

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU PREMENOPAUSE
TENTANG MENOPAUSE DENGAN PERSIAPAN MENOPAUSE
DI KELOMPOK PENGAJIAN MARKHAMAH BLUNYAH REJO
YOGYAKARTA
TAHUN 2010**

SKRIPSI



**Disusun oleh :
NURUL ANISA
060201004**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2011**

**THE RELATIONSHIP OF MOTHER KNOWLEDGE ABOUT
PRE-MENOPAUSE WITH THE PREPARATION OF
MENOPAUSE IN MARKHAMAH RECITATION GROUP
BLUNYAH REJO YOGYAKARTA 2010**

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU PREMENOPAUSE
TENTANG MENOPAUSE DENGAN PERSIAPAN
MENOPAUSE DI KELOMPOK PENGAJIAN
MARKHAMAH BLUNYAH REJO
YOGYAKARTA
TAHUN 2010**

NASKAH PUBLIKASI

**DISUSUN OLEH:
NURUL ANISA
060201004**

Telah Disetujui dan Diterima Sebagai Syarat Untuk Mendapat Gelar Sarjana Keperawatan pada Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta



Oleh:

Pembimbing : Lutfi Nurdian Asnindari, S.Kep., Ns,
Tanggal :

Tanda Tangan :

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'L. Asnindari', written over a faint, larger watermark of the word 'Aisyiyah'.

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU PREMENOPAUSE TENTANG MENOPAUSE DENGAN PERSIAPAN MENOPAUSE DI KELOMPOK PENGAJIAN MARKHAMAH BLUNYAH REJO YOGYAKARTA TAHUN 2010¹

Nurul Anisa², Lutfi Nurdian Asnindari³

INTISARI

Datangnya masa menopause akan membawa dampak yang sangat luar biasa pada kaum wanita khususnya, baik secara psikis ataupun fisik, maka untuk mengurangi dampak tersebut wanita yang akan menjelang menopause seharusnya melakukan persiapan antara lain mencari informasi yang objektif mengenai segala sesuatu yang menyangkut menopause, khususnya bagi wanita yang belum mengalami menopause. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan ibu-ibu premenopause tentang menopause dengan persiapan menghadapi menopause di kelompok pengajian ibu-ibu markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta tahun 2010.

Penelitian ini menggunakan desain *survei analitik*, pendekatan waktu yang digunakan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan november 2010. Populasi pada penelitian ini adalah wanita usia 40-48 tahun yang berjumlah 40 orang. Teknik yang digunakan adalah *total sampling*. Sampel yang digunakan dalam penelitian berjumlah 40 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Analisis data menggunakan uji statistik kendal tau.

Hasilnya tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause dengan presentase kurang dan sedang sebesar 42,5%, sedangkan persiapan menopause presentase kurang sebesar 80%. Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause dengan persiapan menopause di kelompok Pengajian Ibu-Ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta dengan nilai signifikan p sebesar 0,004

Saran bagi puskesmas dan pelayanan kesehatan ibu menopause supaya dapat memberikan penyuluhan tentang gangguan reproduksi, terutama masalah menopause secara intensif agar para wanita premenopause bisa mengetahui lebih dalam lagi tentang menopause serta persiapan yang harus dihadapi saat menopause datang.

Kata kunci : Pengetahuan, menopause, Persiapan
Daftar pustaka : 20 buku (1999-2010), 8 website
Jumlah halaman : xiii, 77 halaman, 6 gambar, 2 tabel, 8 lampiran

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa S1 Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

**THE CORRELATION OF MOTHER KNOWLEDGE LEVEL ON
PREMENOPAUSAL ABOUT MENOPAUSE WITH MENOPAUSE
PREPARATION IN GRUUP OF PENGAJIAN MARKHAMAH BLUNYAH
REJO YOGYAKARTA TAHUN 2010¹**

Nurul Anisa², Lutfi Nurdian Asnindari³

ABSTRACT

The arrival of menopause will bring an extraordinary impact on women in particular, whether physical or psychic, then to reduce the impact of the women who will be approaching menopause should make preparations include looking for objective information about everything related to menopause, especially for women who have not experienced menopause. This study aims to determine the correlation between premenopausal mothers knowledge about menopause with preparations for the menopause in a group recitation of mothers markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta in 2010.

This study used a analytical survey design, used cross-sectional time approach. This research was conducted in November 2010. The population in this study were women aged 40-48 years amounted to 40 people. The technique used is total sampling. The sample used in the study amounted to 40 people. The instruments used in this study is a questionnaire. Data analysis using statistical kendal tau.

As a result the level of knowledge premenopausal women about menopause with less and being about percentage of 42.5%, while the preparation of menopause percentage is 80% less. There is a correlation between the level of knowledge premenopausal women about menopause, with menopause preparations on the Mothers Pengajian group of Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta premises significant p value of 0.004

Suggestions for health centers and menopause maternal health services in order to provide counseling about reproductive disorders, particularly menopausal problems intensively for premenopausal women could know more about menopause and the preparations that must be faced when menopause comes.

Key words : Knowledge, menopause, Preparation
Further reading : 20 books (1999-2010), 8 website
Number of pages : xiii, 77 pages, 6 pictur, 2 tables, 8 enclosure

¹Title of Thesis

²Student of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

³Lecturer of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

LATAR BELAKANG MASALAH

Sejalan dengan proses penuaan yang pasti dialami setiap orang, terjadi pula kemunduran fungsi organ-organ tubuh termasuk salah satu organ reproduksi wanita, yaitu ovarium. Terganggunya fungsi ovarium menyebabkan berkurangnya produksi hormon estrogen, dan ini akan menimbulkan beberapa penurunan atau gangguan pada aspek fisik, biologis, serta seksual. Pada sebagian wanita, munculnya gejala atau gangguan fisik sebagai akibat dari berhentinya produksi hormon estrogen, juga akan berpengaruh pada kondisi psikologis, dan sosialnya (Noor, 2010).

Datangnya masa menopause akan membawa dampak yang sangat luar biasa pada kaum wanita khususnya, baik secara psikis ataupun fisik, maka untuk mengurangi dampak tersebut wanita yang akan menjelang menopause seharusnya melakukan persiapan antara lain mencari informasi yang objektif mengenai segala sesuatu yang menyangkut menopause, khususnya bagi wanita yang belum mengalami menopause. Sedang yang paling penting adalah membina komunikasi terbuka dengan suami dan semua keluarga, agar

semua mengerti dan dapat memahami kondisi istri dan ibunya (Lestari, 2010).

Selama ini usaha-usaha yang dilakukan wanita antara lain dengan obat-obatan yang dapat mengurangi dampak menopause yaitu sulit tidur. Sedangkan usaha yang lain adalah menggunakan terapi pengganti hormon yang dapat menghentikan serangan kepanasan dan keringat yang mengganggu serta membuat vagina lebih basah dan apabila terapi ini dilakukan dalam jangka waktu yang lama akan berefek mengurangi resiko kesehatan yang lain misalnya kerapuhan tulang dan penyakit jantung yang disebabkan karena menurunnya estrogen dalam tubuh (Burns, 2009).

Menurut pendekatan kognitif dalam ilmu psikologi, pada dasarnya gangguan emosi (takut, cemas, stres) yang dialami manusia, sangat ditentukan oleh bagaimana individu menilai, menginterpretasi, atau mempersepsikan peristiwa yang dialaminya. Jadi, bagaimana individu mempersepsikan atau menilai menopause akan berpengaruh pada kondisi emosi psikologisnya. Bila wanita memandang menopause sebagai hal yang

menakutkan maka wanita yang akan menghadapi menopause dengan penuh kecemasan, ketakutan, stres bahkan depresi (Noor, 2010). Beberapa penelitian menemukan bahwa ditemukan sebanyak 37,9% perempuan mengalami depresi saat menjelang masa menopause. Selain itu ada pula penelitian yang menemukan bahwa terdapat 25% akan mengalami depresi pada masa menopause (Kusumawardani, 2006).

Faktor yang sangat berpengaruh dalam menghadapi masa menopause antara lain faktor sosial yang meliputi pengetahuan wanita tentang menopause, pendidikan wanita tersebut, pekerjaan yang dimiliki, serta pendapatan yang diperoleh. Selain faktor-faktor tersebut faktor eksternal juga ikut di dalamnya, antara lain persiapan masa pensiun dan aktifitas sesudah masa produktif berlalu, contohnya mengikuti kegiatan yang positif, mengikuti sejumlah perkumpulan sosial (Kusumawardani, 2006).

Tujuan dari penelitian ini adalah diketahuinya hubungan tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause dengan persiapan menopause di kelompok pengajian ibu-

ibu Mrakhamah Blunyah Rejo Yogyakarta.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain pada penelitian ini yaitu *survei analitik* yaitu survei penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi (Notoatmodjo, 2005). Metode pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional* yaitu suatu penelitian transversal (Notoatmodjo, 2005).

Pada penelitian ini terdapat variabel bebas yaitu tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause dan variabel terikat yaitu persiapan menopause. Terdapat pula variabel pengganggu, antara lain faktor psikis, faktor peran keluarga, faktor informasi, dan faktor budaya. Faktor psikis tidak dikendalikan karena kondisi psikis setiap responden berbeda-beda dan bisa berubah-ubah. Faktor peran keluarga dikendalikan dengan memilih responden yang masih mempunyai keluarga inti. Faktor informasi tidak dikendalikan karena informasi yang didapat oleh masing-masing responden berbeda-beda. Untuk faktor budaya tidak dikendalikan karena budaya responden berbeda-beda.

Populasi dalam penelitian ini adalah para ibu premenopause yang tergabung dalam kelompok pengajian ibu-ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta, yaitu sebanyak 40 ibu premenopause. Untuk teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *total sampling*.

Metode pengumpulan data pada variabel bebas dan terikat menggunakan kuesioner. Kuesioner, yaitu daftar pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden. Bentuk kuesioner adalah kuesioner tertutup, yaitu sudah disediakan alternatif jawabannya (Arikunto, 2002)

Pada variabel bebas yaitu tingkat pengetahuan tentang menoapsue, alternatif jawabannya benar atau salah dengan rentan skor 100%-55% pengukurannya dengan menggunakan skala ordinal. Pada varabel terikat yaitu persiapan menopause alternatif jawabannya selalu dilakukan, sering dilakukan, jarang dilakukan tidak pernah dilakukan dengan rentan skor 100%-55% skala pengukurannya menggunakan skala ordinal.

Analisis datanya menggunakan uji statistik *Kendal Tau* yaitu untuk

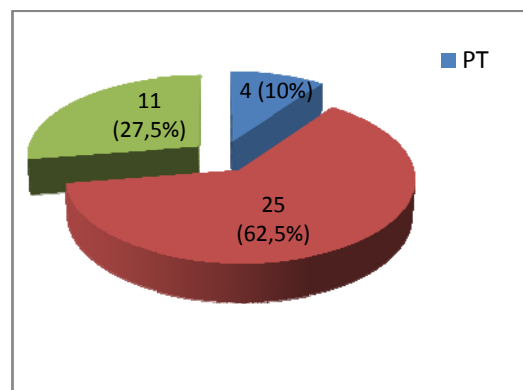
mengetahui hubungan antara variabel tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause dengan persiapan menopause.

HASIL

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada ibu premenopause di kelompok pengajian ibu-ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta 2010, maka dapat dideskripsikan penelitian sebagai berikut:

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ibu premenopae di kelompok Pengajian Ibu-ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta 2010, maka dapat dideskripsikan dalam diagram dibawah ini:

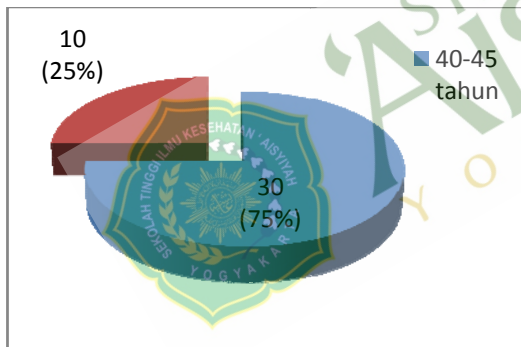


Berdasarkan diagram 3 dapat diketahui bahwa mayoritas responden dengan latar belakang pendidikan SMA yaitu sebanyak 25 orang atau (62,5%), sedangkan minoritas responden dengan

latar belakang pendidikan Perguruan Tinggi yaitu sebanyak 4 orang atau (10 %). Menurut karakteristik yang ada tingkat pendidikan ibu premenopause di kelompok pengajian Ibu-Ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta mayoritas berlatar belakang pendidikan pertama.

Umur Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ibu premenopau di kelompok Pengajian Ibu-ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta 2010, maka dapat dideskripsikan dalam diagram dibawah ini:

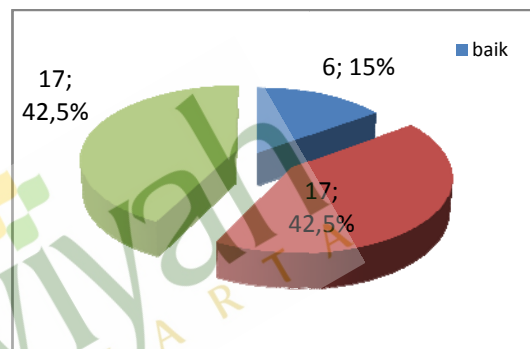


Berdasarkan diagram 4 dapat diketahui bahwa mayoritas responden berumur 40-45 tahun yaitu sebanyak 30 orang atau (75 %), sedangkan minoritas responden dengan umur 46-48 tahun yaitu sebanyak 10 orang atau (25 %). Berdasarkan karakteristik umur responden ibu premenopause di kelompok Pengajian Ibu-Ibu

Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta mayoritas berumur 40-45 tahun.

Tingkat Pengetahuan Menopause

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ibu premenopau di kelompok Pengajian Ibu-ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta 2010, maka dapat dideskripsikan dalam diagram dibawah ini:

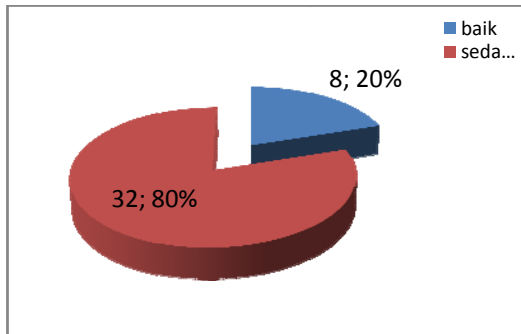


Berdasarkan diagram 5 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan mayoritas kurang atau sedang yaitu sebesar 17 orang (42,5%) dan minoritas dengan tingkat pengetahuan baik yaitu 6 orang (15%). Tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause di kelompok Pengajian Ibu-Ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta mayoritas pengetahuannya sedang atau kurang.

Persiapan Menopause

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ibu premenopau di kelompok Pengajian Ibu-ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta

2010, maka dapat dideskripsikan dalam diagram dibawah ini:



Berdasarkan diagram 6 menunjukkan bahwa mayoritas memiliki persiapan sedang yaitu 32 orang (80%) sedangkan minoritas yang memiliki persiapan yang baik yaitu 8 orang (20%). Berdasarkan persiapan ibu premenopause dalam menghadapi menopause di kelompok Pengajian Ibu-Ibu Markhamah Blunyah

Rejo Yogyakarta mayoritas persiapan menopause yaitu sedang.

Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Premenopause Tentang Menopause Dengan Persiapan Menopause Di Kelompok Pengajian Ibu-Ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ibu premenopause di kelompok pengajian ibu-ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta 2010, maka dapat dibuat tabulasi silang tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause dengan persiapan menopause dalam tabel berikut ini:

Tabel 4. Tabulasi silang Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Premenopause tentang menopause dengan Persiapan Menopause.

Tk. pengetahuan	Persiapan		Kurang		Sedang		Baik		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Kurang	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Sedang	17	42,5%	17	42,5%	0	0%	0	0%	34	85%
Baik	0	0%	0	0%	0	0%	6	15%	6	15%
Jumlah	17	42,5%	17	42,5%	17	42,5%	6	15%	40	100%

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa mayoritas ibu premenopause memiliki tingkat pengetahuan sedang dan memiliki persiapan menopause

dalam kategori kurang yaitu sebanyak 17 orang atau 42,5%, dan ibu premenopause yang memiliki tingkat pengetahuan sedang dengan persiapan

menopause dalam kategori sedang yaitu sebanyak 17 orang atau 42,5%

Pembahasan

Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Dari hasil penelitian mayoritas responden yaitu dengan latar belakang pendidikan SMA sebanyak 25 orang atau (62,5%), sedangkan minoritas responden dengan latar belakang pendidikan Perguruan Tinggi yaitu sebanyak 4 orang atau (10 %). Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya.

Namun perlu ditekankan bahwa seorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi juga dapat diperoleh pada pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang tentang sesuatu obyek juga mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan negatif. Kedua aspek inilah yang akhirnya akan menentukan sikap seseorang terhadap obyek tertentu. Semakin banyak aspek positif dari obyek yang diketahui, akan menumbuhkan sikap makin positif terhadap obyek tersebut.

Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Dari hasil penelitian mayoritas mayoritas responden berumur 40-45 tahun yaitu sebanyak 30 orang atau (75 %), sedangkan minoritas responden dengan umur 46-48 tahun yaitu sebanyak 10 orang atau (25 %). Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Pada usia madya, individu akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan

kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua, selain itu orang usia madya akan lebih banyak menggunakan banyak waktu untuk membaca. Kemampuan intelektual, pemecahan masalah, dan kemampuan verbal dilaporkan hampir tidak ada penurunan pada usia ini. Dua sikap tradisional mengenai jalannya perkembangan selama hidup. Tetapi ada salah satu faktor yang bisa mempengaruhi individu tersebut tidak dapat menerima informasi secara cepat, tetapi dalam hal ini bukan berarti individu tersebut tidak akan mendapat informasi, hanya individu tersebut lambat menangkap informasi tersebut karena faktor yang terjadi dalam dirinya. Faktor tersebut adalah faktor usia, semakin tua semakin bijaksana, semakin banyak informasi yang dijumpai dan semakin banyak hal yang dikerjakan sehingga menambah pengetahuannya. Tidak dapat mengajarkan kepandaian baru kepada orang yang sudah tua karena mengalami kemunduran baik fisik maupun mental. Dapat diperkirakan bahwa IQ akan menurun sejalan dengan bertambahnya usia, khususnya pada beberapa

kemampuan yang lain seperti misalnya kosa kata dan pengetahuan umum. Beberapa teori berpendapat ternyata IQ seseorang akan menurun cukup cepat sejalan dengan bertambahnya usia

Tingkat Pengetahuan Ibu Premenopause Tentang Menopause

Dari hasil penelitian mayoritas responden berdasarkan tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause termasuk dalam kategori sedang dan kurang sebanyak 17 orang atau (42,5%). Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui kepandaian yang berkenan dengan suatu hal. Pengetahuan berasal dari kata 'tahu' yang berarti seseorang mempunyai pengetahuan sesuatu cakrawala tertentu bisa didapat dari pendidikan formal, non formal dan informasi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002). Menurut teori Notoatmodjo (2003), tahu atau *know* artinya sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang diterima. Setelah tahu tahap selanjutnya yaitu aplikasi atau *aplication* diartikan

sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi kondisi real atau sebenarnya. Pengetahuan tentang menopause juga dapat diperoleh dari informasi baik secara lisan maupun tertulis dan pengalaman seseorang. Tingkat pengetahuan seseorang berbeda-beda tergantung akses informasi yang diterima dapat memberikan pengetahuan baru, karena dengan informasi lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang luas. Bisa juga pengetahuan yang baik tentang menopause tersebut dipengaruhi oleh pengalaman pribadi atau pengalaman orang lain yang kebetulan didengar, mengingat bahwa informasi dapat diperoleh dari berbagai sumber sebagaimana pernyataan Notoatmodjo (2002), hal ini juga didukung pernyataan Notoatmodjo yang lain bahwa semakin banyak informasi yang diperoleh maka tingkat pengetahuan yang dimiliki juga semakin baik. Dampak yang akan diterima akibat pengetahuan tentang menopause kurang menurut Kasdu (2002) antara lain cemas, mempunyai efek yang negatif terhadap dirinya, menurunnya kebanggaan sebagai wanita atapun

sebagai seorang istri, dan keadaan yang tidak stabil.

Persiapan Menopause

Dari hasil penelitian mayoritas responden berdasarkan persiapan menopause termasuk dalam kategori kurang sebanyak 32 orang atau (80%) Terdapat beberapa faktor pembentuk persiapan yaitu perlengkapan dan pertumbuhan fisiologis menyangkut pertumbuhan terhadap kelengkapan pribadi seperti tubuh pada umumnya termasuk alat indera dan kapasitas intelektual. Faktor selanjutnya adalah motivasi yang menyangkut kebutuhan, minat serta tujuan-tujuan individu untuk mempertahankan serta mengembangkan diri. Motivasi berhubungan dengan sistem kebutuhan dalam diri manusia serta tekanan lingkungan. Persiapan diri seseorang membentuk sifat dan kekuatan dalam diri untuk bereaksi dengan cara tertentu yang disebut persiapan. persiapan yang dimaksud yaitu persiapan untuk menghadapi sesuatu dan untuk bertindak laku. Menurut Soemanto (2006) persiapan adalah kesediaan seseorang untuk berbuat sesuatu. Menurut Cronbach persiapan adalah segenap sifat atau kekuatan yang membuat seseorang

dapat bereaksi dengan cara tertentu. Menurut Anwar (1995) teori persiapan yaitu teori stimulus respon dan penguatan. Proses perubahan persiapan di sini ada tiga variabel yaitu perhatian, pemahaman, dan penerimaan.

Dalam masa peralihan dari masa premenopause ke masa menopause sering terjadi perubahan, salah satu perubahan yang membawa dampak negatif dari menopause adalah penurunan hormon, menurut Pakasi (2000) perubahan hormon menyebabkan beberapa organ seperti tulang tidak mengadakan remodeling, bahkan mengalami proses penuaan karena pengaruh dari perubahan organ lain. Selain itu dengan bertambahnya usia penyakit yang timbul semakin beragam. Hal ini tentu saja berkaitan dengan kebugaran dan kesehatan tubuh seorang wanita premenopause akan memberikan respon terhadap masalah salah satunya dengan melakukan persiapan sebelum menopause.

Persiapan seorang wanita menghadapi menopause akan sangat membantu wanita tersebut menjalani masa ini dengan lebih baik. Persiapan yang dilakukan menurut Kasdu (2002) persiapan dalam menghadapi

menopause antara lain mengkonsumsi makanan bergizi dengan gizi yang seimbang dan pemenuhan gizi yang memadai akan membantu menghambat berbagai dampak negatif menopause terhadap kinerja otak. Menghindari stres, usahakan untuk membiasakan gaya hidup rileks menghindari tekanan yang membebani pikiran. Dari berbagai dampak yang didapat dari wanita yang sudah memasuki masa menopause dan cara gaya hidup yang bisa dipersiapkan menurut (Noor, 2010) selain gaya hidup bisa juga menggunakan cara antara lain dengan mengkonsumsi obat-obatan atau suntik pengganti hormon, dan usahakan selalu dalam berperan aktif dalam berbagai kegiatan sosial dan keagamaan.

Selain langkah dan kiat dalam mempersiapkan menopause dengan bijaksana seorang ibu premenopause juga harus segera mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari dimana nantinya akan terhindar dari sesuatu hal yang tidak diinginkan. Selain usaha yang bisa dilakukan untuk menghindari sesuatu yang tidak diinginkan setelah masa menopause tiba, ada beberapa faktor yang mempengaruhi ibu premenopause dalam menghadapi

menopause menurut Nugraha (2007) anatara lain faktor psikis yaitu pikiran negatif mengenai menopause, bahwa menopause adalah permulaan kemerosotan memasuki usia tua, hilangnya kualitas feminim dan seksual wanita dapat mempengaruhi persiapan wanita dalam menghadapi menopause.

Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Premenopause Tentang Menopause Dengan Persiapan Menopause Di Kelompok Pengajian Ibu-Ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta

Berdasarkan tabel pengujian dengan SPSS 17.00 terlihat nilai signifikan p sebesar 0,004 atau lebih kecil dari pada 0,05, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause dengan persiapan menopause. Nilai korelasi kendal tau sebesar 0,445 (berada di daerah 0,4 - 0,699) sehingga hubungan antara tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause dengan persiapan menopause termasuk dalam kategori sedang. Niai koefisien kendal tau bernilai positif artinya semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause akan

semakin baik pula persiapan dalam menghadapi menopause. Demikian pula sebaliknya semakin rendah tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause akan semakin kurang pula dalam persiapan menghadapi menopause.

Hasil penelitian ini sesuai pendapat Nugraha (2007) dimana faktor – faktor yang mempengaruhi persiapan ibu menghadapi menopause yaitu salah satunya adalah faktor informasi dan faktor peran keluarga. Kurangnya informasi didapat mengenai menopause dapat menyebabkan pandangan negatif terhadap menopause sehingga mempengaruhi persiapan wanita dalam menghadapi menopause. Sedangkan faktor peran keluarga adalah kurangnya dukungan dan perhatian dari keluarga pada wanita yang mulai memasuki masa menopause dimana mulai mengalami gejala menopause, dapat mempengaruhi persiapan wanita premenopause dalam menghadapi menopause. Salah satu cara untuk mengatasi gangguan psikologis tentang menopause yaitu dengan mempersiapkan diri kearah penyesuaian diri pribadi antara lain dengan menerima segala perubahan fisik, dapat mengakui bahwa tubuh tidak berfungsi secara

wajar seperti dahulu, membicarakan hidup sehat dan memiliki fisik yang kuat dan kesanggupan menghadapi situasi dengan cara yang wajar. Semua itu diperoleh melalui peran informasi atau pengetahuan Kartono (2002).

Menurut teori Notoatmodjo (2003) faktor yang mempengaruhi pengetahuan salah satunya adalah faktor lingkungan. Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berbeda dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu. Karena dengan pengetahuan yang tinggi diharapkan wanita premenopause dapat banyak mengetahui tentang hal-hal yang ada hubungannya dengan menopause, sehingga wanita tersebut akan lebih paham setelah tahu kemudian ia akan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari serta lebih siap dalam menghadapi menopause sehingga bisa menjalani masa menopause dengan penuh tekanan (Lubis, 2000)

Salah satu faktor pembentuk persiapan adalah perlengkapan dan perumbuhan fisiologi ini menyangkut pertumbuhan terhadap kelengkapan pribadi seperti tubuh pada umumnya, alat-alat indera, dan kapasitas intelektual, sedangkan pengetahuan adalah hasil dari tahu, hal ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2003). Pengetahuan dan persiapan dijabarkan dalam mempersepsikan masalah mengenai menopause, persepsi ibu premenopause akan dipengaruhi oleh pengetahuan mereka mengenai menopause, pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang terjadi setelah menopause seseorang melakukan penginderaan terhadap obyek tertentu, dalam hal ini terhadap masalah menopause. Pengetahuan mengenai menopause dapat berupa pengetahuan tentang apa itu menopause, proses terjadinya menopause, gejala menopause, faktor yang mempercepat dan memperlambat usia memasuki menopause.

Hasil proses persepsi ini merupakan pendapat atau keyakinan ibu premenopause mengenai masalah menopause sebagai aspek evaluatif yang bersifat positif atau negatif. Dari hasil tahu dan melihat dengan panca indera

Penelitian Erlinawati (2006) yang menyatakan Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang menopause dengan sikap dalam menghadapi menopause di kampung Manggung Timbulharjo Sewon Bantul Yogyakarta. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang menopause di kampung Manggung Timbulharjo Sewon Bantul Yogyakarta 2006.

Pada penelitian ini ibu premenopause di kelompok Pengajian Ibu-Ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta 2010 yang minoritas kurang dalam mempersiapkan menopause karena faktor informasi yang didapat dan diperoleh kurang, dengan demikian ibu premenopause tersebut sering mengabaikannya.

Keterbatasan

Pada penelitian ini ini terdapat keterbatasan-keterbatasan yang disebabkan karena kurangnya pengetahuan dan pengalaman peneliti

dalam melakukan penelitian. Dalam penelitian ini hanya menggunakan kuesioner tertutup untuk mengumpulkan data. Hal ini akan lebih baik jika dilakukan dengan wawancara langsung kepada kepada responden, sehingga penulis dapat memperoleh data keterangan dengan lebih akurat. Kuesioner tingkat pengetahuan dan kuesioner persiapan dibagikan secara bersama, jika belum selesai mengisi kuesioner tidak langsung diambil tapi diambil hari berikutnya. Kemungkinan ada responden yang bertanya kepada keluarga atau tetangga dalam mengisi kuesioner

Kesimpulan

Tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause mayoritas dalam kategori sedang dan kurang yaitu sebanyak 42,5%

Persiapan menopause pada ibu premenopause mayoritas dalam kategori kurang yaitu 80%

Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause dengan persiapan menopause di kelompok pengajian ibu-ibu Markhamah Blunyah Rejo Yogyakarta.

Hal ini ditunjukkan dengan nilai τ sebesar 0,445, nilai signifikan 0,004.

Saran

Bagi puskesmas dan pelayanan kesehatan ibu menopause supaya dapat memberikan penyuluhan tentang gangguan reproduksi, terutama masalah menopause secara intensif agar para wanita premenopause bisa mengetahui lebih dalam lagi tentang menopause serta persiapan yang harus dihadapi saat menopause datang.

Bagi perawat kesehatan khususnya perawat yang bertugas di komunitas agar bisa memberikan penyuluhan kesehatan secara rutin tentang menopause, dan persiapan menopause

Bagi ibu premenopause supaya dapat lebih siap menghadapi menopause, karena menopause akan terjadi pada semua wanita, dengan pengetahuan yang dimiliki ibu premenopause bisa mengetahui lebih banyak tentang peristiwa menopause beserta perubahan-perubahan yang terjadi sehingga dapat mempersiapkan massa menopause dengan menyikapi secara baik.

DAFTAR PUSTAKA

Noor, Sofia, 2010, *Tetap Bergairah Memasuki Usia Menopause*

dalam

<http://zietraelmart.multiply.com/journal/item/9>

Anwar, 1995

<http://zietraelmart.multiply.com/journal/item/9>, diakses tanggal 4 februari 2010

Arikunto. S, 1998, *prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*, edisi ke III, Rineka Cipta, Jakarta

Arikunto. S, 2002, *prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*, edisi ke IV, Rineka Cipta, Jakarta

Burns, 2009, http://mdopost.com/news/index.php?option=com_content&task=view&id=10043&Itemid=9, diakses tanggal 4 februari 2010

Erlinawati, 2006 *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Menopause Dengan Sikap Dalam Menghadapi Menopause Di Kampung Manggung Timbulharjo Sewon Bantul Yogyakarta*
STIKES AISYIYAH Yogyakarta

- _____ Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2002
- Kasdu, 2002, *Menopause*
- Kartono, Kartini, 2002, *Psikologi Wanita: Mengenal Wanita Sebagai Ibu dan Nenek*, Jilid dua, Mandar Maju Bandung
- Kusumawardani, A. A. A. A 2006 *Depresi Menopause*, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta
- Lestari, Dwi 2010 *Seluk Beluk Menopause*, Gara Ilmu, Yogyakarta
- Lubis, Hanafiah, 2002, *Gambaran Klinik dari Kadar FSH Serum pada Penderita Sindrom Menopause*,

- Nugraha,
2007 <http://lifestyle.okezone.com/read/2010/01/05/27/290934/27/bijak-hadapi-menopause>, diakses tanggal 11 februari 2010
- Pakasi, Levina 2000 *Menopause Dan Masalah Penanggulangannya*, FKUI, Jakarta.
- Notoatmodjo S, 2002, *Metode Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta
- Notoatmodjo S, 2003, *Metode Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta
- Notoatmodjo, 2003, *Metode Penelitian kesehatan (Edisi Revisi)*, Rineka Cipta, Jakarta