



**PENGETAHUAN IBU *MENOPAUSE* TENTANG PERUBAHAN FISILOGI
DAN PSIKOLOGI PADA MASA *MENOPAUSE***

***KNOWLEDGE OF MENOPAUSE WOMAN ABOUT PHYSIOLOGICAL
AND PSYCHOLOGICAL CHANGES DURING MENOPAUSE***

Ni Made Rai Widiastuti^{1*}, Yeanneke Anita Kopa²

¹*Department of Midwifery, Poltekkes Kartini Bali, Indonesia*

²*Department of Midwifery, Poltekkes Kartini Bali, Indonesia
Jl. Piranha No 2 Pegok Sesetan Denpasar, Bali, Indonesia*

*Corresponding author: Ni Made Rai Widiastuti

Email: raiwidastuti@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian untuk mengetahui pengetahuan ibu *menopause* tentang perubahan fisiologi dan psikologi pada masa *menopause* berdasarkan pendidikan dan pekerjaan. Metode penelitian menggunakan penelitian *deskriptif* dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 64 orang. Cara pengumpulan data menggunakan kuesioner dan teknik sampling yang digunakan adalah *consecutive sampling*. Pengolahan data menggunakan tabulasi data. Penelitian ini didapatkan bahwa pengetahuan ibu *menopause* tentang perubahan fisiologi dan psikologi pada masa *menopause* hampir seluruhnya yaitu 32 orang (76,2%) memiliki pengetahuan baik, sebagian kecil yaitu 9 orang (21,4%) memiliki pengetahuan cukup dan sebagian kecil yaitu satu orang (2,4%) memiliki pengetahuan kurang. Berdasarkan karakteristik pendidikan seluruh responden yang termasuk kedalam kelompok pendidikan tinggi memiliki pengetahuan yang baik mengenai *menopause*. Berdasarkan karakteristik pekerjaan seluruh responden yang termasuk kelompok bekerja, memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai *menopause*.

Kata kunci: Pengetahuan, *Menopause*, Wanita

ABSTRACT

The purpose of the study was to determine the knowledge of menopausal mothers about changes in physiology and psychology during menopause based on education and work. The research method used descriptive research with a cross-sectional approach. The number of samples in this study was 64 people. The method of collecting data using a questionnaire and the sampling technique used is a consecutive sampling. Processing data using data tabulation. This study found that the knowledge of menopausal mothers about changes in physiology and psychology during menopause was almost entirely, namely, 32 people (76.2%) had good knowledge, a small number were 9 people (21.4%) had sufficient knowledge and a small number were one (2.4%) have less knowledge. Based on the educational characteristics of all respondents included in the higher education group, they have good knowledge. Based on the job characteristics of all respondents included in the working group, they have a good level of knowledge.

Keyword: Knowledge, *Menopause*, Woman

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan menuju Indonesia sehat 2025 bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar peningkatan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi – tingginya dapat terwujud. Sasaran pembangunan kesehatan yang akan dicapai pada tahun 2025 ini adalah meningkatnya derajat Kesehatan masyarakat, yang ditunjukkan oleh meningkatnya Usia Harapan hidup (UHH) dari 70,7 tahun pada tahun 2008 menjadi 73,7 tahun pada tahun 2025 (Depkes RI, 2013).

Berdasarkan data proyeksi penduduk, diperkirakan tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia atau sekitar 9,03% dari populasi penduduk, dimana jumlah lansia perempuan lebih banyak dibandingkan lansia laki – laki karena usia harapan hidup perempuan relatif lebih panjang dibandingkan laki – laki (BPS, 2017).

Hal tersebut tentunya harus mendapatkan perhatian khusus dari berbagai pihak, karena permasalahan yang ada di Indonesia lebih didominasi oleh wanita, salah satunya adalah masalah seputar *menopause*. *Menopause* membuat wanita sering merasa takut. Wanita sering berfikir jika nanti *menopause* menghampiri, kehidupannya akan berubah. *Menopause* akan menghilangkan kebanggaan sebagai wanita, sehingga akan mempengaruhi hubungan dengan suami ataupun keluarga. *Menopause* juga akan menyebabkan kurangnya rasa percaya diri, malu bertemu dan berkomunikasi dengan orang lain serta menimbulkan stres. Banyaknya mitos-mitos yang berkembang di kalangan wanita tentang *menopause*, menimbulkan banyak ketakutan dan kecemasan dalam kehidupan wanita (Mulyani, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Sugiyanto (2014), menyatakan bahwa perubahan fisik pada wanita *menopause* dapat berpengaruh terhadap kondisi psikologi sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup wanita tersebut. Dalam menghadapi *menopause* wanita perlu mempersiapkan dirinya dengan pengetahuan yang memadai sehingga perubahan yang akan terjadi dapat diterima dengan bijaksana dan masa *menopause* dapat dijalani dengan baik (Dewi, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri (2015), yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Ibu *Menopause* tentang perubahan Fisiologi dan Psikologi Pada

Masa *Menopause* di Dusun Kepuh RT 02/01, Polokarto, Sukoharjo” didapatkan hasil, dari 37 responden tingkat pengetahuan ibu *menopause* tentang perubahan fisiologis dan psikologis pada masa *menopause* dalam kategori baik sebanyak delapan responden (21,6%), kategori cukup sebanyak 24 responden (64,9%) dan kategori kurang sebanyak lima responden (13,5%). Peneliti menyimpulkan bahwa rendahnya pengetahuan ibu dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu itu sendiri.

Berdasarkan dari fenomena tersebut, peneliti mencoba melakukan studi pendahuluan pada tanggal 15 Agustus 2018 di Dusun Nio RT 001, Satarmese Barat, Manggarai dengan teknik wawancara pada 10 orang ibu *menopause*, empat orang ibu *menopause* (40%) sudah mengetahui tentang perubahan fisiologi dan psikologis pada masa *menopause* dan berpendapat *menopause* adalah masa yang membahagiakan, sedangkan enam orang ibu *menopause* (60%) belum mengetahui apa itu masa *menopause* dan bagaimana perubahan fisiologi dan psikologi pada masa *menopause* tersebut. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengetahuan Ibu *Menopause* tentang Perubahan Fisiologi dan Psikologi pada Masa *Menopause* di Dusun Nio RT 001, Kecamatan Satarmese Barat, Kabupaten Manggarai Tahun 2018.”

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengetahuan ibu *menopause* tentang perubahan fisiologi dan psikologi pada masa *menopause*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah non probability sampling yaitu consecutive sampling, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 42 orang yang memenuhi kriteria inklusi. Data yang dikumpulkan adalah data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari responden. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian adalah kuesioner. Dalam pernyataan yang diberikan yaitu pengetahuan ibu *menopause* tentang perubahan fisiologi dan psikologi pada masa *menopause* sebanyak 10 pernyataan. Pendekatan yang digunakan yaitu cross sectional suatu penelitian dimana setiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap variabel subjek pada saat pemeriksaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun data hasil penelitian dapat dijabarkan sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Berdasarkan Pendidikan

Pengetahuan	Pendidikan					
	Dasar		Menengah		Tinggi	
	f	%	f	%	f	%
Baik	9	73,1	11	78,6	2	100
Cukup	6	23,1	3	21,4	0	0
Kurang	1	3,8	0	0	0	0
Total	26	100	14	100	2	100

Sumber : Data Primer Penelitian Tahun 2018

Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui bahwa dari 26 responden yang termasuk ke dalam kelompok pendidikan dasar, sebagian besar yaitu 19 orang (73,1%) memiliki pengetahuan baik, sebagian kecil yaitu enam orang (23,1%) memiliki pengetahuan cukup dan sebagian kecil yaitu satu orang (3,8%) memiliki pengetahuan kurang. Dari 14 responden yang termasuk ke dalam kelompok pendidikan menengah, hampir seluruhnya yaitu 11 orang (78,6%) memiliki pengetahuan baik, sebagian kecil yaitu tiga orang (21,4%) memiliki pengetahuan cukup dan tidak ada responden yang memiliki pengetahuan kurang. Dari kelompok tingkat pendidikan tinggi, seluruhnya memiliki pengetahuan baik.

Menurut Notoatmodjo (2010), bahwa tingkat pendidikan seseorang mempengaruhi pengetahuannya, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin tinggi pula pengetahuan yang dimilikinya.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri Ramdani (2015) tentang tingkat pengetahuan ibu *menopause* tentang perubahan fisiologi dan psikologi pada masa *menopause* di Dusun Kepuh RT 02/01 Polokarto dari 14 responden yang termasuk kelompok pendidikan dasar tidak ada responden yang memiliki pengetahuan baik dan dari enam responden yang termasuk kelompok pendidikan tinggi hampir seluruhnya yaitu empat (66,7%) responden memiliki pengetahuan baik.

Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Inri (2014) yang berjudul pengetahuan ibu tentang *menopause* di poliklinik BLU didapatkan hasil pengetahuan baik terbanyak pada responden yang lulus perguruan tinggi

sedangkan pengetahuan kurang terbanyak pada kelompok dengan pendidikan SMA.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Berdasarkan Pekerjaan

No	Kategori Pengetahuan	Pekerjaan			
		Bekerja		Tidak bekerja	
		F	%	F	%
1	Baik	4	100	28	73,7
2	Cukup	0	0	9	23,7
3	Kurang	0	0	1	2,6
Total		4	100	38	100

Sumber : Data Primer Penelitian Tahun 2018

Berdasarkan tabel 2 di atas diketahui bahwa dari empat responden yang termasuk ke dalam kelompok bekerja seluruhnya memiliki pengetahuan baik. Dari 38 responden yang termasuk ke dalam kelompok tidak bekerja hampir seluruhnya yaitu 28 orang (73,7%) memiliki pengetahuan baik, sebagian kecil yaitu sembilan orang (23,7%) memiliki pengetahuan cukup, dan sebagian kecil yaitu satu orang (2,6%) memiliki pengetahuan kurang.

Pekerjaan seseorang berhubungan dengan usia *menopause*. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Blackburn (2015) yang mengemukakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi *menopause* yaitu umur waktu mendapat haid pertama kali (*menarche*), kondisi pekerjaan dan kejiwaan, jumlah anak, penggunaan obat-obat, keluarga berencana (KB), merokok, cuaca dan sosial ekonomi. Dari faktor-faktor tersebut, salah satu faktor yang mempengaruhi *menopause* adalah pekerjaan. Wanita yang bekerja akan mengalami *menopause* lebih cepat dibandingkan wanita tidak bekerja, hal ini berpengaruh ke perkembangan psikis seseorang wanita (Yatim, 2012), sehingga persentase wanita bekerja yang memiliki pengetahuan baik tentang *menopause* lebih besar jika dibandingkan dengan persentase pengetahuan wanita yang tidak bekerja, sebab wanita bekerja cenderung mengalami *menopause* lebih awal sehingga mereka dapat belajar dari pengalaman mereka tentang *menopause*, sebab salah satu faktor didapatkan pengetahuan yang baik adalah dari pengalaman pribadi.

SIMPULAN

Adapun simpulan dalam penelitian ini yaitu:

- 1) Hampir seluruh responden (76,2%) memiliki pengetahuan baik tentang perubahan fisiologi dan psikologi pada *masamenopause*
- 2) Seluruh responden yang berpendidikan tinggi, memiliki tingkat pengetahuan baik tentang perubahan fisiologi dan psikologi pada *masamenopause*.
- 3) Seluruh responden yang termasuk kelompok bekerja, memiliki tingkat pengetahuan baik tentang perubahan fisiologi dan psikologi pada masa *menopause*.

Penelitian ini dapat dijadikan referensi sebagai alasan untuk bidan dan tenaga kesehatan lainnya agar melakukan sosialisasi mengenai perubahan saat fisiologi dan psikologi *menopause*.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2013. *Prosedur penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: RinekaCipta
- Blackburn (2015). *Buku Menopause dan Siklus Kehidupan Wanita*. Yogyakarta:EGC
- Badan Pusat Statistik. 2017. *Statistik Indonesia 2017 (Statistical Yearbook of Indonesia 2017)*. Jakarta : BPS
- Dewi, N. 2013. *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*. Jakarta : Salemba Medika
- Inri 2014. *Pengetahuan-Ibu-Tentang- Menopause-di- Poliklinik*
BLU<https://media.neliti.comedia/publications/67413-ID-.pdf>
- Mulyani. 2013. *Menopause Akhir Siklus Menstruasi Pada Wanita di Usia Pertengahan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Notoatmodjo. 2010. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Edisi Revisi 10
- Putri, R. 2015. *Tingkat Pengetahuan Ibu Menopause tentang Perubahan Fisiologi dan Psikologi pada Masa Menopause di Dusun Kepuh RT 02/01, Polokarto, Sukoharjo*. Surakarta : KTI STIKES Kusuma Husada
- Riwidikdo, H. 2013. *Statistik Kesehatan Dengan Aplikasi Spss Dalam Prosedur Penelitian*. Yogyakarta : RohimaPress
- Sugiyanto. 2014. *Perubahan Fisik Wanita Hubungannya dengan Kecemasan dalam Menghadapi Menopause*. Yogyakarta: Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Vol. 10, No. 1, Hal. 96 –102.
- Yatim (2012). *Wanita dan Kehidupannya*. Jakarta :EGC