

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN IBU DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI DESA BERANGAS TIMUR KAB. BARITO KUALA

Sixtia Kusumawati
Akademi Kebidanan Bunga Kalimantan
Email: *sixtia_wibowo@yahoo.co.id*

ABSTRAK: HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN IBU DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI DESA BERANGAS TIMUR KAB. BARITO KUALA. Wanita menjelang menopause akan mengalami penurunan berbagai fungsi tubuh, sehingga akan berdampak pada ketidaknyamanan dalam menjalani kehidupannya. Diperlukan sikap positif dengan diimbangi oleh informasi atau pengetahuan yang cukup, sehingga ibu lebih siap dalam menghadapi menopause baik siap secara fisik, mental, dan spiritual. Kesiapan ibu dalam menghadapi menopause yang didasari oleh pengetahuan akan lebih matang dari pada kesiapan ibu dalam menghadapi menopause yang tidak didasari oleh pengetahuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Desa Berangas Timur. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif analitik dengan rancangan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 100 orang. Analisis data menggunakan uji korelasi Spaerman's rank dengan derajat kepercayaan 95% dan derajat kemaknaan $< 0,05$. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang menopause sebagian besar dalam kategori cukup sebanyak 53 orang (53%) dan kesiapan dalam menghadapi menopause sebagian besar Tidak siap sebanyak 60 Orang(60%), dengan hasil akhir terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause Di Desa Berangas Timur dengan nilai $\rho = 0,003$ pada derajat kemaknaan 0,05.

Kata kunci: Pengetahuan, kesiapan ibu menghadapi menopause

ABSTRACT: RELATED KNOWLEDGE OF MOTHERS IN DEALING WITH MENOPAUSE READINESS IN BERANGAS TIMUR VILLAGE, BARITO KUALA DISTRICT. Women approaching menopause to decrease the various functions of the body, so that will have an impact on discomfort in living life. Needed to be balanced by a positive attitude or knowledge sufficient information, so that the mother is more prepared to deal with menopause either prepared physically, mentally, and spiritually. Preparedness in the face of maternal menopause are based on knowledge will be more mature than the mother's readiness in dealing with menopause that are not based on knowledge. The purpose of this study to determine the relationship with the level of knowledge mother readiness in facing menopause in Berangas Timur village. This research uses a descriptive analytic crosssectional design. Sampling using purposive sampling technique as many as 100 people. Data analysis using Spaerman 's rank correlation test with a 95 % confidence level and significance level < 0.05 . It can be concluded that most of the knowledge about menopause in a category quite as many as 53 people (53 %) and preparedness to face menopause mostly are prepared as much as 60 Orang (60 %), with the end result there is a significant relationship between knowledge about menopause with readiness mother in the face menopause Kingdom Banjarmasin Kuin the Health Clinic with a value of $\rho = 0.003$ at the significance level 0.05.

Keywords: Knowledge, preparedness in the face of Menopause

PENDAHULUAN

Menopause dikenal sebagai berhentinya menstruasi, yang disebabkan oleh hilangnya aktifitas folikel ovarium. Masa ini sangat kompleks bagi perempuan karena berkaitan dengan keadaan fisik dan kejiwaannya. Selain perempuan mengalami stress fisik dapat juga mengalami stress psikologi yang mempengaruhi keadaan emosi dalam menghadapi hal normal sebagaimana yang dijalani oleh semua perempuan (Baziad, 2003).

Usia memasuki masa menopause berbeda-beda, ada yang di atas empat puluhan dan ada yang dibawahnya. Biasanya berkisar antara 35 tahun sampai 55 tahun. Faktor yang mempengaruhi cepat atau lambatnya seseorang memasuki masa menopause antara lain faktor keturunan, nutrisi, cepat lambatnya awal menstruasi, bobot tubuh, merokok, pernikahan dan penyakit (Wirakusuman, 2003).

Kesiapan seorang wanita menghadapi menopause akan sangat membantu seorang wanita menghadapi menjalani masa ini dengan lebih baik. yang terpenting dalam kesiapan menghadapi menopause juga salah satunya dari nutrisi, pada saat menopause, kadar esterogen menurun. Hal ini akan mempermudah hilangnya kalsium tubuh. Peningkatan asupan kalsium dan olah raga teratur dapat mencegah terjadinya osteoporosis. Fraktur akibat osteoporosis terjadi pada 50% di atas usia 50 tahun (Smart, 2010).

WHO memperkirakan di tahun 2030 nanti ada 1,2 miliar wanita yang berusia di atas 50 tahun. Sebagian besar dari mereka (sekitar 80 %) tinggal di negara berkembang dan setiap tahunnya populasi wanita menopause meningkat sekitar 3 %. Tahun 2020 diperkirakan jumlah wanita di Indonesia yang hidup dalam usia menopause adalah 30,3 juta orang dengan semakin meningkatnya wanita menopause maka akan meningkat pula jumlah wanita peka menopause (Baziad, 2007). Perempuan memasuki masa menopause umumnya terjadi di umur rata-rata adalah pada awal 51 tahun atau pertengahan usia 50-an. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Barito Kuala tahun 2019 di Desa Berangas Timur jumlah wanita yang

telah mengalami menopause sebanyak 1.642 orang. Berdasarkan data kunjungan di Desa Berangas Timur terdapat 7.525 orang kunjungan perempuan pada bulan Januari-April tahun 2019.

Hasil studi pendahuluan pada ibu dengan rentang usia antara 45-55 tahun di dapatkan bahwa 4 dari 7 ibu merasakan gejala-gejala yang dirasakan di tahun terakhir ini. Gejala-gejala tersebut adalah rasa panas pada tubuh, menstruasi yang tidak teratur, sering berkeringat di malam hari, sulit tidur, dan apabila terbangun pada malam hari sulit untuk tidur kembali, ibu-ibu ini sering merasa cemas menghadapi menopause karena khawatir akan kesehatannya setelah memasuki masa menopause, namun ketika ditanya tentang persiapan yang dilakukan, ibu-ibu ini mengatakan tidak melakukan persiapan-persiapan dalam menghadapi menopause.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode riset Deskriptif Analitik yang bersifat potong lintang (*cross sectional*). Sampel dalam penelitian ini adalah 100 pasien wanita berusia 20 tahun atau sudah menikah di Desa Berangas Timur Kab. Barito Kuala.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Tentang Menopause



Gambar 1. Distribusi responden berdasarkan pengetahuan tentang menopause

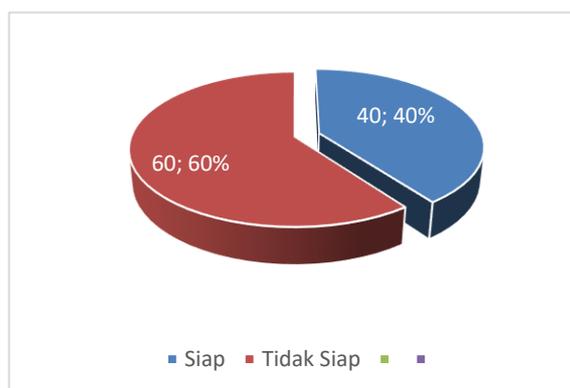
Berdasarkan gambar di atas dapat dilihat bahwa pengetahuan ibu tentang Menopause yang baik sebanyak 26 ibu (26%), cukup sebanyak 53 ibu (53%), sedangkan kurang sebanyak 21 ibu (21%). Hal ini dipengaruhi oleh tingkat pendidikan responden yang sebagian besar berpendidikan SMP selain itu pengetahuan responden juga dipengaruhi oleh umur, pekerjaan dan sumber informasi yang didapat baik dari keluarga, teman dan petugas kesehatan.

Disini dapat terlihat bahwa tingkat pendidikan dapat berpengaruh pada tingkat pengetahuan seseorang hal ini sesuai dengan teori Suhardi (2009), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang salah satunya adalah pendidikan. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka makin mudah orang tersebut menerima informasi sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang didapatnya.

Tingkat pengetahuan seseorang juga dipengaruhi oleh umur. Pengalaman merupakan suatu cara menambah pengetahuan seseorang tentang suatu hal menurut Notoatmodjo (2003). Semakin tua umur seseorang, maka pengalaman akan bertambah sehingga akan meningkatkan pengetahuannya akan suatu obyek, Umur dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik atau sebaliknya.

Pengetahuan juga dipengaruhi oleh informasi yang didapat, informasi adalah salah satu organ pembentuk pengetahuan dan memegang peranan besar dalam membangun pengetahuan. Semakin banyak seseorang memperoleh informasi, maka semakin baik pula pengetahuannya, sebaliknya semakin kurang informasi yang diperoleh, maka semakin kurang pengetahuannya. Pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pendidikan, pekerjaan, umur, lingkungan dan sosial budaya (Wawan dan Dewi, 2011). Pengetahuan sangat penting untuk semua orang karena dengan pengetahuan kita akan lebih tahu tentang segala aspek yang sangat berguna bagi diri sendiri atau orang lain.

2. Kesiapan Dalam Menghadapi Menopause dapat dilihat pada



Gambar 2. Distribusi responden berdasarkan kesiapan menghadapi menopause

Berdasarkan Gambar 2. dapat diketahui bahwa dari 100 responden yang diteliti, sebagian besar responden Tidak Siap dalam menghadapi menopause sebanyak 60 ibu (60%), Sedangkan ibu yang Siap menghadapi menopause sebanyak 40 ibu (40%). Kesiapan disini diartikan sebagai suatu keadaan ibu untuk mempersiapkan dirinya dalam menghadapi menopause, baik secara fisik, psikologis, maupun spiritual. Seorang wanita yang menjelang menopause sebaiknya selalu berpikir positif bahwa kondisi tersebut merupakan sesuatu yang sifatnya alami. Masa perubahan ini akan dapat dilalui dengan baik, tanpa gangguan yang berarti, jika wanita tersebut mampu menyesuaikan diri dengan kondisi baru yang muncul, faktor penentu apakah wanita tersebut siap dengan datangnya masa menopause ini ada di tangan wanita itu sendiri. Di sini faktor pengetahuan mengenai menopause sangat berpengaruh dalam menghadapi masa tersebut.

Faktor lain yang berpengaruh dengan kesiapan seseorang menghadapi menopause yaitu kondisi sosial ekonomi. Kondisi sosial ekonomi seseorang secara tidak langsung akan berpengaruh pada kesiapannya menghadapi masa menopause. Keadaan ekonomi yang baik memungkinkan wanita lebih mudah mendapat sarana dan fasilitas penunjang, seperti majalah, koran, buku kesehatan, dan lain sebagainya untuk memperoleh informasi dan pengetahuan tentang menopause. selain itu faktor yang berpengaruh terhadap kesiapan wanita menopause yaitu peran keluarga, kurangnya dukungan dan perhatian keluarga pada wanita yang mulai memasuki masa menopause dimana mulai mengalami gejala-gejala menopause, dapat

mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi menopause. (Nugraha 2007). Kesiapan seorang perempuan dalam menghadapi menopause akan sangat membantu dalam menjalani masa menopause ini dengan lebih baik.

Ibu yang telah siap dalam menghadapi menopause umumnya telah mengetahui penyebab, tanda gejala, serta faktor yang mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi menopause seperti psikis, informasi, peran keluarga serta sosial budaya. Kesiapan dalam menghadapi menopause bisa berupa kesiapan fisik, mental, dan spiritual.

Analisis Bivariat

Tabel 1. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Desa Berangas Timur.

No	Pengetahuan	Kesiapan Dalam Menghadapi menopause				Jumlah	
		Siap		Tidak Siap		N	%
		N	%	N	%		
1	Baik	15	57,7	11	42,3	26	100
2	Cukup	22	41,5	31	58,5	53	100
3	Kurang	3	14,3	18	85,7	21	100
Jumlah		40	40	60	60	100	100
Spearman's Rho $\rho = 0,003 < \alpha = 0,05$							

Sumber : Data Primer

Hasil uji statistik dengan uji Spearman's rho mengenai hubungan antara pengetahuan dengan kesiapan dalam menghadapi menopause pada ibu di Desa Berangas Timur di dapatkan ρ value = 0,003 yang artinya ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang Menopause dengan kesiapan dalam menghadapi menopause. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pengetahuan ibu tentang menopause maka semakin Siap dalam menghadapi menopause, dengan pengetahuan yang baik akan mempengaruhi kesiapan ibu dalam menghadapi menopause.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kesiapan adalah pengetahuan. pengetahuan merupakan hasil tahu seseorang terhadap objek melalui panca indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Pengindraan dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek.

Menurut Nugraha (2007) faktor yang mempengaruhi kesiapan wanita dalam menghadapi menopause adalah psikis, peran keluarga, informasi dan budaya (<http://digilib.unimus.ac.id>). Sedangkan menurut Notoadmojo (2003) faktor yang mempengaruhi kesiapan wanita dalam menghadapi menopause adalah pendidikan, umur, pekerjaan, sosial ekonomi dan pengetahuan.

Hubungan pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause dapat dijabarkan sebagai berikut: dalam mempersepsikan masalah mengenai menopause persepsi wanita akan dipengaruhi oleh pengetahuan mereka mengenai menopause, pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu, dalam hal ini terhadap masalah menopause. Pengetahuan mengenai menopause dapat berupa pengetahuan tentang apa itu menopause, proses terjadinya menopause, gejala-gejala menopause, faktor- faktor yang mempercepat atau memperlambat usia memasuki menopause, dan terapi-terapi yang digunakan dalam menghadapi menopause. Hasil evaluasi pengetahuan wanita mengenai menopause tersebut akan mempengaruhi kesiapan wanita dalam menghadapi menopause, kesiapan tersebut dapat berupa kesiapan untuk memberikan respon terhadap masalah menopause, kesiapan untuk bertindak, dan kesiapan untuk menghadapi masalah menopause (proverawati, 2010).

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 100 responden (ibu) sebagian besar pengetahuan tentang menopause dalam kategori cukup sebanyak 53 orang (53%), sebagian besar dalam kategori tidak siap sebanyak 60 ibu (60%). Hasil analisa menggambarkan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan dalam menghadapi menopause pada ibu di Desa Berangas Timur Kab. Barito Kuala.

DAFTAR PUSTAKA

Baziad, Ali. 2003. *Menopause Dan andropause*. Jakarta: Yayasan bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

- Dwi Wahyunita, Vina dan Fitrah. 2010. *Memahami Kesehatan Pada Lansia*, Jakarta: Buku Kesehatan.
- Konita, Fauzan, 2011. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Pendidikan Wanita Pre Menopause Tentang Menopause Dengan Kesiapan Menghadapi*: <http://digilib.unimus.ac.id>. Diakses pada tanggal 01 Juli 2013.
- Laksana. 2012. *Psikologis Masa Menopause*: bidan perawat mojomojokerto.blogspot.com Diakses pada tanggal 05 Juli 2013.
- Mulyawarni. 2012. *Kespro*, Novamulyawarniajja.blogspot.com Diakses pada tanggal 05 Juli 2013.
- Notoatmojo, Soekidjo. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmojo, Soekidjo. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurhidayah R. 2013. *Makalah fisiologi fertilisasi dan menopause*, duniawarniregb2.blogspot.com. Diakses pada tanggal 05 Juli 2013.
- Proverawati, atikah. 2010. *Menopause dan sindrome Premenopause*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sri sumaiarti, Riris. 2011. *Hubungan tingkat Pendidikan ibu dengan Pengetahuan Tentang Menopause Pada Ibu usia 45-55 Tahun di RW 2 Kelurahan Tlogosari wetan Kecamatan Pedurungan Semarang*: <http://digilib.unimus.ac.id>. Diakses pada Tanggal 01 Juli 2018.
- Wawan, A dan Dewi, M. 2011. *Teori Pengukuran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.