

TINGKAT PENGETAHUAN WANITA PRA LANSIA TENTANG MENOPAUSE DI RT 023 RW 001 KELURAHAN SUNTER AGUNG

Rosita Magdalena Lubis¹, Lena Alfiani²

¹ Akper Husada Karya Jaya

* Email: lubisrosita145@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Menopause adalah transisi fisik alamiah setiap wanita saat bertambahnya umur dan sering diartikan dengan berhenti menstruasi terakhir dalam hidup wanita, yang prosesnya berjalan secara perlahan dan terjadi secara berangsur-angsur. Wanita mulai mengalami gejala menopause pada usia 40-an, puncak terjadinya pada usia 50 tahun dimana pada masa menopause wanita sudah tidak mengalami haid lagi. Ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan wanita saat menghadapi menopause. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan metode analisa secara deskriptif yang bertujuan untuk melihat gambaran fenomena yang terjadi didalam suatu populasi tertentu dan dengan menggunakan pendekatan Cross Sectional dimana data yang menyangkut variabel, akan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan. Pengumpulan data dilakukan secara langsung terhadap responden dengan lembar kuesioner. Hasil disimpulkan bahwa dari total sample 30 responden, sebanyak 2 responden (6,7%) tingkat pengetahuan kurang sebanyak 3 responden (10%) tingkat pengetahuan cukup dan sebanyak 25 responden (83,3%) pengetahuan baik. Berdasarkan hasil pengabdian bahwa tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang menopause di rt023 rw 001 kelurahan sunter agung masuk dalam kategori baik

Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan, Wanita, Pra Lansia, Menopause.

1. Latar Belakang

Menopause adalah proses di dalam tubuh yang disebut fisiologis siklus menstruasi. Wanita disebut mengalami menopause bila tidak menstruasi lagi dalam rentang waktu 12 bulan (Lestari, 2010). Perempuan akan mengalami perubahan kesehatan fisik yang mempengaruhi kesehatan psikologinya. Namun banyak wanita yang sudah menopause menganggap dirinya akan menjadi tua, tidak sehat, dan tidak cantik lagi. Wanita dalam masa menopause akan mengalami perubahan besar dalam kehidupannya dan beradaptasi terhadap perubahan dalam keluarga maupun masyarakat, dan harus menghadapi perubahan tubuh (Aina & Safitri, 2009). Pada tahun 2030, jumlah perempuan di seluruh dunia yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang

(WHO, 2014). Pada tahun 2025, jumlah perempuan menopause di Indonesia, diperkirakan akan ada 60 juta.

Pada tahun 2016, di Indonesia baru mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4% dari total populasi yang ada. Angka harapan hidup perempuan melonjak dari 40 tahun pada tahun 1930 menjadi 67 tahun pada tahun 1998. Perkiraan umur rata-rata wanita menopause di Indonesia adalah 48 tahun (Dinkes RI, 2014). Wanita menopause akan mengalami perubahan fisik berupa insomnia, vagina menjadi kering, gangguan pada tulang, linu dan nyeri sendi, kulit keriput dan tipis, ketidaknyamanan pada jantung (Kusmiran, 2012). Wanita yang sudah paham tentang menopause mereka dapat menerima hal yang berhubungan dengan menopause secara wajar, mereka akan melakukan hidup sehat dengan tidak

mencemaskan datangnya menopause karena menopause adalah hal alami yang akan dirasakan oleh wanita. Berbeda dengan wanita yang belum mengerti menopause dan belum tahu informasi tentang menopause, mereka akan menganggap menopause sebagai hal yang harus ditutupi atau dihindari (Hany, 2009)

Wanita mulai mengalami gejala menopause pada usia 40-an, puncak terjadinya pada usia 50 tahun dimana pada masa menopause wanita sudah tidak mengalami haid lagi. Biasanya wanita mengalami menopause kurang dari 5 tahun dan sebagian lebih dari 5 tahun (Atikah, 2010). Terjadinya menopause berhubungan dengan pertama kali wanita mengalami haid (menarche). Menarche adalah menstruasi pertama yang biasa terjadi pada usia 10-16 tahun. Semakin muda orang mengalami menarche, maka semakin lama memasuki masa menopause. Wanita yang mengalami menarche pada usia lebih dari 16 tahun akan mengalami menopause lebih dini. Tetapi terjadinya menopause pada setiap orang tidak sama dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu dari keturunan, kesehatan umum, pola makan atau gaya hidup seseorang (Nina, 2013).

Sekitar 75% data dari berbagai penelitian dan kajian, bahwa wanita yang mengalami menopause akan merasakan menopause sebagai masalah atau gangguan. Sekitar 25% tidak merasa menopause itu sebagai suatu masalah (Syalfina, 2017). Maka masa menopause adalah masa yang harus dipersiapkan dengan baik agar wanita merasa lebih siap dan mampu menerima perubahan yang dialami dan terhindar dari resiko masalah kesehatan pada masa menopause. Pada umumnya peningkatan populasi wanita menopause ada berbagai macam permasalahan yang berdampak pada peningkatan masalah kesehatan. Ada beberapa

faktor yang berhubungan dengan usia menopause, yaitu usia pertama kali menstruasi, stress, pemakaian metode kontrasepsi, merokok dan minum alcohol (Mutiara, 2014)

2. Metode Pengabdian

Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan metode analisa secara deskriptif yang bertujuan untuk melihat gambaran fenomena yang terjadi didalam suatu populasi tertentu dan dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional* dimana data yang menyangkut variabel, akan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan. Pengumpulan data dilakukan secara langsung terhadap responden dengan lembar kuesioner.

3. Hasil Pengabdian

1. Karakteristik Responden

- a. Karakteristik umur responden Pada penelitian ini dengan jumlah responden sebanyak 30 responden. Responden dengan umur 45-50 tahun sebanyak 21 responden (70%), responden dengan umur 51-55 tahun sebanyak 8 responden (26%) dan umur 56-59 tahun sebanyak 1 responden (3,33%). Artinya responden dengan umur 45-50 tahun lebih banyak dari pada umur 51- 55 tahun dan 56-59 tahun.
- b. Karakteristik pekerjaan responden Pada penelitian ini dengan jumlah responden sebanyak 30 responden. Responden dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebanyak 27 responden (90%) dan pekerjaan sebagai karyawan sebanyak 3 responden (10%). Artinya responden yang pekerjaannya sebagai ibu rumah tangga lebih banyak dari pada yang pekerjaannya sebagai

karyawan. c. Karakteristik pendidikan responden Pada penelitian ini dengan jumlah responden sebanyak 30 responden. Responden dengan pendidikan yang tamat SD sebanyak 15 responden (50%), pendidikan yang tamat SMP sebanyak 10 responden (33,3) dan pendidikan yang tamat SMA sebanyak 5 responden (16,7%). Artinya responden yang tamat SD lebih banyak dari pada yang tamat SMP dan SMA

2. Analisa Univariat

- a. Tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang menopause tingkat pengetahuan tentang menopause lebih banyak yang berpengetahuan baik, yaitu sebanyak 25 responden (83,3%). Sedangkan yang berpengetahuan cukup sebanyak 3 responden (10%) dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 2 responden (6,7%).
- b. Tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang definisi menopause tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang definisi menopause lebih banyak yang berpengetahuan baik, yaitu sebanyak 29 responden (96,7%). Sedangkan yang berpengetahuan cukup sebanyak 1 responden (3,3%) dan yang berpengetahuan kurang tidak ada. Maka, tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang definisi menopause di RT 023 RW 001 Kelurahan Sunter Agung memiliki pengetahuan yang baik berjumlah 29 responden (96,7%) dari 30 responden.
- c. Tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang penyebab menopause tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang

penyebab menopause lebih banyak yang berpengetahuan cukup, yaitu sebanyak 19 responden (63,3%), sedangkan yang berpengetahuan baik sebanyak 8 responden (26,7%) dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 3 responden (10%). Maka, tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang penyebab menopause di RT 023 RW 001 Kelurahan Sunter Agung memiliki pengetahuan cukup dengan berjumlah 19 responden (63,3%) dari 30 responden

- d. Tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang tanda dan gejala menopause tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang tanda dan gejala menopause lebih banyak yang berpengetahuan baik, yaitu sebanyak 23 responden (76,7%), sedangkan yang berpengetahuan cukup sebanyak 3 responden (10%) dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 4 responden (13,3%). Maka, tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang tanda dan gejala menopause di RT 023 RW 001 Kelurahan Sunter Agung memiliki pengetahuan yang baik dengan berjumlah 23 responden (76,7%) dari 30 responden. Tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang penatalaksanaan menopause.

Tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang penatalaksanaan menopause lebih banyak yang berpengetahuan baik, yaitu sebanyak 26 responden (86,7%), sedangkan yang berpengetahuan cukup sebanyak 2 responden (6,7%) dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 2 responden (6,7%). Maka, tingkat pengetahuan wanita pra lansia tentang penatalaksanaan menopause di RT

023 RW 001 Kelurahan Sunter Agung memiliki pengetahuan yang baik dengan berjumlah 26 responden (86,7%) dari 30 responden.

1. Dari data demografi yang ada di RT 023 RW 001 lebih banyak yang berumur 45- 50 tahun, yaitu sebanyak 21 responden (70%) dari 30 responden, pendidikan yang ada di RT 023 RW 001 lebih banyak yang berpendidikan tamat SD, yaitu sebanyak 15 responden (50%) dari 30 responden, dan yang ada di RT 023 RW 001 lebih banyak yang menjadi ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 27 responden (90%).
2. Tingkat pengetahuan wanita pra lansia berdasarkan definisi menopause lebih banyak yang berpengetahuan baik, yaitu sebanyak 29 responden (96,7%).
3. Tingkat pengetahuan wanita pra lansia berdasarkan penyebab menopause lebih banyak yang berpengetahuan cukup, yaitu sebanyak 19 responden (63,3%).
4. Tingkat pengetahuan wanita pra lansia berdasarkan tanda dan gejala menopause lebih banyak yang berpengetahuan baik, yaitu sebanyak 23 responden (76,7%).
5. Tingkat pengetahuan wanita pra lansia berdasarkan penatalaksanaan menopause lebih banyak yang berpengetahuan baik, yaitu sebanyak 26 responden (86,7%).

DAFTAR PUSTAKA

- Aina & Safitri. 2009. Beberapa Faktor Yang Mempengaruhi Menopause Pada Wanita.<http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/14625>.
- Alfrina, Hany. 2009. Buku Saku Bidan. Jakarta: EGC.
- Andira, Dita. 2010. Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita. Yogyakarta: A Plus Books.
- Aqila, Smart. 2010. Bahagia di Usia Menopause. Yogyakarta: A Plus Books.
- Arikunto, S. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bagus, Manuaba Ida. 2009. Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta: EGC.
- Donsu, J, D, T. 2017. Psikologi Keperawatan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Dwi, Syalfina Agustin. 2017. Body Mass Index (BMI) dan Lama Menopause Berpengaruh Terhadap Kualitas Hidup Menopause. *Jurnal of Hospital Majapahit* Vol 9 No 1 Hal.29.
- Khoiriyah, N. (2011). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Motifasi Lansia Berkunjung Ke Posyandu Lansia Di RW II Kelurahan Margorejo Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal. Skripsi. Semarang. Universitas muhammadiyah semarang.
- Kushariyadi. 2011. Asuhan keperawatan pada klien lanjut usia. Jakarta: Salemba Medika.
- Kusmiran. 2012. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika.
- Lestari. D. 2010. Seluk Beluk Menopause. Yogyakarta: Gerai Ilmu.
- Mulyani, Nina Siti. 2013. Menopause. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Notoatmodjo, S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2014. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Proverawati, Atikah. 2010. Menopause dan Sindrom Menopause Premenopause. Yogyakarta: Nuha Medika.