom menopause* di puskesmas kentara menyatakan bahwa ada pengaruh tingkat pengetahuan ibu *pre menopause* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *syndrom menopause* diperoleh hasil uji statistik *Wilcoxon* dengan nilai Sign. $0.000 < \alpha 0.05$.

1. Tingkat Pengetahuan ibu *pre menopause* sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *syndrom menopause* mayoritas kategori kurang sebanyak 11 orang (36,7%).
2. Tingkat Pengetahuan ibu *pre menopause* sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *syndrom menopause* mayoritas kategori Baik sebanyak 15 orang (50%).
3. Tingkat pengetahuan ibu *pre menopause* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan mayoritas kategori kurang sebanyak 11 orang (36,7%) dan mayoritas kategori kurang sebanyak 15 orang (50%).

5. Daftar Pustaka

Aprillia, 2007, Hubungan Gangguan Masa Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Menopause, *Jurnal Edu Health*, Vol. 4 No. 2, Jombang,

Hendra., 2008, *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*, Salemba Medika, Jakarta.

Lestary, D., 2010, *Seluk Beluk Menopause*, Gara Ilmu, Yogyakarta.

- Linani., 2010, Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kecemasan Menghadapi Menopause pada Ibu Usia 45-50 Tahun di Kemukiman Bebesan Kecamatan Bebesan kabupaten Aceh tengah 2012, akses online 1 Maret 2014, URL: <http://ejournal.uui.ac.id/jurnal/>.
- Machfoedz, I., 2010, *Metodologi Penelitian*, Fitramaya, Yogyakarta.
- Marandina, B. A., 2014, *Pengkajian skala nyeri Diruang Intensive Literatur Riview*, Vol. 1 No. 1, Tasikmalaya.
- Mastuti, P., 2015, *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Dalam Menghadapi Menopause*, Surakarta.
- Maulana, 2009, *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Wanita dalam Menghadapi Menopause*, FKUI, Jakarta.
- Mubarak, dan Chayatin., 2008, *Teori dan Ilmu kesehatan Masyarakat, Pendidikan Kesehatan, Konsep Perilaku dan Perilaku*, Salemba Medika, Jakarta.
- Mulyani, N.S., 2015, *Menopause Akhir Siklus Mentruiasi Pada Wanita*, NuhaMedika, Yogyakarta.
- Murniati, et al., 2012, *Perbedaan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi klimakterium*, Sawahan.
- Mutiha, & Niamah S., 2011, *Efek Susu Skim Ysng Disuplemenentasi Isoflavon Kedelai Dan Zn Terhadap Syndrom Menopause Pada Wanita Premenopause*, Vol. XIV No. 3, Purwokerto.
- Notoatmodjo, S., 2007, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Cetakan Ketiga, Rineka Cipta, Jakarta.
- Notoatmodjo, S., 2010, *Ilmu Perilaku Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Notoatmodjo, S., 2012, *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Putri, C. & Indrawati N.D., 2013, *Gambaran Pengetahuan Tentang Menopause Pada Wanita Pramenopause*, Dinamika Kebidanan Vol. 3 No. 1, Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Qonitatun, A., 2015, *Tingkat Kecemasan Ibu Premenopause Menghadapi Menopause*, Surakarta.
- Sarwono., 2007, *Haid Tidak Wajar Dan Menopause*, Populer Obor, Jakarta.



- Saydam, S.G., 2015, *Waspada Penyakit Reproduksi Anda*, Reka Cipta, Bandung.
- Sholichach, N. & Anjarwati R., 2014, *Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Usia 45-50 Tahun Dalam Menghadapi Menopause*. Jawa tengah.
- Sibagariang, E.E., 2016, *Kesehatan Reproduksi Wanita*, Trans Info Media, Jakarta.
- Sibagariang, E.E., et al., 2013, *Kesehatan Reproduksi Wanita*, Trans InfoMedia Jakarta.
- Susiana, P., 2007, *Hubungan Gambaran Diri Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Masa Menopause*. Jakarta.
- Wirakusumah, S.E, 2009, *Menopause*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.

