

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN SIKAP IBU PREMENOPAUSE
DALAM MENGHADAPI PERUBAHAN PADA MASA MENOPAUSE DI
DUSUN III DESA TELAGA SARI KECAMATAN TANJUNG MORAWA
KABUPATEN DELI SERDANG
TAHUN 2021**

Oleh :

Yetti Atiyah, S.SiT.,M.K.M

Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sehat Medan

Email : Yettinasution84@gmail.com

ABSTRAK

Premenopause adalah masa peralihan yang dialami wanita saat akan memasuki masa berakhirnya menstruasi (menopause). Pada masa ini, dimana wanita mengalami gejala, seperti siklus menstruasi yang tidak teratur dan hot flashes. Jenis penelitian ini adalah *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu usia 40-55 tahun dusun III yang berjumlah 32 orang. Teknik pengambilan sampel adalah *total sampling* dengan jumlah sampel penelitian adalah 32 orang. Hasil penelitian dari 32 responden didapatkan hasil bahwa mayoritas ibu premenopause mempunyai pengetahuan baik yaitu sebanyak 30 responden (94%), Mayoritas ibu premenopause mempunyai sikap positif yaitu sebanyak 29 responden (91%). Ada hubungan pengetahuan dengan Sikap ibu premenopause Dalam Menghadapi perubahan pada masa menopause dengan p value $0,001 < \alpha 0,05$. Kesimpulannya bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan Dengan sikap ibu premenopause dalam menghadapi perubahan pada masa menopause di Dusun III Desa Telaga Sari Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021, Diharapkan agar tenaga kesehatan untuk melakukan penyuluhan terhadap ibu premenopause sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap serta mengurangi kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi masamenopause.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Perubahan pada masa menopause

PENDAHULUAN

Premenopause adalah masa peralihan yang dialami wanita saat akan memasuki masa berakhirnya menstruasi (menopause). Pada masa ini, dimana wanita mengalami gejala, seperti siklus menstruasi yang tidak teratur dan hot flashes.

Premenopause adalah masa perubahan yang dialami oleh semua wanita yang akan mengalami masa menopause (Proverawati, 2017).

Dalam menghadapi menopause, seorang wanita pasti akan mencari informasi tentang gejala-gejala yang dialami dalam menghadapi menopause, cara pencegahan ataupun cara mengatasinya. Sehingga pada saat mengalami menopause, ibu tidak khawatir lagi dalam menghadapinya.

Wanita akan mengalami masa premenopause selama 4 tahun, namun setiap wanita akan mempunyai kondisi berbeda-beda. Hal ini dikarenakan Beberapa faktor seperti gaya hidup, genetik, pola makan, status kesehatan secara umum, dan stres. Apabila seorang wanita telah mempersiapkan diri untuk menghadapi semua gejala menopause, ibu akan bisa meminimalkan gangguan dan perubahan fungsi tubuh yang muncul sehingga kecemasan ibu akan berkurang.

Seorang wanita akan mengalami gangguan menstruasi pada saat menghadapi menopause (Haryono, 2016). Perubahan-perubahan lain yang dapat terjadi pada masa premenopause adalah ditandai dengan siklus menstruasi menjadi tidak teratur, perdarahan menstruasi menjadi

memanjang, jumlah darah menstruasi menjadi lebih banyak dan adanya nyeri pada saat menstruasi (Mulyani, 2017).

Wanita yang mempunyai pengetahuan kurang mempunyai peluang 3 kali berisiko mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause, dibandingkan dengan wanita yang memiliki pengetahuan yang baik. Dukungan keluarga adalah bentuk sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional (Sari, 2020).

Pengetahuan ibu yang baik sangat mempengaruhi sikap ibu premenopause dalam menghadapi masa menopause. Ibu dalam menghadapi masa pre menopause membutuhkan konseling agar dapat mengurangi kecemasan ibu dalam menghadapi masa menopause (Anwar, 2017)

Berdasarkan data diatas, peneliti tertarik meneliti tentang hubungan pengetahuan dengan sikap ibu premenopause dalam menghadapi perubahan pada masa menopause di Dusun III Desa Telaga Sari Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Delii Serdang Tahun 2021.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian adalah *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional* untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap ibu premenopause dalam menghadapi perubahan pada masa menopause di Dusun III Desa Telaga Sari Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu usia 40-55 tahun di Dusun III Desa Telaga Sari dengan menggunakan *total sampling* sebanyak 32 orang.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Premenopause Dalam Menghadapi Masa Menopause di Dusun III Desa Telaga Sari Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten DeliSerdang Tahun 2021. Penelitian dilakukan mulai dari bulan Agustus – November 2021 Di Dusun III Desa Telaga Sari Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten DeliSerdang dengan jumlah 32 responden.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Premenopause Tentang Perubahan Pada Masa Menopause Di Dusun III Desa Telaga Sari Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Tahun2021

| Pengetahuan | f | % |
|--------------|-----------|------------|
| Baik | 30 | 94 |
| Cukup | 1 | 3 |
| Kurang | 1 | 3 |
| Total | 32 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh hasil bahwa dari 32 responden, mayoritas ibu premenopause mempunyai pengetahuan baik yaitu sebanyak30 responden (94%) dan minoritas mempunyai pengetahuan kurang yaitu sebanyak 1 responden(3%)

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Sikap Ibu Premenopause Tentang Perubahan Pada Masa Menopause Di Dusun III Desa Telaga Sari Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Tahun2021

| Sikap | f | % |
|--------------|-----------|------------|
| Positif | 29 | 90,7 |
| Negatif | 3 | 9,3 |
| Total | 32 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.2 diperoleh hasil bahwa dari 32 responden, mayoritas ibu premenopause mempunyai sikap positif yaitu sebanyak 29 responden (90,7%) dan minoritas mempunyai sikap negatif yaitu sebanyak 3 responden(9,3%)

Tabel 4.3 Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Ibu Premenopause dalam menghadapi Perubahan Pada Masa Menopause Di Dusun III Desa Telaga Sari Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021.

| Pengetahuan | Sikap | | | | Jlh | | P valu e |
|---------------|---------|------|---------|-----|-----|------|----------------|
| | Positif | | Negatif | | n | % | |
| | n | % | n | % | | | |
| Baik | 27 | 84,4 | 3 | 9,3 | 30 | 93,8 | 0,001 |
| Cukup | 1 | 3,1 | 0 | 0 | 1 | 3,1 | |
| Kurang | 1 | 3,1 | 0 | 0 | 1 | 3,1 | |
| Total | 29 | 90,7 | 3 | 9,3 | 32 | 100 | |

Berdasarkan tabel 4.3 diperoleh hasil bahwa dari 32 responden, mayoritas ibu premenopause mempunyai pengetahuan baik dan mempunyai sikap positif yaitu sebanyak 27 responden (84,4%) dan minoritas mempunyai pengetahuan kurang dan mempunyai sikap negatif yaitu sebanyak 1 responden (3,1%). Ada hubungan pengetahuan dengan sikap ibu premenopause dalam menghadapi perubahan masa menopause dengan *p* value (0,001).

PEMBAHASAN

Premenopause adalah masa perubahan yang dialami oleh semua wanita yang akan mengalami masa menopause (Proverawati, 2017). Wanita dengan pengetahuan kurang atau cukup (belum maksimal) mempunyai peluang 3

kali berisiko mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause, dibandingkan dengan wanita yang memiliki pengetahuan yang baik.

Seorang wanita akan mengalami gangguan menstruasi pada saat menghadapi menopause (Haryono, 2016). Perubahan-perubahan lain yang dapat terjadi pada masa premenopause adalah ditandai dengan siklus menstruasi menjadi tidak teratur, perdarahan menstruasi menjadi memanjang, jumlah darah menstruasi menjadi lebih banyak dan adanya nyeri pada saat menstruasi (Mulyani, 2017).

Ibu dalam menghadapi masa premenopause membutuhkan konseling agar dapat mengurangi kecemasan ibu dalam menghadapi masa menopause (Anwar, 2017). Dukungan keluarga adalah bentuk sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional (Sari, 2020).

Pengetahuan ibu yang baik sangat mempengaruhi sikap ibu premenopause dalam menghadapi masa menopause. Wanita akan mengalami masa premenopause selama 4 tahun, namun setiap wanita akan mempunyai kondisi berbeda-beda. Hal ini dikarenakan Beberapa faktor seperti gaya hidup, genetik, pola makan, status kesehatan secara umum, dan stres. Apabila seorang wanita telah mempersiapkan diri untuk menghadapi semua gejala menopause, ibukan bisa meminimalkan

gangguan dan perubahan fungsi tubuh yang muncul sehingga kecemasan ibu berkurang

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa Ada hubungan pengetahuan dengan sikap ibu premenopause dalam menghadapi perubahan yang terjadi pada masa menopause dengan tingkat signifikansi $p = 0,001 (< \alpha 0,05)$.

DAFTAR PUSTAKA

Anwar, Ruswana, 2017, *Modul Konseling Asuhan Kebidanan Pada Ibu Menopause*, Jakarta : Sagung Seto

Haryono, Rudi, 2016, *Siap Menghadapi Menstruasi dan Menopause*, Yogyakarta Masturoh dan Anggita, 2018, *Metodologi Penelitian kesehatan, Bahan Ajar Rekam Medis Dan Informasi Kesehatan*, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta :Pusat Pendidikan SDM Kesehatan Badan Pengembangan Dan PemberdayaanSDM Kesehatan.
Mulyani, Nina Siti, 2017, *Menopause*, Yogyakarta : Nuha Medika
Proverawati, Atika 2017, *Menopause dan Sindrom Premenopaus*, Yogyakarta ,: Nuha Medika
Sari, Yunitasari, dkk, 2020, *Kecemasan Pada Perempuan Yang Menghadapi Menopause*, Wellness and Healthy, Vol 2, No.2 (2020)