

Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Menghadapi Masa Menopause

Cipto¹⁾, Siswoko²⁾, Saptaningrum Epi³⁾

^{1,2,3} Prodi D-III Keperawatan Blora, Poltekkes Kemenkes Semarang, Indonesia

*Corresponding author : Cipto
Email: okecipto3@gmail.com

Received: March 11, 2020; Accepted: March 20, 2020, Published : March 31, 2020

ABSTRACT

Background: Life is a process of continuous change from birth to death. One of the changes that are unavoidable and will face a woman is menopausal. Results of preliminary studies have been conducted in the village Kunduran showed that of 10 postmenopausal women (aged 45-55 years) is known that most do not know about menopause.

Objectives: The general objective of the study was to determine the knowledge and attitude of mothers facing menopause. Interest in particular know the characteristics of respondents by education, employment, knowledge level and attitude of the mother in the face menopause.

Methods: The study was a descriptive study using cross sectional method, the type of design that survey. Population is the mother menopause aged 40-45 years. Samples obtained through purposive sampling techniques, descriptive analysis with frequency distribution.

Results: The characteristics of respondents in terms of maternal education level premenopausal with basic education as much as 56 respondents (70%). While the work of the mother is a housewife 43 respondents (53.8%). The level of knowledge of mothers premenopausal good category 47 respondents (58.8%). Premenopausal mothers positive attitude as much as 47 respondents (58.8%).

Keywords: Knowledge, Attitude, menopause

Pendahuluan

Menopause merupakan tahap akhir proses biologi yang dialami wanita berupa penurunan produksi hormon seks wanita yaitu estrogen dan progesterone dari indung telur. Gejala-gejala menopause sangat bervariasi dari satu perempuan dengan perempuan lain, tetapi kebanyakan perempuan mengalami *hot flashes* atau *flushing*, nyeri persendian, sulit tidur (*insomnia*). Rasa tertekan tanpa sebab, fluktuasi suasana hati, rasa sakit berhubungan intim, vagina kering, sakit kepala, rasa lelah, dan banyak lagi. Wanita disebut mengalami menopause jika orang tidak lagi menstruasi selama 1 tahun. (Mangoenprasodjo, 2014).

Saat memasuki menopause, ada wanita yang menyambutnya dengan biasa karena menganggap kondisi ini sebagai bagian dari siklus kehidupan alamiah. Sebaliknya ada beberapa wanita menganggap masa tua itu sebagai momok yang menakutkan, kekhawatiran ini berawal dari pemikiran bahwa dirinya akan menjadi tidak sehat, tidak bugar dan tidak cantik lagi ketika menopause itu datang. Keadaan ini dikhawatirkan akan

mempengaruhi hubungan dengan suami maupun lingkungan sosialnya. Kurang minat bekerja dan menekuni hobi. Wanita menopause memiliki ketergantungan tinggi pada orang lain. Perilaku gelisah terlihat dari gerakan yang lamban, sering mondar-mandir, mengeluh, menangis (Manuaba, 1999 ; h. 188).

Kondisi emosi tidak stabil ini bisa karena pengaruh perubahan hormon dalam tubuh, atau bisa karena faktor yang sifatnya sangat individual. Selain itu, fase menopause sering bersama dengan keadaan menegangkan lain dalam kehidupan wanita seperti merawat orang tua lanjut usia, memasuki masa pensiun, melihat anak-anak tumbuh dewasa dan meninggalkan rumah serta penyesuaian-penyediaan lain dalam kehidupan setengah baya. (Kasdu, 2012).

Pengetahuan akan mempengaruhi sikap terhadap perilaku hidup sehat dan dalam menanggulangi masalah yang kurang mengerti tentang sikap dalam menghadapi menopause. Sikap dalam perilaku tersebut tidak akan terjadi apabila wanita menopause mempunyai pengetahuan yang cukup bahwa periode menopause itu akan timbul gejala yang normal. (Palupi, S. (2006).

Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode pendekatan *cross sectional* dengan tipe desainnya yaitu *survey*. Pendekatan *cross sectional* adalah pengambilan data pada suatu waktu tertentu dimana data tersebut dapat menggambarkan pada waktu tersebut (Sugiyono, 2005)

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Hasil Penelitian : Tingkat pendidikan ibu pramenopause yang paling banyak adalah dengan pendidikan dasar yaitu sebanyak 56 responden (70%), tingkat pendidikan menengah 18 responden (22,5%) dan yang paling sedikit adalah dengan pendidikan tinggi Akademi/Universitas sebanyak 6 responden (7,5%).

Pekerjaan ibu pramenopause yang paling banyak adalah pekerjaan ibu rumah tangga sebanyak 43 responden (53,8%) dan pekerjaan yang paling sedikit adalah pekerjaan wiraswasta sebanyak 2 responden (2,5%). Tingkat pengetahuan ibu pramenopause yang tertinggi adalah dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 47 responden (58,8%) dan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 33 responden (41,2%), sikap ibu pramenopause yang tertinggi adalah positif (baik) sebanyak 46 responden (57,5%) dan dengan sikap negatif (kurang)

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan tingkat pendidikan ibu pramenopause yang paling banyak adalah dengan pendidikan dasar yaitu sebanyak 56 responden (70%), tingkat pendidikan menengah 18 responden (22,5%) dan yang paling sedikit adalah dengan pendidikan tinggi Akademi/Universitas sebanyak 6 responden (7,5%).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai tingkat pendidikan dasar dengan 70%, menurut pernyataan Green dalam Notoatmodjo (2003) menyatakan tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor predisposisi untuk terbentuknya tingkat pengetahuan sehingga kemungkinan besar pengetahuan ibu pramenopause juga akan kurang. Tetapi pada hasil penelitian ini tingkat pendidikan tidak berpengaruh pada tingkat pengetahuan ibu tentang menopause

Namun demikian pendidikan memiliki korelasi positif dengan pengetahuan yang dimiliki seseorang. Pendidikan yang diperoleh dari lembaga formal akan memberikan kontribusi pada pengetahuan, dengan pengetahuan yang semakin baik maka kesadaran terhadap sesuatu hal akan semakin meningkat sehingga individu akan

mengambil perilaku yang positif Sofia, NR. (2011). Pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula kesadaran dan pengetahuannya, sehingga ia akan dapat memutuskan apa yang terbaik bagi dirinya.

Hasil penelitian menunjukkan pekerjaan ibu pramenopause yang tertinggi adalah pekerjaan ibu rumah tangga sebanyak 43 responden (53,8%) dan pekerjaan yang terendah adalah pegawai negeri sebanyak 2 responden (2,5%).

Dalam penelitian ini dapat dilihat bahwa sebagian besar responden adalah pekerja ibu rumah tangga sehingga besar kemungkinan banyak waktu longgar untuk mengikuti kegiatan penyuluhan ataupun promosi kesehatan yang dilaksanakan oleh petugas kesehatan setempat dan hal ini juga akan berpengaruh pada pengetahuan serta sikap responden.

Pekerjaan merupakan rutinitas seorang ibu untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga, disamping itu untuk menopang penghasilan tambahan bagi suaminya. Seorang ibu harus tetap bekerja dan berkarya meskipun sudah memasuki usia menopause. Dari Hasil penelitian berdasarkan tingkat pengetahuan menunjukkan tingkat pengetahuan ibu pramenopause yang tertinggi adalah dengan tingkat pengetahuan sudah baik sebanyak 47 responden (58,8%), tingkat pengetahuan masih kurang sebanyak 33 responden (41,2%) Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan yang baik. Hal ini berarti responden sudah mengerti tentang menopause yang meliputi pengertian, tanda gejala, pencegahan serta penanganan dari menopause.

Pengetahuan responden yang baik menunjukkan bahwa responden sudah sepenuhnya melakukan penginderaan terhadap suatu obyek secara maksimal sehingga responden menjadi lebih tahu. Ini sesuai dengan teori Bloom yang menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah melakukan penginderaan terhadap obyek tertentu karena pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. (Notoatmodjo, 2003). Pengetahuan mengenai kesehatan dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah pendidikan, paparan media massa, ekonomi atau pendapatan, hubungan sosial (lingkungan sosial budaya), pengalaman dan akses layanan kesehatan. Demikian juga dalam penelitian ini hasilnya menunjukkan bahwa tingkat pendidikan responden mayoritas pendidikan dasar dan sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga, hal ini tidak mempengaruhi tingkat pengetahuan responden tentang menopause.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai sikap yang positif saat akan menghadapi

menopausenya. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa tingkat pendidikan seseorang tidak akan mempengaruhi respon terhadap suatu informasi yang datang dari luar.

Dengan mayoritas tingkat pendidikan responden pendidikan dasar, bekerja sebagai ibu rumah tangga serta tingkat pengetahuan yang baik, kebanyakan dari responden akan lebih banyak bersikap positif dan menerima perubahan pada dirinya sebagai suatu perubahan yang alamiah serta akan dialami setiap wanita, serta tidak mempedulikan apa yang akan terjadi, terutama tentang sikap mereka nanti dalam menghadapi menopause, pola pikir mereka sangat sederhana dan tidak menggunakan emosi sehingga mereka siap dalam menghadapi menopause. (Retno, 2002)

Kesimpulan

Karakteristik responden ditinjau dari segi tingkat pendidikan ibu pramenopause yang paling banyak adalah dengan pendidikan dasar yaitu sebanyak 56 responden (70%). Sedangkan pekerjaan ibu pramenopause yang banyak adalah pekerjaan ibu rumah tangga sebanyak 43 responden (53,8%).

Tingkat pengetahuan ibu pramenopause tentang menopause sebagian besar adalah baik sebanyak 47 responden (58,8%).

Sikap ibu pramenopause sebagian besar adalah positif sebanyak 47 responden (58,8%) dan yang rendah adalah dengan sikap negatif sebanyak 33 responden (41,2%).

Acknowledgement

Kami ucapkan terimakasih Yang sebesar-besarnya kepa seluruh responden dan semua instansi di lingkup Dinas Kesehatan Kabupaten Blora yang telah memberikan partisipasinya dalam rangka pelaksanaan penelitian ini..

Pustaka

1. Kasdu, D. (2012). Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause. Jakarta : Puspa Swara
2. Mangoenprasodjo, AS. (2014). Siapa Takut Menopause. Yogya : Think Fresh
3. Notoatmodjo, S. (2003). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : EGC
4. Palupi, S. (2006). Islam dan Menopause : Urgensitas Bimbingan dan Konseling Islam Bagi Persoalan Psikologis Wanita Menopause, 4 – 8
5. Sofia, NR. (2001). Tetap Bergairah Memasuki Usia Menopause : Sebuah Tinjauan Psikologis, 1 – 4
6. Sugiyono. (2005). Statistik untuk Penelitian. Bandung : Alfa Beta.