

Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Wanita Pre Menopause Dalam Menghadapi Masa Menopause

Factors That Influence the Readiness of Premenopausal Woman in facing Menopause : A Review

Mustika Hana Harahap¹T.Hartian SN²

^{1,2}Program studi D III Kebidanan STIKes Payung Negeri Pekanbaru

Corresponding Author:

harahapmustikahana@gmail.com

How to Cite :

Harahap, Mustika Hana. (2022). *Factors That Influence the Readiness of Premenopausal Woman in facing Menopause : A Review* .. ANJANI Journal: [Health Sciences Study](#)

Kata kunci :

Faktor – faktor,
Kesiapan Wanita,
Menopause,
Premenopause

ABSTRAK

Pendahuluan : Menopause merupakan suatu tahap dimana wanita tidak lagi mendapatkan siklus menstruasi yang menunjukkan berakhirnya kemampuan wanita untuk bereproduksi. Secara normal wanita akan mengalami menopause antara usia 40 tahun samapai 50 tahun. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Wanita Pre Menopause Dalam Menghadapi Masa Menopause. **Metode :** Jenis penelitian ini adalah Kuantitatif dengan Rancangan penelitian adalah metode survei analitik melalui pendekatan *deskriptif korelational*, dengan tujuan untuk mencari hubungan pada satu periode tertentu dan pengamatan subjek studi hanya dilakukan satu kali selama penelitian. instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner. Teknik analisa data dalam penelitian ini adalah analisa univariat dan analisa bivariat. **Hasil dan pembahasan :** Hasil penelitian ini yaitu ada hubungan Pengetahuan wanita Premenopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause ditandai dengan hasil uji Person Chi square dengan nilai p diperoleh nilai $p = 0,035$. Dan ada hubungan sikap wanita Premenopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause di tandai dengan uji *Person Chi square* dengan nilai p diperoleh pada kolom *Exact Sig.(2-sided)* dengan nilai $p = 0,033$.

Kesimpulan : Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada beberapa faktor yang berhubungan dengan kesiapan wanita premenopause yaitu dipengaruhi oleh pendidikan, pekerjaan, pengetahuan dan sikap wanita premenopause.

Keywords:

Factors, Readiness of
Woman, Menopause,
Premenopause

ABSTRACT

Introduction : Menopause is a stage where women no longer get the menstrual cycle which indicates the end of a woman's ability to reproduce. Normally women will experience menopause between the ages of 40 and 50 years. The purpose of this study was to determine the factors that influence the readiness of premenopausal women in dealing with menopause. **Method:** This type of research is quantitative. The research design is an analytic survey method through a descriptive correlational approach, with the aim of finding relationships in a certain period and observing the study subjects only once during the study. The research instrument used was a questionnaire. The data analysis technique in this research is univariate analysis and bivariate analysis **Results and discussion :** The results of this study are that there is a relationship between knowledge of premenopausal women and readiness to face menopause marked by the results of the Person Chi square test with p value obtained p value = 0.035. And there is a relationship between premenopausal women's attitudes and readiness to face menopause marked by the Person Chi square test with p value obtained in the *Exact Sig. (2-sided)* column with p value = 0.033. **Conclusion:** The conclusion in this study is that there are several factors related to the readiness of premenopausal women, which are influenced by education, work, knowledge and attitudes of premenopausal women.

PENDAHULUAN

Menopause merupakan suatu tahap dimana wanita tidak lagi mendapatkan siklus menstruasi yang menunjukkan berakhirnya kemampuan wanita untuk bereproduksi. Secara normal wanita akan mengalami menopause antara usia 40 tahun samapai 50 tahun (1). Pada saat menopause, wanita akan mengalami perubahan-perubahan di dalam organ tubuhnya yang disebabkan oleh bertambahnya usia. Usia dari hari ke hari akan terus berjalan dan setiap orang seiring dengan bertambahnya usia tidak akan lepas dari predikat tua. Dengan bertambahnya usia maka gerak-gerik, tingkah laku, cara berpakaian, dan bentuk tubuh mengalami suatu perubahan (2).

Gejala-gejala premenopause ini dialami oleh banyak wanita hampir di seluruh dunia yaitu sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika dan 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia (3). Dari penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat dan Eropa di perkirakan 9 %- 26% wanita dan 5% - 12% pria pernah menderita penyakit depresi yang gawat dalam kehidupan mereka. Setiap saat diperkirakan bahwa 4,5%-9,3% wanita dan 2,3%-3,2% pria akan menderita gangguan ini. Dengan demikian secara kasar dapat dikatakan bahwa wanita dua kali lebih besar kemungkinan akan menderita depresi dari pada pria (4).

Hasil penelitian dari Maki Tahun 2016 mengatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan kesiapan wanita dalam menghadapi menopause, hubungan yang signifikan antara sikap

ibu dengan kesiapan wanita dalam menghadapi menopause dan hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan wanita. sebagian besar ibu mempunyai persepsi yang positif tentang menopause sebanyak 55 responden (58,51%). Hal ini kemungkinan disebabkan karena ibu menopause di desa Sumarayar sebagian besar bekerja sehingga akan cenderung sibuk dengan pekerjaannya dan tidak akan terlalu memikirkan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya. Dalam pekerjaannya ibu menopause akan berinteraksi dengan banyak orang sehingga meskipun telah menjadi tua, ibu tidak akan merasa sebagai orang yang tidak berguna (5).

Hasil penelitian dari Sari dkk Tahun 2013 dengan judul Gambaran antara persepsi perubahan fisik dengan kecemasan ibu menopause di desa dermasan di kecamatan pangkah kabupaten tegal, menunjukkan sebagian besar responden memiliki persepsi perubahan fisik ibu menopause adalah positif atau wajar (53,2%) dengan tingkat kecemasan sedang (46,8%). Terdapat gambaran yang bermakna antara persepsi perubahan fisik dengan kecemasan ibu menopause di Desa Dermasandi Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal tahun 2013 (6).

METODE

Jenis penelitian ini adalah Kuantitatif dengan Rancangan penelitian adalah metode survei analitik melalui pendekatan *deskriptif korelational*, dengan tujuan untuk mencari hubungan pada satu periode tertentu dan pengamatan subjek studi hanya dilakukan satu kali selama penelitian.

HASIL

Analisis univariat

Tabel 1.

Distribusi Responden berdasarkan pendidikan, pekerjaan, pengetahuan, sikap dan kesiapan menghadapi menopause

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Pendidikan		
Dasar	11	20
Menengah	29	54
Tinggi	14	26
Pekerjaan		
Ya	19	35
Tidak	35	65
Pengetahuan		
Baik	20	37
Cukup	34	63
Kurang	-	-
Sikap		
Positif	25	46
Negatif	29	54
Kesiapan menghadapi menopause		
Siap	28	52
Tidak siap	26	48

Analisis Bivariat

Tabel 2.

Hubungan pengetahuan dengan kesiapan wanita premenopause menghadapi menopause

Pengetahuan	Kesiapan				Total		p	OR
	Siap		Tidak Siap					
	n	%	n	%	N	%		
Baik	26	48	7	13	33	40	0,035	5,8
Cukup	18	33	3	6	21	24		

Tabel 3.

Hubungan sikap dengan kesiapan wanita premenopause menghadapi menopause

Sikap	Kesiapan				Total		p	OR
	Siap		Tidak Siap					
	n	%	n	%	n	%		
Positif	36	66	9	17	45	84	0,033	6,3
Negatif	5	9	4	7	9	16		

PEMBAHASAN

Hubungan pengetahuan dengan kesiapan wanita premenopause menghadapi menopause

Berdasarkan hasil tabulasi silang antara Pengetahuan wanita Premenopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause diketahui bahwa semakin baik pengetahuan yang dimiliki oleh wanita premenopause maka semakin tinggi pula kesiapan wanita Premenopause dalam menghadapi menopause dan semakin rendah pengetahuan wanita Premenopause maka semakin rendah kesiapan wanita Premenopause dalam menghadapi menopause. Setelah dilakukan Uji statistik menggunakan uji *Chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% dengan α (0,05) melalui uji Person Chi square dengan nilai p diperoleh pada kolom Asymp.sig.(2-sided) dengan nilai $p = 0,035$. Dengan demikian nilai $p < \alpha$, maka dalam hal ini Ada Hubungan antara Pengetahuan wanita Premenopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Wulan (2020) dengan judul Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kesiapan Wanita Premenopause dalam menghadapi Menopause di Kelurahan di Kel. Gundaling 1 Kec. Berastagi Tahun 2019 bahwa diperoleh keempat faktor memiliki hubungan yang signifikan dengan kesiapan menghadapi Menopause. Pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya yaitu lingkungan. Lingkungan adalah segala sesuatu yang berada disekitar individu, lingkungan berpengaruh terhadap masuknya pengetahuan kedalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik atau tidak, yang akan merespon sebagai pengetahuan tiap individu (7, 8).

Menurut peneliti dimana dalam penelitian ini banyaknya ibu yang berpengetahuan baik tentang menopause merupakan wanita berpendidikan lebih tinggi, hal ini dikarenakan sumber informasi lebih mudah di dapatkan oleh wanita premenopause. Semakin baik pengetahuan wanita premenopause tentang Menopause maka semakin tinggi kesiapan wanita premenopause dalam menghadapi Menopause. Karena pengetahuan itu sangat penting bagi wanita premenopause agar dia lebih siap dan mengerti dalam menghadapi menopause dan agar wanita tidak melakukan dan berfikir hal-hal yang salah saat menghadapi menopause. Tingkat pengetahuan wanita premenopause akan mempengaruhi wanita dalam mengembangkan penalaran logika dan analisa terhadap perubahan masa menopause yang akan dihadapinya sehingga akan memudahkan wanita premenopause dalam menerima informasi dan pesan kesehatan. Dengan pengetahuan yang dimilikinya merupakan penentu dalam upaya menyesuaikan dengan perubahan yang wajar dalam siklus kehidupan yang memang akan dialami oleh wanita dan tidak perlu melakukan pengobatan atau harus menimbulkan ketidaksiapan yang berlebihan dalam menghadapi dan menjalani menopause.

Hubungan Sikap Ibu Premenopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause

Berdasarkan hasil tabulasi silang antara sikap wanita Premenopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause diketahui bahwa semakin positif sikap wanita premenopause maka semakin tinggi kesiapan ibu dalam menghadapi menopause dan semakin negatif sikap wanita maka, semakin rendah kesiapan wanita dalam menghadapi menopause. Setelah dilakukan Uji statistik menggunakan uji *Chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% dengan α (0,05) melalui uji *Person Chi square* dengan nilai p diperoleh pada kolom *Exact Sig.(2-sided)* dengan nilai $p = 0,033$. Dengan demikian nilai $p < \alpha$, maka dalam hal ini Ada Hubungan antara Sikap wanita Premenopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Estiani dengan judul Hubungan Pendidikan dan Pengetahuan Wanita Premenopause terhadap Sikap dalam Menghadapi Menopause di Desa Sekar Jaya Kabupaten Ogan Komering Ulu Tahun 2015, bahwa diperoleh analisis data dengan uji *chisquare* p value = 0,005 < 0,05, hal ini membuktikan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan sikap menghadapi Menopause. Sikap dapat dipengaruhi oleh faktor – faktor, seperti faktor-faktor yang dapat mempengaruhi sikap, antara lain pengalaman pribadi, pengaruh orang lain, yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan, dan lembaga agama, dan faktor emosional. Sehingga walaupun memiliki sikap negatif, tetapi responden memiliki kesiapan yang tinggi (9).

Menurut peneliti, bahwa ibu Premenopause memiliki sikap yang mayoritas positif dikarenakan ibu cenderung memiliki pengetahuan yang baik dan beranggapan bahwa menopause proses alamiah dan tidak akan membuat

kesehatan ibu menurun, namun masih ada yang memiliki sikap negatif dikarenakan ibu masih merasa cemas menghadapi menopause. Dengan adanya sikap yang positif wanita premenopause akan lebih enjoy melewati masa menapausenya kelak yang akan membawa kebahagiaan dalam menjalani perubahan – perubahan organ reproduksinya sebagai suatu pengalaman fisiologis yang pasti dilewati oleh setiap wanita dalam kehidupan reproduksinya. Untuk itu, penting bagi wanita selalu bersikap positif, dan tentunya sikap positif ini bisa muncul jika diimbangi oleh informasi atau pengetahuan yang cukup, sehingga wanita premenopause lebih siap baik secara fisik, mental maupun spiritual dalam menyiapkan diri menghadapi masa menopause.

KESIMPULAN

Faktor – faktor Yang mempengaruhi kesiapan wanita premenopause dalam menghadapi menopause dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu diantaranya pendidikan, pekerjaan, pengetahuan dan sikap. Hasil penelitian yang telah dilakukan ada hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kesiapan wanita premenopause dalam menghadapi menopause.

SARAN

Bagi ibu premenopause

Diharapkan ibu premenopause khususnya usia 41 – 45 untuk menambah pengetahuan tentang persiapan fisik dan psikis dalam menghadapi menopause agar ibu siap dalam menghadapi perubahan – perubahan yang terjadi selama menopause.

Bagi tenaga kesehatan

Diharapkan kepada tenaga kesehatan agar mau memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu – ibu premenopause tentang hal – hal yang harus dipersiapkan ibu – ibu premenopause guna menghindari ketidaksiapan nantinya seperti merasakan hot flushes dan lainnya.

Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk melanjutkan penelitian ini dengan metode dan desain yang berbeda agar penelitian ini mendapatkan hasil yang maksimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih atas bantuan semua pihak dan civitas akademika STIKes Payung Negeri yang telah memberikan dukungan pada penelitian ini diharapkan penulisan artikel ini dapat memberikan manfaat dan dapat dijadikan sebagai tambahan wawasan bagi pembacanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Atikah, P(2013). Menopause Dan Sindrom Premenopause. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Aqila.S,. (2010). Bahagia diusia Menopause. Jakarta: Aplus Books.
- Azwar, S. (2013). Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya.Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sari R, (2013). Gambaran Pengetahuan Ibu Menopause Tentang Kalsium Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru Tahun 2013. Pekanbaru :STIKes Payung Negeri.
- Mulyani N,. (2013). Menopause akhir siklus menstruasi pada wanita diusia Pertengahan. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Proverawati, A dan Sulistyawati,E. 2010. Menopause dan Syndrome Premenopause. Yogyakarta: Medical Book.
- Rebecca dkk. 2010. Solusi Praktis Mengenali, Mengatasi, dan Mengantisipasi Depresi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Wulan, M, (2020) Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Pramenopause. Kediri : Akbid Darmahusada.
- Estiani. (2015). Hubungan Pendidikan dan Pengetahuan Wanita Premenopause terhadap Sikap dalam Menghadapi Menopause di Desa Sekar Jaya Kabupaten Ogan Komering Ulu.