

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN WANITA PREMENOPAUSE MENGHADAPI MENOPAUSE DIWILAYAH BUARAN CAKUNG TIMUR RT 05 DAN RT 13

Della Wilutama^{1*}, Asep Barkah²

¹⁻²Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKes Abdi Nusantara

Email Korespondensi: dellawilutama61@gmail.com

Disubmit: 29 Juli 2024

Diterima: 17 Desember 2024

Diterbitkan: 01 Januari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i1.16562>

ABSTRACT

Menopause is the natural and permanent cessation of menstruation caused by estrogen deficiency that is not associated with pathological processes. It is said to be menopause when women who have not experienced menstruation for 12 consecutive months. To determine the relationship between the level of knowledge and the readiness of premenopausal women to face menopause in the Buaran, East Cakung area, neighbourhoods unit 05 and 13. This research is quantitative, the research design used is descriptive analytic, this research uses a cross sectional approach. The sampling method used total sampling technique with a sample size of 50 respondents. The instruments used in this study were interviews and questionnaires. The results of this study indicate a significant relationship between the level of knowledge and the readiness of premenopausal women to face menopause, with the chi-square statistical test obtaining a sig value (p value 0,004). Good knowledge is very important for women, because with good knowledge, women will be more prepared to face menopause by starting to prepare themselves early before facing menopause. It is expected that premenopausal women continue to increase knowledge about menopause by seeking some information widely about menopause.

Keywords: Knowledge, Menopause, Readiness, Premenopause

ABSTRAK

Menopause adalah berhentinya menstruasi secara alami dan permanen yang diakibatkan oleh defisiensi estrogen yang tidak terkait dengan proses patologis. Dikatakan menopause ketika wanita yang sudah tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan berturut-turut. Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan wanita premenopause menghadapi menopause diwilayah Buaran Cakung Timur RT 05 dan RT 13. Penelitian ini bersifat kuantitatif, desain penelitian yang digunakan yaitu deskriptif analitik, penelitian ini menggunakan pendekatan secara cross sectional. Metode pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 50 responden. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan wawancara dan kuesioner. Hasil penelitian ini terdapat adanya hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan wanita premenopause menghadapi menopause, dengan uji statistik *chi-square* memperoleh nilai sig (*p value* 0,004). Pengetahuan yang baik sangat penting pada wanita, karena dengan

pengetahuan yang baik membuat wanita akan lebih siap dalam menghadapi menopause dengan mulai mempersiapkan dirinya secara dini sebelum menghadapi menopause. Diharapkan pada wanita premenopause untuk terus meningkatkan pengetahuan tentang menopause dengan cara mencari beberapa informasi secara luas tentang menopause.

Kata Kunci: Pengetahuan, Menopause, Kesiapan, Premenopause

PENDAHULUAN

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dalam (Sochocka et al., 2023) menopause adalah sebagai berhentinya secara permanen periode menstruasi karena hilangnya aktivitas ovarium tanpa penyebab patologis atau fisiologis lainnya. Menopause dikenali setelah seorang wanita mengalami amenore selama 12 bulan. Menopause biasanya terjadi pada usia sekitar 50 tahun, namun pada beberapa kasus dapat dipicu antara usia 41 hingga 45 tahun (menopause dini) atau bahkan pada usia 40 tahun.

Premenopause adalah periode di mana pertama kali tanda-tanda ini muncul dan berakhir selama satu tahun setelah periode menstruasi terakhir. Ini dapat berlangsung selama beberapa tahun dan dapat berdampak pada kesehatan fisik, emosional, mental, dan sosial seseorang. Serangkaian tindakan non-hormonal dan hormonal dapat membantu mengurangi gejala premenopause. (WHO, 2022) dalam (Syahriawati & Idealistiana, 2024).

World Health Organization (WHO) dalam (Sartika et al., 2023) memperkirakan bahwa ditahun 2030 sekitar 1,2 miliar wanita berusia di atas usia 50 tahun. 80% diantaranya akan tinggal di negara berkembang, dan populasi wanita menopause akan meningkat sebanyak 3% setiap tahunnya. Angka harapan hidup wanita didunia akan meningkat setiap tahunnya hingga mencapai 74,2 tahun pada tahun 2019.

Penduduk provinsi DKI Jakarta berdasarkan dari data dinas

kependudukan dan pencatatan sipil provinsi DKI Jakarta pada tahun 2022 jumlah penduduk sebanyak 11.249.585 jiwa, terdiri dari penduduk laki-laki terdapat sebanyak 5.645.916 Jiwa, dan penduduk perempuan terdapat sebanyak 5.603.669 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta, 2022).

Berdasarkan Data BPS Provinsi DKI Jakarta tahun 2021 - 2023 jumlah perempuan diwilayah Jakarta Timur ditahun 2021 sebanyak 1.516.481 jiwa, jumlah perempuan diwilayah Jakarta Timur ditahun 2022 sebanyak 1.525.270 jiwa, dan jumlah perempuan diwilayah Jakarta Timur ditahun 2023 sebanyak 1.533.796 jiwa (BPS Provinsi DKI Jakarta, 2023).

Data Badan Statistik Provinsi DKI Jakarta Tahun 2022 diwilayah Jakarta Timur jumlah perempuan berusia 40-44 tahun sebanyak 121.713 jiwa, Jumlah perempuan berusia 45-49 tahun sebanyak 115.138 jiwa, dan jumlah perempuan berusia 50-54 tahun sebanyak 99.851 jiwa, jumlah perempuan berusia 55-59 tahun sebanyak 82.579 jiwa (BPS Provinsi DKI Jakarta, 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Tiziana Leone dkk., dalam jurnal BMJ Global Health pada tahun 2023, pada Negara Asia Selatan dan Asia Tenggara memiliki tingkat menopause dini dan premature yang paling tinggi, dengan masing-masing sebesar 2,7 % dan 4,5 %. Angka ini lebih tinggi

dibandingkan pada negara lain, diwilayah Amerika Latin dan Karibia adalah tempat prevalensi yang memiliki tingkat menopause prematur tertinggi sebesar 1,5% dan Afrika Sub-Sahara sebesar 2,4%. Prevalensi terendah terjadi di Afrika utara, Asia Barat, dan Eropa sebanyak 0,1% pada menopause premature, dan pada menopause dini sebanyak 1,4%. Namun, berdasarkan variabel seperti etnis, tempat lahir, dan tingkat pendidikan termasuk faktor dari terjadinya perubahan usia menopause dengan penyebab yang sangat beragam. Menurut peneliti menyatakan bahwa rentang usia rata-rata menopause di sebagian besar negara berpendapatan tinggi berubah dari 47 menjadi 53 tahun. Menopause prematur (sebelum usia 40 tahun) dan menopause dini (40 - 44 tahun atau sebelum usia 45 tahun) biasanya akan terjadi sekitar 1% - 9% dan 5%-9% perempuan (Kemenkes, 2024).

Hasil dari penelitian (Norisa et al., 2022) dengan judul "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Perimenopause Terhadap Kesiapan Menghadapi Menopause" hasil menunjukkan bahwa Pengetahuan ibu perimenopause yang kurang yaitu sebanyak 29 responden (46.8%), hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas responden yang bersikap negatif yaitu sebanyak 37 responden (59.7%), dan bahwa sebanyak 32 responden (51.6%) tidak siap menghadapi menopause. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan pengetahuan terhadap kesiapan menghadapi menopause, dan ada hubungan signifikan antara sikap terhadap kesiapan menghadapi menopause. Dalam penelitiannya menggunakan mixed methods menggabungkan metode kuantitatif dengan kualitatif dengan pendekatan secara cross sectional, sampel dalam penelitian

ini diperoleh dengan menggunakan teknik total sampling, pengambilan sampel penelitian ini pada seluruh ibu perimenopause berusia 45-55 tahun dengan berjumlah 62 orang,

Dari hasil uraian penelitian sebelumnya, terdapat adanya persamaan dan perbedaan dari metode penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan. Hasil penelitian di atas didapatkan hasil yaitu adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kesiapan wanita perimenopause menghadapi menopause. Hal ini dapat diasumsikan bahwa masih terdapat kurangnya tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause. Oleh karena itu adanya ketertarikan dalam isi tema dari penulis sebelumnya dan terinspirasi untuk melakukan penelitian tersebut diwilayah Buaran Cakung Timur RT 05 dan RT 13, agar dapat mengetahui apakah ada atau tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan wanita premenopause menghadapi menopause diwilayah Buaran Cakung Timur RT 05 dan RT 13.

KAJIAN PUSTAKA

Menurut teori Notoatmodjo (2019) dalam (Dewi et al., 2023) pengetahuan adalah hasil informasi yang diperoleh setelah melakukan pengamatan pada objek tertentu. Pengetahuan diperoleh dari penginderaan terhadap sesuatu. Panca indera manusia terdiri dari penglihatan, pendengaran, raba, dan rasa. Sebagian besar dari pengetahuan manusia yang didapatkan melalui dari pendengaran dan penglihatan.

Menopause adalah kondisi fisiologis yang terjadi pada wanita dengan seiring bertambahnya usia seseorang. Menopause dapat dikatakan masa berakhirnya siklus

menstruasi pada wanita yang terjadi pada usia 45 hingga 55 tahun. Pada wanita yang sudah tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan berturut-turut disebut dengan menopause. Terjadinya perubahan hormon estrogen pada wanita ditahap ini, akan mempengaruhi perubahan lain mencakup perubahan fisik, psikologis, seksualitas, dan bahkan sampai kesuburan (Siregar & Yusuf, 2022) dalam (Anisa & Aprilina, 2023).

Wanita (75%) yang mengalami menopause mengalami gejala vasomotor, termasuk gejala panas, berkeringat di malam hari, dan memerah di muka. Sering terjadi mengalami kelelahan, jantung berdebar, dan sakit kepala. Sindrom genitourinari menopause (GSM) adalah kekeringan pada vagina atau atrofi vulvovaginal yang menyebabkan nyeri, gatal, dan rasa terbakar pada vagina serta dispareunia yang parah. Selain itu, ini mencakup urgensi, frekuensi, nokturia, infeksi saluran kemih berulang, dan disfungsi. Banyak wanita mengalami perubahan suasana hati seperti mudah gelisah, kurang fokus, kesepian, pelupa, susah tidur, cemas, dan depresi. Sebagian besar orang mengalami nyeri pada otot dan sendi, sakit punggung, osteoporosis, dan patah tulang. Gejalanya adalah peningkatan berat badan di bagian tengah tubuh, hirsutisme, rambut rontok, dan penurunan elastisitas kulit. Penuaan dikaitkan dengan penurunan kapasitas kognitif, kehilangan ingatan, dan demensia, tetapi wanita dengan insufisiensi ovarium prematur mungkin memiliki kondisi serupa (Nasreen, 2019).

Faktor yang mempengaruhi menopause dalam (Hanifah et al., 2021) yaitu: faktor psikis, usia pertama haid (menarche), usia melahirkan, merokok, pemakaian kontrasepsi, diabetes.

Kesiapan wanita untuk menghadapi menopause sangat mempengaruhi cara mereka menjalani menopause. Salah satu faktor yang dapat membantu seorang wanita dalam menghadapi menopause yaitu dengan memiliki pengetahuan yang cukup tentang proses menopause, dari penyebabnya, tanda-tandanya, dan faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan seorang wanita dalam menghadapi menopause seperti informasi, psikis, peran keluarga, dan sosial budaya. Mempersiapkan diri menghadapi menopause dapat mencakup kesiapan fisik, mental, dan spiritual (Ristiani et al., 2024)

Menurut (Meilan & Huda, 2022) kesiapan adalah proses yang akan dialami wanita premenopause sebelum menghadapi menopause, dan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti pengetahuan, Pendidikan, sosial ekonomi, budaya lingkungan, Riwayat kesehatan, usia.

Salah satu upaya untuk meningkatkan kesiapan ibu untuk menghadapi menopause baik secara sosial dan kesehatan dengan meningkatkan pengetahuan tentang menopause. Pendidikan masyarakat dapat memperbaiki gejala fisik dan mental yang terjadi pada wanita menopause (Elkordy & Farahat, 2019) dalam (Jusuf et al., 2023).

METODOLOGI PENELITIAN

Pada penelitian ini jenis penelitian ini termasuk dalam metode penelitian yang bersifat kuantitatif, desain penelitian yang digunakan yaitu deskriptif analitik, penelitian ini menggunakan pendekatan secara cross sectional. Instrument dalam pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara dan kuesioner. Populasi dalam penelitian ini yaitu wanita usia 40-55 tahun di wilayah

Buaran Cakung Timur RT 05 dan RT 13. Sampel pada penelitian ini adalah wanita usia 40-55 tahun sebanyak 50 responden. Menggunakan jenis data berupa data primer dan data sekunder di wilayah Buaran Cakung Timur RT 05 dan RT 13. Metode pengambilan sampel

menggunakan teknik total sampling. Responden pada penelitian ini adalah wanita yang tinggal di Wilayah Buaran Cakung Timur RT 05 dan RT 13. Pengolahan data menggunakan uji *chi-square* dengan bantuan komputer program SPSS.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Dari Usia, Pendidikan, Dan Pekerjaan Pada Responden Diwilayah Buaran Cakung Timur RT 05 Dan RT 13

NO	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Usia		
	40 - 45 tahun	23	46%
	46 - 50 tahun	12	24%
	51 - 55 tahun	15	30%
	Total	50	100%
2.	Pendidikan		
	SD	8	16%
	SMP	18	36%
	SMA / SMK	23	46%
	Diploma	1	2%
	Total	50	100%
3.	Pekerjaan		
	Ibu Rumah Tangga (IRT)	40	80%
	Karyawan Swasta	3	6%
	Wirausaha	7	14%
	Total	50	100%

Berdasarkan Tabel 1. distribusi frekuensi pada hasil penelitian diatas bahwa jumlah usia responden yaitu mayoritas berada direntang usia 40 - 45 tahun yaitu sebanyak 23 orang (46%), pada rentang usia 51 - 55 tahun yaitu sebanyak 15 orang (30%), dan jumlah usia responden yang paling sedikit direntang usia 45 - 50 tahun yaitu sebanyak 12 orang (24%). Pada hasil penelitian diatas distribusi frekuensi pada jumlah pendidikan mayoritas responden yaitu berada direntang pendidikan SMA / SMK yaitu sebanyak 23 orang

(46%), pada rentang pendidikan SMP yaitu sebanyak 18 orang (36%), pada rentang pendidikan SD yaitu sebanyak 8 orang (16%), dan jumlah responden yang paling sedikit direntang pendidikan Diploma yaitu sebanyak 1 orang (2%). Pada hasil penelitian diatas distribusi frekuensi pada jumlah pekerjaan dengan mayoritas responden pada ibu rumah tangga (IRT) yaitu sebanyak 40 orang (80%), pada jumlah responden yang memiliki pekerjaan wirausaha yaitu sebanyak 7 orang (14%), dan jumlah responden yang paling sedikit yaitu

karyawan swasta sebanyak 3 orang (6%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dari Tingkat Pengetahuan Menopause Diwilayah Buaran Cakung Timur RT 05 Dan RT 13

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tinggi	24	48,0%
Rendah	26	52,0%
Total	50	100,0%

Berdasarkan Tabel 2. distribusi frekuensi pada hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden yang mempunyai tingkat pengetahuan

menopause pada kategori rendah yaitu sebanyak 26 orang (52,0%), dan pada responden yang memiliki kategori tinggi yaitu sebanyak 24 orang (48,0%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dari Kesiapan Menghadapi Menopause Diwilayah Buaran Cakung Timur RT 05 Dan RT 13

Kesiapan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Siap	27	54,0%
Tidak Siap	23	46,0%
Total	50	100,0%

Berdasarkan Tabel 3. distribusi frekuensi pada hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden yang mempunyai tingkat kesiapan

menghadapi menopause pada kategori siap yaitu sebanyak 27 orang (54,0%), dan pada responden yang memiliki kategori tidak siap yaitu sebanyak 23 orang (46,0%)

Tabel 4. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kesiapan Wanita Premenopause Menghadapi Menopause Diwilayah Buaran Cakung Timur RT 05 Dan RT 13

Pengetahuan Menopause	Kesiapan			Total	Presentase %	Sig (p value)
	Siap	Presentase %	Tidak Siap			
Tinggi	18	36,0%	6	24	48,0%	0,004
Rendah	9	18,0%	17	26	52,0%	
Total	27	54,0%	23	50	100,0%	

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4. diatas dapat diketahui bahwa dari 50 responden mayoritas tingkat pengetahuan menopause dengan kategori rendah lebih banyak dari kategori tinggi dan kesiapan wanita menghadapi menopause dengan kategori siap lebih banyak

dari kategori tidak siap dapat dilihat dari tingkat pengetahuan wanita yang berada dikategori rendah yaitu sebanyak 9 responden (18,0) dikatakan siap dan 17 responden (34,0%) dikatakan tidak siap dengan total keseluruhan terdapat 26 responden (52,0%). Sedangkan pada

tingkat pengetahuan wanita yang berada dikategori tinggi yaitu sebanyak 18 responden (36,0%) dikatakan siap dan 6 responden (12,0%) dikatakan tidak siap dengan total keseluruhan terdapat 24 responden (48,0%).

Dari hasil tabulasi antara variabel tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause didapatkan hasil uji statistik *chi-square* yang diperoleh

yaitu nilai sig (*p value*) 0,004. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa (*p value* $0,004 \leq \alpha$ 0,05). Maka keputusannya adalah H_0 ditolak dan H_a diterima artinya adanya hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan wanita premenopause menghadapi menopause diwilayah Buaran Cakung Timur RT 05 dan RT 13.

PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan Menopause

Dari hasil penelitian yang didapatkan bahwa mayoritas responden pada tingkat pengetahuan rendah yaitu sebanyak 26 responden (52,0%) lebih besar dari jumlah responden pada tingkat pengetahuan tinggi yaitu sebanyak 24 responden (48,0%).

Dalam hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dijalankan oleh (Dewi et al., 2023) "Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Menopause Di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25" dengan hasil data menunjukkan pada tingkat pengetahuan ibu tentang menopause dengan pengetahuan kurang yaitu sebanyak 22 responden (51,2%) lebih banyak dari pengetahuan baik yaitu sebanyak 21 responden (48,8%).

Penelitian terkait lainnya dengan penelitian yang telah dijalankan oleh (Umamity, 2024) dengan judul "Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Di Desa Waihatu Kecamatan Kairatu Kabupaten Seram Bagian Barat" dengan hasil data penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu yang paling besar dalam penelitian ini yaitu responden dengan pengetahuan kurang yaitu sebanyak 62 responden (50,0%), dan

penelitian yang paling sedikit yaitu pada pengetahuan baik yaitu sebanyak 8 responden (6,5%). dari hasil penelitiannya mengatakan pengetahuan membantu seseorang mengubah atau mengadopsi perilaku baru. Pengetahuan tentang menopause merupakan komponen yang menentukan apakah seseorang dapat menerima menopause sebagai perubahan yang dapat diterima oleh wanita dengan tidak perlu mengambil tindakan medis atau mempunyai kecemasan yang berlebihan.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan (Afriani & Fatmawati, 2020) bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang sangat baik, dan sebagian lagi memiliki pengetahuan yang kurang baik. hal ini disebabkan karena masih banyak responden yang kurang mendapatkan informasi tentang menopause, selain itu masih banyak responden yang belum mengalami keluhan tersebut, sehingga responden belum memiliki pengalaman dan kurangnya informasi secara luas. Untuk mendapatkan informasi tentang menopause secara luas dengan cara mencari informasi tersebut dapat diperoleh bisa dengan petugas kesehatan, keluarga, teman, dan bisa mencari dari media cetak maupun elektronik.

Menurut (Khalida et al., 2022) hal ini dapat dipahami karena pengetahuan wanita tentang menopause terpengaruh oleh banyak faktor, seperti usia, pendidikan, dan pekerjaan. Pendidikan akan membantu seseorang dalam memahami informasi tentang menopause dengan lebih baik. Dengan adanya pengetahuan maka dapat membantu wanita memahami dan mempersiapkan diri menghadapi menopause.

Menurut teori Notoatmodjo (2019) dalam (Dewi et al., 2023) pengetahuan diperoleh dari penginderaan terhadap sesuatu. Panca indera manusia terdiri dari penglihatan, pendengaran, raba, dan rasa. Mayoritas pada pengetahuan manusia didapatkan melalui dari pendengaran dan penglihatan. Pada wanita yang mengalami menopause akan lebih mengerti dan mempersiapkan diri menghadapi menopause dengan lebih baik jika mereka memiliki pengetahuan cukup.

Menurut Analisa peneliti dari hasil penelitian tersebut bahwa tidak semua responden dengan pendidikan tinggi memiliki pengetahuan tinggi juga ada beberapa dari responden yang memiliki pengetahuan rendah, sebaliknya ada beberapa responden dengan pendidikan rendah juga ada yang memiliki pengetahuan tinggi tentang menopause. Biasanya pengetahuan rendah bisa dapat disebabkan karena belum mendapatkan informasi secara luas tentang menopause, bisa disebabkan oleh kurangnya keinginan responden dalam mencari tahu informasi lebih luas tentang menopause, kurangnya responden dalam berinteraksi dan bertanya pada seseorang yang sudah mempunyai pengalaman, ataupun adanya kendala dalam mencari informasi tersebut yang dapat menyebabkan responden tidak tahu

lebih banyak tentang menopause. Pengetahuan juga dapat diperoleh dari pengalaman seseorang yang merupakan fakta atau kenyataan yang pernah terjadi pada hidupnya, selain itu dapat meningkatkan pengetahuan dan kedewasaan seseorang dalam mempunyai pemikiran positif dalam menghadapi suatu masalah yang sedang dihadapinya. Dengan pengetahuan yang baik, maka responden akan lebih mampu menyesuaikan diri dari gejala dan perubahan menjelang masa menopause.

Kesiapan Menghadapi Menopause

Dari hasil penelitian yang diperoleh bahwa mayoritas responden pada tingkat kesiapan dengan kategori siap yaitu sebanyak 27 responden (54,0%) lebih banyak dari pada tingkat kesiapan dengan kategori tidak siap yaitu sebanyak 23 responden (46,0%)

Dalam hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Dewi et al., 2023) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Menopause Di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25” dengan hasil data penelitian menunjukkan tingkat kesiapan ibu dalam menghadapi menopause dengan kesiapan pada kategori siap yaitu sebanyak 23 responden (53,5%) lebih banyak dari kesiapan pada kategori tidak siap yaitu sebanyak 20 responden (46,5%).

Penelitian terkait lainnya dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Ariani et al., 2023) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Wanita Usia Premenopause” dengan hasil data penelitian bahwa tingkat kesiapan wanita dalam menghadapi menopause dengan kesiapan pada kategori siap yaitu sebanyak 55

responden (76,4%) lebih banyak dari kesiapan pada kategori tidak siap yaitu sebanyak 17 responden (23,6%).

Kesiapan adalah suatu keadaan dimana seorang wanita mempersiapkan dirinya untuk menghadapi menopause secara fisik, psikologis dan spiritual. Wanita yang mendekati masa menopause harus selalu berfikir positif tentang kondisi tersebut. Jika wanita mampu dalam menyesuaikan diri dengan situasi baru, maka akan dapat melalui masa perubahan dengan mudah dan tanpa masalah. (Ariani et al., 2023)

Menurut Notoatmodjo dalam (Mazida & Wijaya, 2022) faktor yang mempengaruhi kesiapan wanita menghadapi menopause yaitu usia, kondisi sosial ekonomi, peran keluarga. Usia berkaitan dengan bertambahnya pengalaman, pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman, dan kematangan wanita menghadapi masalah yang terkait dengan kehidupannya. Seiring bertambahnya usia pengalaman seseorang akan bertambah yang membuat wanita siap menghadapi menopause. Kondisi ekonomi yang baik akan membuat seseorang lebih mudah mendapatkan informasi tentang menopause, seperti media cetak ataupun elektronik, dan lain sebagainya, kurangnya peran keluarga dapat terjadi karena kurangnya perhatian ketika wanita mulai masuk masa menopause, maka akan mengalami gejala menopause yang dapat berdampak pada wanita saat menghadapi menopause.

Selain itu, pada kondisi kesehatan dapat mempengaruhi kondisi psikologi seseorang, misalnya seseorang dengan penderita penyakit kronis. Kondisi ini dapat mempengaruhi kesiapan wanita menghadapi menopause, karena merupakan masa peralihan dan perubahan (Ariani et al., 2023)

Menurut analisa peneliti menopause adalah proses alami yang dapat terjadi pada wanita yang tidak dapat dihindari, dan tidak tahu kapan akan terjadi. Karena setiap wanita akan mengalaminya. Tanda dan gejala bisa terjadi pada usia dini ataupun usia lanjut. Contohnya gaya hidup yang tidak sehat dapat menyebabkan seseorang mengalami menopause dini. Maka dari itu pengetahuan sangat penting dalam mencegah menopause dengan mengubah gaya hidup sehat dan mempersiapkan diri menjelang masa menopause karena ketika perubahan pada fisik sudah mulai muncul, wanita tidak merasa takut, khawatir dan berfikir negatif secara berlebihan pada perubahan fisik tersebut. karena dengan pengetahuan baik dapat membuat wanita akan lebih siap dalam menghadapi menopause dengan mulai mempersiapkan dirinya secara dini sebelum menghadapi menopause. Informasi yang cukup dapat diperoleh dari tenaga kesehatan dan kader yang ada diposyandu wilayah setempat.

Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kesiapan Wanita Premenopause Menghadapi Menopause Diwilayah Buaran Cakung Timur RT 05 Dan RT 13

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh peneliti didapatkan hasil uji statistik *chi-square* yang diperoleh yaitu nilai sig (*p value*) 0,004. Dapat disimpulkan bahwa (*p value* $0,004 \leq \alpha$ 0,05). Maka keputusannya adalah H_0 ditolak dan H_a diterima artinya bahwa adanya hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan wanita premenopause menghadapi menopause diwilayah Buaran Cakung Timur RT 05 dan RT 13.

Dalam hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah

dilakukan oleh (Ulya & Andanawarih, 2021) dengan judul “Kesiapan Wanita Usia 45 - 55 Tahun Dalam Menghadapi Perubahan Masa Menopause” hasil penelitian tersebut didapatkan hasil uji statistik *chi-square test* didapatkan bahwa hasil penelitian tersebut *p value* yaitu 0,01. Dapat disimpulkan bahwa (*p value* < 0,05) maka keputusannya adalah H_0 ditolak dan H_a diterima artinya bahwa adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan menopause terhadap kesiapan dalam menghadapi menopause. Studi ini menemukan bahwa pengetahuan ilmiah tentang menopause dapat mempengaruhi kesiapan wanita menghadapi menopause. Jika seseorang memiliki pengetahuan dan pendidikan yang baik tentang apa yang terjadi menjelang menopause maka akan lebih mudah menyerap informasi dan mengetahui perubahan yang telah terjadi

Penelitian terkait lainnya dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Nisa & Islamiati, 2020) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Menjelang Menopause Dengan Tingkat Kesiapan Menjelang Menopause Pada Ibu Premenopause Di Desa Grogol Kecamatan Gunung Jati Kabupaten Cirebon” dengan hasil penelitian yang didapatkan bahwa hasil bivariat pada penelitian ini menunjukkan bahwa nilai *pearson Chi-Square* dari sebesar *p value* 0,003. Dapat disimpulkan bahwa (*p value* 0,003 < α 0,05) yang artinya bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan menopause dengan kesiapan menjelang menopause.

Pada penelitian ini dengan penelitian dari (Dewi et al., 2023) adanya perbedaan uji statistic penelitian. Pada hasil penelitiannya yaitu menggunakan hasil uji *Fisher's*

Exact Test (tabel 2x2) didapatkan hasil nilai *p value* $0,000 \leq \alpha$ 0,05 maka hasil keputusannya yaitu bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25.

Menurut (Misrina & Nuzula, 2021) berpendapat bahwa pengetahuan yang dimiliki wanita sebelum menopause dapat mempengaruhi bagaimana mereka mempersiapkan diri untuk menopause. Ketidaktahuan atau kurangnya informasi yang diberikan secara langsung ataupun tidak langsung oleh petugas kesehatan dapat memberikan kontribusi pada wanita yang tidak tahu. Selain itu, faktor umur, pekerjaan wanita, dan tingkat Pendidikan wanita juga dapat mempengaruhi bagaimana wanita mempersiapkan diri menghadapi menopause.

Menurut teori Notoatmodjo (2019) dalam (Dewi et al., 2023) pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesiapan. Pengetahuan diperoleh dari penginderaan terhadap sesuatu. Panca indera manusia terdiri dari penglihatan, pendengaran, raba, dan rasa. Sebagian besar dari pengetahuan manusia didapatkan dengan melalui dari pendengaran dan penglihatan. Pada wanita menjelang masa menopause akan lebih banyak memahami dan mempersiapkan diri menghadapi menopause dengan baik, jika mereka memiliki pengetahuan cukup. Untuk menghadapinya diperlukan pengetahuan dan persiapan memadai. Dengan cara memahami pengetahuan menopause, wanita diharapkan dapat mempersiapkan diri untuk memasuki usia menopause tanpa masalah. Seorang wanita premenopause akan menjadi lebih positif dalam menghadapi menopause. Wanita akan lebih siap

menghadapi menopause, jika wanita dapat menerima perubahan fisik, dan psikologis, serta tidak menganggap penuaan sebagai sesuatu yang harus di jauhi.

Menurut peneliti dalam hasil penelitian yang didapatkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause. Dari hasil tersebut bahwa tidak semua responden yang berpengetahuan tinggi memiliki kesiapan matang dan tidak semua responden yang berpengetahuan rendah memiliki ketidaksiapan menghadapi menopause. Bahwa tingkat pengetahuan sangat mempengaruhi kesiapan wanita dalam menghadapi menopause. Pengetahuan dapat membantu seseorang dalam mengubah pola pikir, perilaku, dan kebiasaan menjadi lebih baik lagi. Responden yang memiliki tingkat pengetahuan dan pendidikan yang baik maka responden akan lebih mudah dalam memahami dan dapat bertindak secara rasional. Semakin banyaknya pengetahuan baik yang dimiliki wanita tentang menopause maka wanita akan lebih siap secara fisik maupun secara psikologi dalam menghadapi menopause.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa masih terdapat banyaknya responden yang berpengetahuan rendah. Kurangnya pengetahuan responden dapat disebabkan dari kurangnya informasi yang didapatkan, kurangnya keinginan responden dalam mencari tahu informasi secara luas, kurangnya responden dalam berinteraksi dan bertanya pada seseorang yang sudah mempunyai pengalaman, ataupun adanya kendala dalam mencari informasi. Pengetahuan yang baik sangat

penting pada wanita, karena dengan pengetahuan baik membuat wanita akan lebih siap dalam menghadapi menopause dengan mulai mempersiapkan dirinya secara dini sebelum menghadapi menopause.

Berdasarkan dari hasil penelitian ini bahwa pada pengetahuan dengan kategori rendah sebanyak 26 orang (52,0%), lebih tinggi dari pada responden yang memiliki kategori tinggi sebanyak 24 orang (48,0%). Sedangkan pada kesiapan menghadapi menopause pada kategori siap sebanyak 27 orang (54,0%), lebih tinggi dari pada responden yang memiliki kategori tidak siap sebanyak 23 orang (46,0%).

Dari hasil penelitian tersebut bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan wanita premenopause menghadapi menopause di wilayah Buaran Cakung Timur RT 05 dan RT 13. Didapatkan hasil uji *chi-square* yaitu nilai sig (*p value*) 0,004 dan dapat disimpulkan bahwa (*p value* $0,004 \leq \alpha 0,05$).

Saran

Diharapkan pada wanita premenopause untuk terus meningkatkan pengetahuan tentang menopause dengan cara mencari beberapa informasi secara luas tentang menopause. Dan diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan menghubungkan variabel yang lain selain tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, R., & Fatmawati, T. Y. (2020). Pengetahuan Dan Sikap Wanita Premenopause Dalam Menghadapi Perubahan-Perubahan Pada Masa Menopause. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 104. <https://doi.org/10.36565/Jab.V9i1.194>
- Anisa, S. N., & Aprilina, H. D. (2023). Hubungan Pengetahuan Tentang Perubahan Fisik Dan Psikologis Wanita Dalam Kesiapan Menghadapi Menopause Di Desa Bukateja. *Jurnal Penelitian Ilmu Kesehatan (Jurnal Pikes)*, 4(2), 8-19.
- Ariani, D., Ariati, T., & Istiqomah, N. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Wanita Usia Premenopause. 13(2), 67-74.
- Bps Provinsi Dki Jakarta. (2022). *Penduduk Menurut Kelompok Umur Dan Jenis Kelamin Kota Jakarta Timur*.
- Bps Provinsi Dki Jakarta. (2023). *Jumlah Penduduk Menurut Jenis Kelamin Dan Kabupaten/Kota Di Provinsi Dki Jakarta*.
- Dewi, B. P., Nopriani, Y., & Rimbawati, N. S. (2023). Menghadapi Menopause Di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 13(26), 11-19.
- Dinas Kesehatan Provinsi Dki Jakarta. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Dki Jakarta Tahun 2022*.
- Hanifah, I., Hidayati, T., & Yuliana, W. (2021). Edukasi Kesehatan Perubahan Fisiologis Menopause Pada Ibu Muslimatan (Sehat Dan Bahagia Menjelang Dan Saat Menopause). *E-Amal: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 01(02), 45-50.
- Jusuf, E. C., Leonardy, R. B., Rahman, A., Mustafa, S., Aman, A., Dolo, S. H. P., & Singh, K. (2023). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Menopause Pada Kader Kesehatan Dan Tokoh Masyarakat Di Makassar: Improvement Of Menopause Knowledge For Healthcare Assistants And Community Leaders In Makassar. *Jurnal Dinamika Pengabdian*, 9(1), 109-118. <https://doi.org/10.20956/Jdp.V9i1.24472> (Karya Asli Diterbitkan 27 Oktober 2023)
- Kemenkes. (2024). *Saat Menopause Datang Lebih Awal*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/blog/20240110/1844721/saat-menopause-datang-lebih-awal/>
- Khalida, Z., Maulida, L. F., Wahidah, N. J., Maulina, R., & Nurhidayati, S. (2022). Pengaruh Edukasi Kesehatan Dengan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Pada Ibu Pkk Rw 22 Ngoresan *The Effect Of Health Education With The Leaflet Media On A Knowledge Level Of Menopause In The Pkk Mothers At Rw 22 Ngoresan*. 20(1), 44-50.
- Mazida, E., & Wijaya, C. (2022). Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause Di Desa Bumi Pratama Mandira. *Al-Iqra Medical Journal: Jurnal Berkala Ilmiah Kedokteran*, 5(2), 121-127.
- Meilan, N., & Huda, N. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Perempuan Dalam Menghadapi

- Masa Menopause. *Jurnal Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia*, 2(1), 78-82.
- Misrina, & Nuzula, R. (2021). Hubungan Karakteristik Dengan Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause Di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang Tahun 2021. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 7(1), 439-450. File:///C:/Users/Asus/Downloads/1473-2425-1-Sm.Pdf
- Nasreen, S. Z. A. (2019). *Symptoms Of Menopause. Hormone Therapy And Replacement In Cancer And Aging-Related Diseases*. <https://doi.org/10.5772/intechopen.88572>
- Nisa, I. C., & Islamiati, D. (2020). Hubungan Pengetahuan Menjelang Menopause Dengan Tingkat Kesiapan Menjelang Menopause Pada Ibu Premenopause. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(11), 1336-1345.
- Norisa, N., Fitriani, A., Asriah, & Novemi. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Perimenopause Terhadap Kesiapan Menghadapi Menopause. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 3(2), 72-79.
- Ristiani, N., Lindo, M., Risnandar, Marlinawati, H., & Triana, N. (2024). Pendidikan Kesehatan Persiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu-Ibu Usia Premenopause Di Sungai Paga, Kabupaten Kampar. *Compromise Journal: Community Professional Service Journal*, 2(2), 15-20.
- Sartika, I., Ashri, R. H., & Haryati, S. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Wanita Menghadapi Menopause Di Rt 003 Rw 01 Parung Serap Kecamatan Ciledug - Kota Tangerang. *Jurnal Ilmiah Obsgin: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan P-Issn: 1979-3340 E-Issn: 2685-7987*, 15(1), 104-112.
- Sochocka, M., Karska, J., Pszczolowska, M., Ochnik, M., Fulek, M., Fulek, K., Kurpas, D., Chojdak-Lukasiewicz, J., Rosner-Tenerowicz, A., & Leszek, J. (2023). Cognitive Decline In Early And Premature Menopause. *International Journal Of Molecular Sciences*, 24(7). <https://doi.org/10.3390/ijms24076566>
- Syahriawati, L., & Idealistiana, L. (2024). Efektivitas Pemeriksaan Fisik Dan Edukasi Pada Premenopause Dan Lansia Dengan Tingkat Kecemasan Di Wilayah Puskesmas Cimarga. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 9(1), 23-30.
- Ulya, N., & Andanawarih, P. (2021). Kesiapan Wanita Usia 45-55 Tahun Dalam Menghadapi Perubahan Masa Menopause. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 8(1), 7-13.
- Umamity, S. (2024). Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Di Desa Waihatu Kecamatan Kairatu Kabupaten Seram Bagian Barat. *Usada Nusantara: Jurnal Kesehatan Tradisional*, 2(1), 07-14.