

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG MENOPAUSE TERHADAP
PENGETAHUAN IBU PREMENOPAUSE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KOTABUMI I LAMPUNG UTARA**

Aryanti Wardiah¹, Setiawati², Fifin Aprina³, Yuliana⁴

¹ Dosen Akademi Keperawatan Malahayati Bandar Lampung

Email : gipho85@yahoo.com

² Dosen PSIK Malahayati Bandar Lampung

Email :setiawati@gmail.com

³ Perawat Rumah Sakit Umum Daerah Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung

Email : fifinaprina1@gmail.com

⁴ Perawat Puskesmas Kotabumi I Lampung Utara

Email : yulianamobile13@gmail.com

**ABSTRACT : WOMEN KNOWLEDGE ABOUT THE MENAPAUSE AT KOTABUMI
PUBLIC HEALTH SERVICES PROVINCE OF LAMPUNG 2018**

Background : Menopause is your last menstrual period. The average age of natural menopause occurs at age 51.4 years. Hormonal changes that occur often affect a woman's psychological state. If this happens continuously it will lead to an increasing number of mobility and mortality in women.

Purpose : Knowing that the effect of health education about menopause on mother knowledge of premenopause in Kotabumi I public health center lampung utara 2018.

Methods : This research is quantitative with quasy eksperiment design and approach one group pretest-posttest.. The population in this study mother of premenopause age in the working area of Koabumi I Public Health Center Lampung Utara as many as 218 persons with 142 sample as respondents. Data collection using questionnaire. Data process are editing, processing, cleaning. Data analysist will be performed univariate (mean) and bivariate (chi square)

Results: Finding that the average level of knowledge before counseling was 53.10, The average level of knowledge after being given counseling is 83 and dan (p-value 0,000 dan t-test 24,763).

Conclusion: There is of this research is the effect of health education about menopause on mother knowledge of premenopause in Kotabumi I public health center lampung utara 2018. Suggested to Public Health Services management It needs to be held by extension activities about the mother's health, especially about the problem of menopause so as to improve mother's knowledge.

Keywords: Health education, menopause, knowledge

**INTISARI : PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG MENOPAUSE
TERHADAP PENGETAHUAN IBU PREMENOPAUSE DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KOTABUMI I LAMPUNG UTARA TAHUN 2018**

Pendahuluan: Menopause adalah periode menstruasi terakhir yang anda alami. Rata-rata usia menopause natural terjadi pada usia 51,4 tahun. Perubahan hormonal yang terjadi seringkali mempengaruhi keadaan psikis seorang wanita. Jika hal ini terjadi secara terus menerus akan menyebabkan semakin meningkatnya angka mobilitas dan mortalitas pada wanita.

Tujuan: Diketahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang menopause pada ibu premenopause sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi I Kabupaten Lampung Utara 2018.

Metode: Jenis penelitian kuantitatif, desain penelitian *Quasi Eksperimen* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang berusia premenopause bertempat tinggal di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi I Kabupaten Lampung Utara yang berjumlah 218 orang. Sampel pada penelitian ini sebanyak 142 responden, dengan teknik *sampling purposive sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Analisis data secara univariat (rata-rata) dan bivariat (*t test*).

Hasil: Rata - rata tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan adalah 53,10, rata-rata tingkat pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan adalah 83,61 dan (*p-value* 0,000 dan *t-test* 24,763)

Kesimpulan: Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang menopause pada ibu premenopause sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi I Kabupaten Lampung Utara 2018. Disarankan kepada manajemen puskesmas perlu diadakan secara kegiatan penyuluhan tentang kesehatan ibu terutama tentang masalah menopause sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu.

Kata kunci: Pendidikan kesehatan, menopause, pengetahuan

PENDAHULUAN

Kehidupan pada dasarnya merupakan serangkaian perkembangan yang kontinu dari lahir sampai mati. Setiap perkembangan mengandung pengertian adanya suatu proses menuju kematangan yang meliputi aspek jasmaniah, rohaniah dan sosial. Bila seorang individu telah mencapai periode kematangan, baik aspek fisik, psikis maupun sosial yang umumnya dapat dicapai pada usia remaja hingga dewasa, maka periode berikutnya adalah tahap kemantapan dan untuk selanjutnya adalah periode penurunan (Kusmihan, 2011).

Berdasarkan data yang diperoleh dari *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2015, total populasi wanita yang mengalami menopause di seluruh dunia mencapai 894 juta orang dan diperkirakan pada tahun 2030 mendatang jumlah perempuan di dunia yang memasuki masa menopause akan mencapai 1,2 milyar orang. Artinya sebanyak 1,2

milyar perempuan akan memasuki usia lebih 50 tahun, dan angka itu merupakan tiga kali lipat dari angka sensus tahun 1990 jumlah perempuan menopause. Di Asia, masih menurut data WHO, pada tahun 2025 jumlah wanita yang menopause akan melonjak dari 107 juta jiwa akan menjadi 373 juta jiwa (Rakkua & Nur, 2016).

Berdasarkan data Kemenkes (2017), jumlah penduduk Indonesia menurut kelompok umur dari 45-49 tahun sebanyak 8.304.021 penduduk wanita, sedangkan di Provinsi Lampung sendiri total penduduk dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 3.954.831 (Kemenkes, 2017)

Berdasarkan data Dinkes Provinsi Lampung (2016) jumlah penduduk perempuan sebanyak 3.954.831 orang dan yang berusia antara 49-54 tahun sebanyak 437.050 orang. Jumlah penduduk terbanyak terdapat di Kabupaten Lampung Tengah sebesar 608.134 dan terendah di Kabupaten Pesisir Barat sedangkan Kabupaten

Lampung Utara sebesar 308.083 penduduk perempuan. (Dinas kesehatan provinsi Lampung, 2016).

Berdasarkan data dari Dinkes Kabupaten Lampung Utara (2017) jumlah usia produktif (15-64 tahun) dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 197.838. dengan jumlah terbanyak ada di Kecamatan Kotabumi Selatan Puskesmas Kotabumi II dengan jumlah 27.325 dan terendah ada di Puskesmas Mulyorejo sebesar 6.213. sedangkan Kotabumi I sebanyak 25.348 penduduk perempuan. Pada jumlah perempuan dengan kategori usia 30-50 tahun, terbanyak ada di Puskesmas Kotabumi I yaitu sebesar 6.097 dan terendah ada di Puskesmas Mulyorejo sebesar 1.832 orang (Profil Dinkes Kabupaten Lampung Utara, 2017) berdasarkan data tercantum Kelompok umur 45-64 tahun sebesar 19,27% (117.424 jiwa) tidak tercantum usia premenopause sehingga dari data tersebut terlihat bahwa Puskesmas Kotabumi I memiliki wanita dengan kategori usia 30-50 tahun terbanyak jika dibandingkan dengan Puskesmas lain.

Menurut Kusmiran (2011), premenopause rata - rata terjadi pada usia 47 - 51 tahun Perubahan hormonal yang terjadi seringkali mempengaruhi keadaan psikis seorang wanita. Aspek psikologis yang terjadi pada wanita yang mengalami sindrom pre menopause amat berperan penting dalam kehidupan sosial. Gejala dan tanda psikologis dari sindrom pre menopause adalah ingatan menurun, kecemasan, mudah tersinggung, stress dan depresi. Jika hal ini terjadi secara terus menerus akan menyebabkan semakin meningkatnya angka mobilitas dan mortalitas pada wanita (Proverawati & Sulistyawati, 2010).

Sebuah penelitian yang dilakukan pada tahun 2014 tentang

menopause di Canada didapatkan hasil 38% mengalami gangguan tidur, 30-50% mengalami gangguan urogenital, 50 % mengalami kekeringan vagina disertai rasa sakit (Mawaddah, 2014). Pada Simposium Nasional Perkumpulan Menopause Indonesia (PERMI) 21–22 April 2017 di Jakarta dikemukakan lima gejala utama yang dialami dalam menghadapi masa menopause seperti, nyeri otot atau sendi (77,7%), rasa letih dan hilang energy (68,7%), kehilangan nafsu seksual (61,3%), kerutan di kulit (60%), hot flushes (29,5%).

Diperkirakan 20% mengalami depresi selama menopause. Gejala vasomotor mempengaruhi 75% wanita peri-menopause. Gejala berlangsung selama 1-2 tahun pada kebanyakan wanita, namun bisa berlanjut sampai 10 tahun atau lebih. *Hot flushes* adalah alasan utama wanita mencari perawatan saat menopause. *Hot flushes* tidak hanya mengganggu wanita di tempat kerja dan mengganggu aktivitas sehari-hari, tapi juga mengganggu tidur (Suheimi, 2016).

Depresi dan kecemasan lebih sering terjadi pada wanita pascamenopause (Ismiyati, 2010). Ada beberapa faktor yang berhubungan dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause antara lain sikap, dukungan keluarga, karakteristik sosial budaya, kondisi ekonomi, gaya hidup dan pengetahuan (Proverawati, 2010).

Peningkatan pengetahuan, merupakan tanggungjawab dari petugas kesehatan, banyak cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan salah satunya dengan memberikan penyuluhan pada ibu. Penyuluhan yang diberikan dapat digunakan dengan berbagai cara. Banyak kombinasi metode dan media pengajaran. Media yang dipilih

secara tepat akan membantu ibu untuk memahami konsep dan informasi yang diterima atau yang dimiliki ibu sebelumnya. Semakin banyak media yang digunakan dalam proses penyuluhan akan semakin besar daya serap terhadap materi yang diberikan (Ali, 2011; Naziah, Nuraini & Zainaro, 2018).

Menurut penelitian para ahli bahwa indra yang paling banyak menyalurkan pengetahuan kedalam otak adalah mata kurang lebih 75% sampai 87% dari pengetahuan manusia diperoleh atau disalurkan melalui mata, sedangkan indra yang lain hanya 13% sampai 25% hal inilah yang membuat pentingnya alat bantu dalam metode pembelajaran. Alat bantu atau peraga disusun berdasarkan prinsip bahwa pengetahuan yang ada pada setiap manusia itu diterima atau ditangkap melalui indra. Semakin banyak indra yang digunakan untuk menerima sesuatu maka semakin banyak dan semakin jelas pula pengertian yang diperoleh (Notoatmodjo, 2013).

Penelitian Wulandari & Wardaningsih (2010) dengan judul pengaruh penyuluhan terhadap tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi *menopause*. Hasil penelitian sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar ibu mengalami tingkat kecemasan berat (36,4%). Setelah dilakukan penyuluhan sebagian besar ibu mengalami kecemasan ringan dan tidak ada kecemasan (36,4 %). Hasil uji uji t sampel berpasangan diperoleh nilai t hitung = 7,856 dengan *p value* 0,000. Penelitian Makahanap, Kundre & Bataha (2014) dengan judul pengaruh penyuluhan kesehatan mengenai *menopause* terhadap tingkat pengetahuan ibu usia 45-55 tahun di wilayah kerja Puskesmas Tonselama Kecamatan Tondano Utara dengan hasil didapatkan bahwa $p=0,000$ yang artinya nilai $p < 0,05$ dengan

demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang bermakna dari penyuluhan mengenai *menopause* terhadap peningkatan pengetahuan ibu usia 45 - 55 tahun di Puskesmas Tonselama.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 15-23 Desember di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi I Kabupaten Lampung Utara dari 38.433 jumlah penduduk, didapatkan 6.097 wanita usia 30-50, dan usia > 60 tahun sebanyak 1.526 orang. Hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 15-23 Desember 2017 pada 10 orang ditemukan 6 (60%) ibu mengalami gejala rasa panas dan tiba-tiba, membuat mereka menjadi tidak nyaman, tidak mengetahui dengan ketidakaturan siklus haid yang terjadi pada dirinya, takut akan timbulnya penyakit setelah terjadi *menopause*. Sedangkan menurut 4 (40%) ibu yang menganggap *menopause* tidak perlu dikhawatirkan karena ibu merasa *menopause* merupakan proses alami. Dari uraian hasil studi pendahuluan, peneliti ingin mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang *menopause* pada ibu *premenopause* sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi I Kabupaten Lampung Utara 2018

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang dapat diartikan sebagai metode yang berlandaskan pada filsafat positifisme digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian analisis data bersifat kuantitatif dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Notoatmodjo, 2010).

Rancangan penelitian ini adalah *Quasi Eksperimen* tanpa perbandingan atau eksperimen semu. Disebut demikian karena eksperimen jenis ini belum memenuhi persyaratan seperti cara yang dapat dikatakan ilmiah

mengikuti peraturan-peraturan tertentu (Arikunto, 2013) Rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan penelitian *quasi eksperimen* atau *eksperimen semu* dengan *one group pretest-postest*.

HASIL

Analisis Univariat

Rata-rata tingkat pengetahuan tentang menopause sebelum penyuluhan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1
Rata-rata Tingkat Pengetahuan Ibu Premenopause Tentang Menopause Sebelum Diberikan Penyuluhan Di Desa Penawar Rejo Kabupaten Tulang Bawang

Provinsi Lampung					
Pengetahuan	Mean	SD	Minimal	Maksimal	N
Rata-rata	53,10	12,68	28	88	142

Berdasarkan tabel 1 diperoleh rata-rata tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan adalah 53,10 dengan standar deviasi 12,68.

Rata - rata pengetahuan tentang menopause sesudah penyuluhan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2
Rata-rata Tingkat Pengetahuan Ibu Premenopause Tentang Menopause Sesudah Diberikan Penyuluhan Di Desa Penawar Rejo Kabupaten Tulang Bawang

Provinsi Lampung					
Pengetahuan	Mean	SD	Minimal	Maksimal	N
Rata-rata	83,61	11,62	56	100	142

Berdasarkan tabel 2 diperoleh rata-rata tingkat pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan adalah 83,61 dengan standar deviasi 11,62.

Pengujian Persyaratan Analisis

Pengujian analisis sudah dipenuhi karena sampel penelitian diambil secara acak Untuk mengetahui tingkat ketepatan dalam pengambilan sampel, maka dilakukan pengujian persyaratan analisis yang lain yaitu uji normalitas

Tabel 3
Uji Normalitas data penelitian Pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan ibu tentang Menopause

Variabel	Skewnes s	Std. Error	Skewness : Std.Error	Ket
Sebelum penyuluhan	0,287	0,203	1,41	Normal
Setelah penyuluhan	0,290	0,203	1,42	Normal

Berdasarkan tabel 3 diatas masing-masing variabel mempunyai nilai *skewness* dan *standar error*, bila nilai *skewness* di bagi standar errornya menghasilkan angka ≤ 2 , maka distribusi normal, bila data berdistribusi normal maka dapat dilanjutkan untuk uji (*t dependent*) (Hastono, 2016).

Analisis Bivariat

Analisis yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan dengan menggunakan uji statistik t dengan taraf kesalahan (α) 5% kemudian diprogram dengan sistem komputer menggunakan program SPSS for windows.

Tabel 4
Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menopause Pada Pengetahuan Ibu Premenopause Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi I Kabupaten Lampung Utara Tahun 2018

Kelompok	N	Beda Mean	SD	P-Value	95% Confidence Interval of the Difference
Pengetahuan ibu sebelum - setelah diberikan penyuluhan	142	30.507	14.680	0,000	28.072- 32.943

Berdasarkan hasil analisis uji bivariat pada tabel 4 diatas, hasil uji statistik didapatkan $t_{-test} > t_{tabel}$, ($24,763 > 1,645$) artinya terdapat perbedaan pengetahuan pada ibu premenopause sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dan nilai *p-value* = 0,000 ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$) dengan *95% Confidence Interval of the Difference* (28.072- 32.943) yang berarti ada pengaruh yang signifikan dari pengetahuan ibu premenopause sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Dan terlihat pada nilai mean, dimana pada nilai mean pengetahuan sesudah penyuluhan lebih tinggi jika dibandingkan dengan pengetahuan sebelum penyuluhan dengan perbedaan mean yaitu 30,50.

Pembahasan

Analisis Univariat Sebelum penyuluhan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui rata-rata tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan adalah 53,10 poin.

Sejalan dengan teori Notoadmotjo (2012) sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2003). Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Tetapi tidak berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Mengingat peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal saja, tetapi dapat diperoleh melalui pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap dan pengetahuan seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Penelitian Wulandari (2014) dengan judul pengaruh penyuluhan terhadap

tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi *menopause*. Hasil Penelitian : Sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar ibu mengalami tingkat kecemasan berat (36,4 %).

Menurut peneliti penyuluhan merupakan upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat mau melakukan tindakan (praktik) untuk memelihara (mengatasi masalah-masalah), dan meningkatkan kesehatannya. Penyuluhan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pilihan hidup terutama pengetahuan. penyuluhan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju ke arah suatu cita-cita tertentu.

Hasil penelitian ini ternyata sebelum dilakukan penyuluhan terlihat pengetahuan yang kurang terhadap *menopause* dimana rata-rata pengetahuan sebesar 53,10 point, nilai terendah sebesar 28 point dan nilai tertinggi sebesar 88 point. Hal ini juga bisa dimaklumi karena pengetahuan terhadap *menopause* tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor saja melainkan banyak faktor. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain, pendidikan. Dalam penelitian ini pendidikan ibu lebih banyak dengan pendidikan SD dan SMP yang dikategorikan pendidikan dasar yaitu sebanyak 111 orang (78,3%), sehingga pengetahuan tentang *menopause* sangat kurang sedangkan pendidikan tinggi SMA-Sarjana sebanyak 31 orang (21,8%). Pada pekerjaan juga terlihat lebih banyak ibu yang tidak bekerja dalam hal ini sebagai Ibu rumah tangga yang waktunya lebih banyak digunakan untuk mengurus rumah tangga yaitu sebanyak 79 (55,7%) sedangkan yang bekerja sebanyak 63 (44,3%). Sehingga menurut

peneliti berdasarkan karakteristik responden, sangat mempengaruhi nilai yang didapat sebelum penyuluhan dimana sebagian besar memang belum mengetahui apa itu *menopause*.

Setelah Penyuluhan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui rata-rata tingkat pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan adalah 83,61.

Sejalan dengan teori menurut Maulana (2009) penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan yang dilakuakn dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan mutu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Sejalan dengan kesimpulan yang dilandasi dengan pendapat Arifah (2010) yang menyatakan ada banyak jenis yang mempengaruhi seseorang tetapi dapat digolongkan menjadi dua golongan yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu: faktor Jasmaniah yang meliputi faktor kesehatan, catat tubuh dan panca indra faktor Psikologis meliputi faktor intelegensi, perhatian, pengetahuan, kesiapan, dan faktor Kelelahan. Pengetahuan atau koqnitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2013). Selain itu pendapat Notoatmodjo (2013) bahwa pengetahuan adalah pemberian bukti oleh seseorang melalui proses pengingatan atau pengenalan informasi, ide atau fenomena yang diperoleh sebelumnya.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2014) dengan judul pengaruh penyuluhan terhadap tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi

menopause. Metode Hasil Penelitian : Setelah dilakukan penyuluhan sebagian besar ibu mengalami kecemasan ringan dan tidak ada kecemasan (36,4 %).

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek, yaitu aspek positif dan negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu (Estiani & Dhuhana, 2015).

Keberhasilan suatu penyuluhan kesehatan dapat dipengaruhi oleh faktor penyuluh, sasaran dan proses penyuluh. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Tujuan dalam penyuluhan *menopause* tersebut diharapkan ibu - ibu lebih mengetahui tentang *menopause* dan dapat menyikapi kondisi dengan bijak sehingga siap dalam menghadapi masa *menopause* dengan ibu siap maka akan mengurangi kecemasan dari gejala yang biasa muncul saat *menopause*. Tujuan penyuluhan kesehatan adalah terciptanya pengertian, sikap, dan norma (Yuniarti, Shaluhiah & Widjanarko, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada semua responden yang mengikuti penyuluhan, walaupun peningkatan tersebut tidak merata karena ada yang mengalami peningkatan sebanyak 8 point dan ada yang mengalami peningkatan cukup tinggi yaitu sebanyak 68 point, hal ini mungkin disebabkan oleh berbagai hal seperti disaat penelitian atau penyuluhan berlangsung, ada responden yang dengan baik menyimak setiap kata yang disampaikan oleh penyuluh dalam hal ini peneliti dan ada responden yang tidak begitu konsentrasi pada saat penyuluhan dan ini pun menjadi keterbatasan dalam penelitian dimana peneliti tidak dapat mengintervensi seluruh peserta penyuluhan.

Selain itu, adanya perbedaan karakteristik pendidikan pada responden sehingga terlihat perbedaan dimana responden dengan latar belakang pendidikan tinggi seperti SMA dan Sarjana memiliki peningkatan yang cukup tinggi yaitu antara 60-68 point selain itu peningkatan ini juga dapat dilihat dari status pekerjaan responden yang bekerja, dimana dengan responden bekerja memang memiliki wawasan yang lebih luas dibandingkan dengan yang tidak bekerja. Karena dengan bekerja, responden memiliki interaksi yang lebih banyak dengan orang lain dan hal ini berbeda dengan ibu rumah tangga yang rutinitasnya hanya di lingkungan rumah.

Menurut penelitian pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan. Pengetahuan dapat berfungsi sebagai pendorong. Setiap orang mempunyai pengetahuan tentang kesehatannya, baik itu pengetahuan dari dalam diri maupun dari luar dirinya. Wanita

premenopause akan bersungguh-sungguh jika memiliki pengetahuan yang tinggi. Pengetahuan seorang akan turut menentukan sikap seseorang dalam menyikapi kondisi menopause yang akan terjadi .

Pengetahuan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi perilaku kesehatan individu, namun pengetahuan bukan merupakan satu-satunya faktor yang mendukung perubahan perilaku kesehatan. Motivasi individu untuk bertindak atau mengambil keputusan berdasarkan pengetahuan yang dimilikinya merupakan faktor yang menyebabkan perubahan perilaku kesehatan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak semua individu dengan pengetahuan baik atau buruk akan mengubah perilaku kesehatannya, tetapi bergantung pada motivasi dan kesadaran diri sendiri untuk mengubah perilaku kesehatan yang dapat mengubah perilaku kesehatan individu tersebut

Berdasarkan hasil analisis diatas penulis pengetahuan dapat dipengaruhi dari berbagai faktor tidak hanya dari informasi yang didapat selama penyuluhan namun juga ada faktor lain seperti lingkungan dan lain-lain sehingga dari tingkat pengetahuan ini terdapat beberapa perbedaan kondisi masyarakat dan kepercayaan masyarakat terhadap kesehatan, yang pada akhirnya mengubah sikap masyarakat tentang menopause , tingginya arus informasi yang diterima masyarakat setempat, rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai menopause disebabkan oleh kurangnya informasi mengenai apa itu menopause, gejala, tanda perubahan yang terjadi, sehingga jika tidak mengetahui maka setiap perubahan yang terjadi pada tubuhnya akan di perepsikan

sebagai penyakit sehingga dapat menimbulkan kecemasan.

Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian diketahui $t_{-test} > t_{tabel}$, ($24,763 > 1,645$) artinya terdapat perbedaan pengetahuan pada ibu premenopause sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dan nilai $p-value = 0,000$ ($p-value < \alpha = 0,05$) yang berarti ada pengaruh yang signifikan dari pengetahuan ibu premenopause sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Terlihat nilai perbedaan antara sebelum dan sesudah penyuluhan adalah 30,50 poin.

Sejalan dengan Notoatmodjo (2012), pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu dan ini setelah orang melakukan penginderaan terhadap obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui yang diperoleh dari persentuhan panca indera terhadap objek tertentu. Pengetahuan pada dasarnya merupakan hasil dari proses melihat, mendengar, merasakan, dan berfikir yang menjadi dasar manusia dan bersikap dan bertindak. Dalam pengamatan sehari-hari di peroleh kejelasan, jika suatu perbuatan yang di dasarkan oleh pengetahuan akan langgeng dari pada perbuatan yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Perilaku merupakan suatu bentuk respon atau reaksi terhadap stimulus atau rangsangan dari luar organisme (orang), namun dalam memberikan respon sangat tergantung pada karakteristik atau faktor - faktor lain dari orang yang

bersangkutan. Faktor-faktor yang membedakan respon terhadap stimulus yang berbeda yang disebut determinan perilaku. Determinan atau faktor internal, yakni karakteristik orang yang bersangkutan, yang bersifat *given* atau bawaan, misalnya tingkat kecerdasan, tingkat emosional, jenis kelamin dan sebagainya. Determinan atau faktor eksternal, yakni lingkungan, baik lingkungan fisik, sosial, budaya, ekonomi, politik, dan sebagainya. Faktor lingkungan ini sering merupakan faktor yang dominan yang mewarnai perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2012).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2014) dengan hasil sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar ibu mengalami tingkat kecemasan berat (142,4 %). Setelah dilakukan penyuluhan sebagian besar ibu mengalami kecemasan ringan dan tidak ada kecemasan (142,4 %). diperoleh nilai t hitung = 7,856 dengan p value 0,000. Begitupula dengan penelitian Makahanap (2014) dengan hasil uji didapatkan bahwa $p=0,000$ dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang bermakna dari penyuluhan mengenai *menopause* terhadap peningkatan pengetahuan ibu di Puskesmas Tonselama.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Makahanap (2014) dengan judul pengaruh penyuluhan kesehatan mengenai *menopause* terhadap tingkat pengetahuan ibu usia 45-55 tahun di wilayah kerja Puskesmas Tonselama Kecamatan Tondano Utara. Hasil didapatkan bahwa $p=0,000$ yang artinya nilai $p < 0,05$ dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang bermakna dari penyuluhan mengenai *menopause* terhadap peningkatan pengetahuan ibu usia 45 - 55 tahun

di Puskesmas Tonselama. Penelitian Wulandari (2014) dengan judul pengaruh penyuluhan terhadap tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi *menopause*. Metode Hasil Penelitian diperoleh nilai t hitung = 7,856 dengan p value 0,000.

Berdasarkan hasil diketahui bahwa peningkatan terendah adalah sebanyak 8 point dan tertinggi adalah 68 point, sebanyak 4 orang ibu mengalami peningkatan sebanyak 8 point dimana 4 orang tersebut dengan pendidikan dasar (SD) dan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sedangkan sebanyak 4 orang mengalami peningkatan sebanyak 60-68 point dengan usia 47-49 tahun pendidikan terakhir SMA-Sarjana dan pekerjaan adalah wiraswasta dan PNS. Dari hasil terlihat bahwa, dengan latar pendidikan yang lebih tinggi cenderung untuk dapat menerima ilmu baru, lebih memahami dari penjelasan yang diberikan kemungkinan ibu sudah pernah mendengar namun lupa sehingga saat dijelaskan kembali oleh penyuluh dalam hal ini peneliti, ibu dapat mengingat kembali dengan jelas terhadap penjelasan mengenai *menopause* tersebut.

Menurut pendapat peneliti peningkatan pengetahuan yang terjadi sesudah penyuluhan membuktikan bahwa penyuluhan berpengaruh pada tingkat pengetahuan masyarakat. Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber seperti, media, poster, kerabat dekat, media masa, media elektronik, buku petunjuk, petugas kesehatan dan sebagainya. Ibu yang mempunyai tingkat pendidikan yang rendah sulit untuk menerima materi yang disampaikan meskipun telah memakai bahasa yang mudah dimengerti. semakin tinggi tingkat

pendidikannya, semakin mudah seseorang menerima informasi yang didapatnya. Selain itu faktor pengalaman ibu dalam menghadapi *menopause* juga sangat penting dimana ibu yang telah mengalami *menopause* biasanya lebih mudah dalam mengisi kuisioner dan memahami setiap materi penyuluhan.

Dalam pelaksanaan penyuluhan ini juga terdapat ibu yang telah mengalami *menopause* namun mengalami gejala *menopause* yang berbeda satu dengan yang lainnya, sehingga mempunyai persepsi yang berbeda pula mengenai *menopause*. pengalaman atau pengetahuan yang dimiliki seseorang merupakan faktor yang sangat berperan dalam menginterpretasikan stimulus yang diperoleh. Pengalaman masa lalu atau apa yang telah kita pelajari akan menyebabkan terjadinya interpretasi. Ibu yang belum mengalami *menopause* namun sering berbagi pengalaman dengan teman - teman yang telah mengalami *menopause* lebih mudah dalam mengerti dan memahami penyuluhan malahan lebih aktif dalam mengemukakan pertanyaan.

Hal yang menarik pada penelitian ini sikap responden yang sangat antusias dengan penyampaian penyuluhan. Faktor yang memegang peranan penting dalam perubahan sikap responden dimana reaksi tersebut adalah suka atau tidak suka terhadap materi yang disampaikan. Penyuluhan kesehatan sebagai bagian dalam promosi kesehatan diperlukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan terhadap kesehatan. Oleh karena itu, tentunya diperlukan upaya penyediaan informasi, yang merupakan bidang garapan penyuluhan kesehatan. Makna asli penyuluhan adalah pemberian

penerangan dan informasi, maka setelah dilakukan penyuluhan kesehatan seharusnya akan terjadi peningkatan pengetahuan oleh masyarakat khususnya pada penelitian ini adalah ibu pramenopause.

Hasil penelitian ini disimpulkan bahwa penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang dimana peran petugas kesehatan sangat diperlukan. Banyaknya mitos - mitos tentang *menopause* yang berkembang dimasyarakat disebabkan kurangnya pengetahuan menyebabkan dapat kerugian. Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi tenaga kesehatan. Bahwa upaya pemberian pendidikan kesehatan mengenai *menopause* kepada masyarakat sangat diperlukan. Peran bidan sebagai edukator sangatlah penting dalam upaya kesehatan karena pendidikan kesehatan merupakan komponen esensial dalam asuhan kebidanan dan diarahkan pada kegiatan meningkatkan, mempertahankan, memulihkan status kesehatan, mencegah penyakit dan membantu individu mengatasi efek sisa penyakit.

Keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian ini tidak memakai variabel kontrol dimana responden dibagi menjadi dua kelompok dengan perlakuan yang berbeda. Ada baiknya bila penyuluhan menggunakan dua metode penyuluhan yang berbeda sehingga dapat diketahui metode yang mana lebih efektif. Selain itu, peneliti tidak bisa mengontrol jalannya penelitian sehingga jika ada peserta yang tidak menyimak dengan baik jalannya penelitian seperti mengobrol, menggunakan alat telekomunikasi dan lain-lain sehingga kemungkinan dapat mempengaruhi penerimaan materi yang disampaikan oleh peneliti.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut

1. Rata - rata tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan adalah 53,10 dengan standar deviasi 12,68.
2. Rata-rata tingkat pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan adalah 83,61 dengan standar deviasi 11,62.
3. Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang menopause pada pengetahuan ibu premenopause sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan di wilayah kerja puskesmas kotabumi I Kabupaten Lampung Utara tahun 2018, nilai perbedaan antara sebelum dan sesudah penyuluhan adalah 30,50 poin. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* 0,000 dan *t-test* 24,763.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan beberapa saran yaitu :

1. Puskesmas
 - a. Perlu diadakan kegiatan yang dapat meningkatkan pengetahuan ibu premenopause dalam menghadapi menopause seperti pendidikan kesehatan berupa penyuluhan yang dapat diberikan setelah dilakukan senam yang sudah menjadi agenda rutin Puskesmas.
 - b. Dari hasil penelitian diketahui banyak ibu tidak memahami kondisi yang terjadi saat menopause seperti rasa panas pada tubuh, berkeringat malam hari sampai terjadinya gangguan emosional sehingga disarankan untuk petugas kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan ibu

khususnya tentang menopause sehingga ibu siap dalam menghadapi masa menopause.

- c. Kegiatan yang sudah berjalan (posyandu) harus lebih ditingkatkan sehingga mampu meningkatkan pengetahuan wanita khususnya ibu yang akan dan sedang masa menopause .
- d. Diadakannya program peduli kesehatan reproduksi wanita khususnya masa premenopause, seperti pemeriksaan kesehatan yang dapat dilakukan di posbindu.

2. Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya tentang pengetahuan ibu tentang Menopause . Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah pengalaman, memperluas wawasan tentang penelitian tersebut dan keterampilan menganalisis, mengolah data secara kreatif dari hasil penelitian yang diperoleh sehingga dapat diterapkan dalam dunia nyata ditengah-tengah masyarakat. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk melakukan penelitian yang serupa namun dengan menggunakan metode lain yang belum peneliti lakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, H. Z., & SKM, M. (2010). Pengantar keperawatan keluarga. EGC.
- Arifah, S. (2010). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Modul dan Media Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Wanita Dalam Menghadapi Menopause (Studi Eksperimen Pada Wanita Premenopause di Desa Sumber Mulyo). *Publikasi Penelitian*.

- Arikunto, S. (2013). Cara Dahsyat Membuat Skripsi. *Madiun. Jaya Star Nine*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2016). Profil jumlah penduduk perempuan di Lampung 2016
- Estiani, M., & Duhana, C. (2015). Hubungan Pendidikan dan Pengetahuan Wanita Premenopause Terhadap Sikap Menghadapi Menopause di Desa Sekar Jaya Kabupaten Ogan Komering Ulu. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 2(2), 101-107.
- Ismiyati, A. (2010). *Hubungan tingkat pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu premenopause di Perumahan Sewon Asri Yogyakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Sebelas Maret).
- KEMENKES, R. (2017). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 269. MENKES/PER/III/2008. Rekam Medis*. www.depkes.go.id
- Kusmiran, E. (2011). Kesehatan reproduksi remaja dan wanita. *Jakarta: Salemba Medika*, 21.
- Makahanap, M. P., Kundre, R., & Bataha, Y. (2014). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Mengenai Menopause Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Usia 45-55 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Tonsea Lama Kecamatan Tondano Utara. *JURNAL KEPERAWATAN*, 2(1).
- Naziah, N., Nuraini, N., & Zainaro, M. A. (2018). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA BOOKLET TENTANG PENCEGAHAN PRIMER & SEKUNDER TERHADAP PENGETAHUAN PASIEN CORONARY ARTERY DISEASE (CAD) DI KLINIK SEHAT NATURAL CILEDUG TANGERANG SELATAN TAHUN 2016. *HOLISTIK JURNAL KESEHATAN*, 12(1).
- Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi penelitian kesehatan.
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan.
- Proverawati, A., & Sulistyawati, E. (2010). Menopause dan Sindrom Premenopause. *Yogyakarta: Nuha Medika*.
- Rakkuea, S., & Winarsih Nur, A. (2016). *Gambaran Pengetahuan Wanita Tentang Menopause Di Dukuh Sorobaon Kelurahan Jati Kecamatan Jatèn Kabupaten Karangayar* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Suheimi, H. K. (2016). Pola Hidup untuk Meningkatkan Kualitas Wanita Menopause. *Indonesian Journal of Obstetrics and Gynecology (INAJOG)*.
- Wulandari, R., & Wardaningsih, S. (2010). *Hubungan Penerimaan Diri Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Dalam Menghadapi Masa Perimenopause Di Rt 13 Serangan Notoprajan Ngampilan Yogyakarta* (Doctoral Dissertation, Stikes'aisyiyah Yogyakarta).
- Yuniarti, Y., Shaluhiyah, Z., & Widjanarko, B. (2012). Kinerja Petugas Penyuluh Kesehatan Masyarakat dalam Praktek Promosi Kesehatan di Dinas Kesehatan Kabupaten Pati. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 7(2), 165-173.