

HUBUNGAN KARAKTERISTIK DENGAN KESIAPAN IBU MENGHADAPI MENOPAUSE DI DESA MEUNASAH CAPA KECAMATAN KOTA JUANG TAHUN 2021

Characteristic Relationship To Mother's Readiness Facing Menopause In Meunasah Village Capa Kota Juang Sub Districtin 2021

Misrina*¹, Rizka Nuzula*²

1. Dosen Akademi Kebidanan Munawarah, Jl. Sultan Iskandar Muda No.18 Kota Juang, Bireuen 24251, Indonesia
2. Mahasiswi Akademi Kebidanan Munawarah, Jl. Sultan Iskandar Muda No.18 Kota Juang, Bireuen 24251, Indonesia

*Korespondensi Penulis : misrina517@gmail.com*¹

Abstrak

Menopause merupakan suatu masa peralihan dalam kehidupan wanita yang menunjukkan bahwa ovarium telah berhenti menghasilkan sel telur, aktivitas menstruasi berkurang dan akhirnya berhenti, serta pembentukan hormon wanita (estrogen dan progesteron) yang berkurang. Sebagian besar wanita mulai mengalami gejala menopause pada usia 40 tahun dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun. Namun bila diambil rata-ratanya seorang wanita umumnya akan mengalami menopause sekitar usia 45 sampai dengan 55 tahun.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan karakteristik dengan kesiapan menghadapi menopause di desa Meunasah Capa kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen tahun 2021.

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu premenopause usia 40–50 tahun di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2021. Pengambilan sampel menggunakan total populasi. Sampel berjumlah 45 ibu premenopause usia 40-50 tahun dan pengumpulan data menggunakan kuesioner.

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 45 responden dengan menggunakan uji statistik Chi-square menunjukkan ada hubungan pendidikan ibu pramenopause dengan kesiapan ibu menghadapi menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang tahun 2020 dengan nilai $p \text{ value } (0,002) < \alpha (0,05)$. Ada hubungan pekerjaan ibu premenopause dengan kesiapan ibu menghadapi menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang tahun 2020 dengan nilai $p \text{ value } (0,045) < \alpha (0,05)$. Ada hubungan pengetahuan ibu premenopause dengan kesiapan ibu menghadapi menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang tahun 2020 dengan nilai $p \text{ value } (0,022) < \alpha (0,05)$.

Berdasarkan hasil penelitian, peningkatan wawasan tentang perubahan yang terjadi menjelang menopause menjadi sangat penting untuk di terapkan pada wanita pramenopause. Hal ini dapat menurunkan kecemasan terhadap menopause serta dapat meningkatkan penerimaan terhadap menopause menjadi lebih baik.

Kata Kunci: Pendidikan, Pekerjaan, Pengetahuan, Kesiapan Menghadapi Menopause.

ABSTRACT

Menopause is a transitional period in a woman's life which shows that the ovaries have stopped producing eggs, menstrual activity decreases and eventually stops, and the formation of female hormones (estrogen and progesterone) is reduced. Most women begin experiencing menopausal symptoms at age 40 and peak at age 50. However, if the average is taken, a woman will generally experience menopause around the age of 45 to 55 years.

This research was conducted to determine the relationship between characteristics and readiness to face menopause in Meunasah Capa village, Juang City district, Bireuen Regency in 2021.

The research design used was analytical research with a cross sectional approach. The population in this study were all pre-menopausal mothers aged 40-50 years in Meunasah Capa Village, Kota Juang District. This research was conducted from 14 February 2021. Sampling used the total population. A sample of 45 premenopausal mothers aged 40-50 years and data collection using a questionnaire.

The results of research conducted on 45 respondents using the Chi-square statistical test showed that there was a relationship between premenopausal maternal education and maternal readiness to face menopause in Meunasah Capa Village, Kota Juang District in 2020 with a p value (0.002) $< \alpha$ (0.05). There is a relationship between the work of premenopausal mothers and the readiness of mothers to face menopause in Meunasah Capa Village, Kota Juang District in 2020 with a p value (0.045) $< \alpha$ (0.05). There is a relationship between the knowledge of premenopausal mothers and the readiness of mothers to face menopause in Meunasah Capa Village, Kota Juang District in 2020 with a p value (0.022) $< \alpha$ (0.05).

Based on the results of the study, increasing insight into the changes that occur before menopause is very important to be applied to premenopausal women. This can reduce anxiety about menopause and can increase acceptance of menopause for the better.

Keywords: Education, Work, Knowledge, Readiness to Face Menopause.

PENDAHULUAN

Menopause adalah suatu masa peralihan dalam kehidupan wanita yang menunjukkan bahwa ovarium telah berhenti menghasilkan sel telur, aktivitas menstruasi berkurang dan akhirnya berhenti, serta pembentukan hormon wanita (estrogen dan progesteron) yang berkurang. Sebagian besar wanita mulai mengalami gejala menopause pada usia 40 tahun dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun. Namun bila diambil rata-ratanya seorang wanita umumnya akan mengalami menopause sekitar usia 45 sampai dengan 55 tahun. Dari perubahan haid menjadi tidak haid lagi, otomatis terjadi perubahan organ reproduksi wanita. Perubahan fungsi indung telur akan mempengaruhi hormon yang kemudian memberikan pengaruh pada organ tubuh wanita pada umumnya. Tidak heran apabila kemudian muncul berbagai keluhan fisik, baik yang berhubungan dengan organ reproduksinya maupun organ tubuh pada umumnya (Susmiarti, 2009)

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2010), setiap tahunnya sekitar 25 juta wanita di seluruh dunia diperkirakan mengalami menopause. WHO juga mengatakan pada tahun 2010, sekitar 894 juta wanita berusia 50 tahun keatas menghabiskan hidupnya dalam keadaan pasca menopause, dan 40% dari wanita pasca menopause tersebut tinggal di negara berkembang dengan usia rata-rata mengalami menopause pada usia 51 tahun. WHO memperkirakan jumlah wanita usia 50 tahun ke atas diperkirakan akan meningkat dari 500 juta pada saat ini menjadi lebih dari 1 milyar pada tahun 2030. Di Asia, masih menurut data WHO (2010), pada tahun 2025 jumlah wanita yang menopause akan melonjak dari 107 juta jiwa akan menjadi 373 juta jiwa.

Di Indonesia, secara umum sebagian besar perempuan mulai memasuki masa menopause pada usia 49-52 tahun. Mengacu hasil penelitian bahwa usia harapan hidup perempuan Indonesia bertambah menjadi rata-rata 69 tahun. Maka sekitar 20-30 tahun atau sepertiga lama hidupnya, perempuan dalam keadaan menopause. Sindrom menopause dialami oleh hampir seluruh penduduk dunia, di Indonesia sekitar 10% wanita menjelang menopause mengalami *syndrome* menopause. Diperkirakan jumlah orang yang menderita kecemasan baik akut maupun kronik mencapai 5% dari jumlah penduduk dengan perbandingan wanita dengan pria 2 : 1 (Kulsum, 2017).

Dilihat dari klasifikasi jumlah penduduk di Indonesia, terdapat 14.787.721 jiwa, jumlah wanita usia 45-49 tahun sebanyak 8.485.479 jiwa, usia 50-54 tahun sebanyak 7.327.347 jiwa, usia 55-59 sebanyak 5.970.949 jiwa, 60-64 tahun 4.398.429 jiwa, 65-69 tahun sebanyak 3.084.716 jiwa, usia 70-74 sebanyak 2.208.376 jiwa dan 75 tahun keatas sebanyak 2.726.944 jiwa. Sedangkan di wilayah Provinsi Aceh, jumlah wanita usia non produktif sebanyak 209.607 jiwa (54,21%) (Kemkes RI, 2017 dalam Minda, 2019). Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bireuen tahun 2020 jumlah ibu usia 30-50 tahun sebanyak 72.028 jiwa (Dinkes Bireuen, 2020).

Terjadinya peningkatan usia harapan hidup mengakibatkan bertambah pula jumlah wanita pre menopause di dunia. Seperti yang terjadi di Indonesia yang menunjukkan bahwa usia harapan hidup wanita lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Berdasarkan data Biro Pusat Statistik (BPS) untuk proyeksi penduduk 2010, di Indonesia diperkirakan ada 5.846.000 perempuan yang memasuki masa menopause. Oleh karena itu, tidak heran jika jumlah wanita menopause di Indonesia bisa jadi akan terus meningkat (BPS, 2010). Perkembangan jumlah penduduk di Indonesia sangat cepat. Menurut proyeksi penduduk Indonesia tahun 2006-2011 oleh Badan Pusat Statistik (BPS) jumlah penduduk perempuan berusia diatas 50 tahun

meningkat dari 107 juta menjadi 373 juta orang, dan tahun 2025 diperkirakan akan ada 75 juta perempuan menopause (Utami, 2016).

Proses premenopause akan menimbulkan dampak psikologis seperti perasaan yang takut, gelisah, mudah marah, mudah tersinggung, gugup, sulit untuk berkonsentrasi, daya ingat menurun, depresi dan stress, gangguan libido atau gairah seksual menurun. Hal ini harus ditekankan bahwa banyak wanita yang memasuki usia menopause dan tidak mengalami gejala menopause apapun bukan berarti mereka tidak akan mengalami gejala lainnya. Penurunan dari hormon estrogen pada wanita biasanya akan menimbulkan resiko terjadinya penyakit osteoporosis, demensia dan penyakit jantung coroner. Selain keluhan psikologis timbul juga beberapa keluhan fisik yang mungkin dialami saat mencapai masa menopause adalah berupa panas yang tiba-tiba menyerang bagian atas tubuh, keluar keringat yang berlebihan pada malam hari, sulit tidur, iritasi pada kulit, kekeringan vagina, kesulitan menahan buang air kecil, dan peningkatan berat badan (Susmiarti, 2009).

Menopause merupakan tahap akhir proses biologis yang dialami wanita berupa produksi hormon seks wanita yaitu estrogen dan progesteron dari indung telur. Disebut menopause jika wanita tidak lagi menstruasi selama satu tahun. Umumnya terjadi pada usia 50 tahunan. Setelah menopause indung telur masih tetap memproduksi estrogen namun dalam jumlah sangat kecil. Akibat yang ditimbulkan dari keadaan ini adalah menurunnya fungsi estrogen seperti ovarium, uterus dan endometrium. Sebenarnya, menopause terjadi pada akhir siklus menstruasi yang terakhir (Susmini, 2019).

Sebelum terjadi fase menopause didahului dengan fase pre menopause dimana pada fase pre menopause ini terjadi peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya pembuahan (*an ovulator*). Sebagian besar wanita mulai mengalami gejala pre menopause pada usia 40-46 tahun dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun yaitu terjadi pada masa menopause, dimana pada masa menopause ini wanita sudah tidak mengalami haid lagi (Mathar, 2010).

Menopause terjadi pada usia 51,3 tahun pada wanita di Amerika Serikat, namun bisa terjadi secara normal pada wanita yang berusia 40 tahun, tetapi rentangnya pada usia 40-55 tahun. Ketika mendekati masa menopause, lama dan banyaknya darah yang keluar pada siklus menstruasi cenderung bervariasi dan tidak seperti biasanya. Pada beberapa wanita, aktivitas menstruasi berhenti secara tiba-tiba. Siklus tersebut biasanya terjadi secara bertahap, baik dalam jumlah maupun lamanya. Dan jarak antara dua siklus menjadi lebih dekat atau lebih

jarang. Ketidakteraturan ini bisa berlangsung selama 2-3 tahun sebelum akhirnya siklus berhenti (Utami, 2016).

Sindroma menopause dialami oleh banyak wanita hampir di seluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia dari beberapa data tampak bahwa salah satu faktor dari perbedaan jumlah tersebut adalah karena pola makannya. Pola makan wanita Eropa dan Amerika dapat lebih meningkatkan kadar Estrogen di dalam tubuh dibandingkan dengan wanita Asia, sehingga ketika masa menopause tiba jumlah Estrogen drastis menurun menyebabkan tingginya sindrome menopause (Rusmairina, 2014).

Informasi yang dibutuhkan adalah pengetahuan yang memadai mengenai berbagai masalah menopause dan solusinya. Wanita yang mengetahui tentang menopause serta dapat berpikir secara wajar tentang menopause, dapat menerima hal-hal yang berhubungan dengan menopause secara wajar. Wanita tersebut tentu dapat menerima kenyataan bahwa dengan bertambahnya umur, setiap wanita akan mengalami berbagai peristiwa dalam hidupnya, seperti menstruasi, mengandung, melahirkan dan menopause. Apabila dirinya mengalami gangguan-gangguan atau perubahan-perubahan baik fisik, psikologis atau perubahan baik fisik, psikologis atau perubahan perilaku seksual yang biasa terjadi pada masa menjelang menopause, individu tersebut akan berusaha menetralsir gangguan yang timbul dengan hal-hal yang produktif (Rusmairina, 2014).

Berdasarkan hasil survey awal yang peneliti lakukan di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen, jumlah keseluruhan ibu premenopause yaitu 45 orang umur 40-50 tahun dan kebanyakan dari responden adalah ibu rumah tangga dengan berpendidikan SMA. Dari 10 ibu yang diwawancarai 7 dari ibu merasa khawatir akan perubahan kondisi tubuh ibu sekarang yang ditandai dengan susah tidur dimalam hari, mudah lelah, berkeringat di malam hari, mengalami gangguan pada persendian, cemas yang berlebihan serta menstruasi yang sudah tidak teratur lagi. Sedangkan 3 dari 10 orang yang diwawancarai ibu mengatakan tidak begitu menghiraukan akan kondisi badannya yang sekarang karena memang sudah waktunya mengalami keluhan-keluhan tersebut akibat usia yang semakin tua.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan karakteristik dengan kesiapan menghadapi menopause di desa Meunasah Capa kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen.”

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan karakteristik dengan kesiapan menghadapi menopause di desa Meunasah Capa kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2020.

Penelitian ini diharapkan Sebagai bahan informasi dan masukan kepada responden agar lebih memahami lagi masalah kesiapan menghadapi menopause pada ibu pramenopause.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian *analitik* dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi seseorang untuk melihat bagaimana hubungan karakteristik dengan kesiapan menghadapi menopause.

Penelitian ini telah dilakukan di Penelitian ini telah dilakukan di Desa Meunasa Capa Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan 2021.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu premenopause usia 40 – 50 tahun di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen yang berjumlah 45 ibu pramenopause.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Metode pengolahan data *collecting, checking, coding, entering dan processing*. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji *chi-square*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan karakteristik dengan kesiapan menghadapi menopause.

Tabel 1. Tabulasi Silang Hubungan Karakteristik Dengan Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause Di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2021.

Analisis Bivariat	Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause				Σ	%	P Value	α
	Siap		Tidak Siap					
	f	%	f	%				
Pendidikan								
Dasar	7	15,6%	18	40,0%	25	55,6%	0,002	0,05
Menengah	8	17,8%	3	6,7%	11	24,4%		
Tinggi	8	17,8%	1	2,2%	9	20,0%		
Pekerjaan								
Bekerja	13	28,9%	5	11,1%	18	40,0%	0,045	0,05
Tidak	10	22,2%	17	37,8%	27	60,0%		

Bekerja								
Pengetahuan								
Baik	10	22,2%	2	4,4%	12	26,7%	0,022	0,05
Cukup	8	17,8%	9	20,0%	17	37,8%		
Kurang	5	11,1%	11	24,4%	16	35,6%		

Analisis Bivariat : Tabel 1 dapat dilihat tabulasi silang bahwa dari 45 responden kesiapan ibu menghadapi menopause dengan kategori siap banyak dilihat pada pendidikan dengan kategori menengah dan tinggi yaitu sebanyak 8 ibu premenopause (17,8%). Kesiapan ibu menghadapi menopause dengan kategori tidak siap banyak dilihat pada pendidikan dengan kategori rendah yaitu sebanyak 18 ibu premenopause (40,0%).

Dari hasil uji statistik *Chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) hasil perhitungan menunjukkan nilai *p value* ($0,002 < \alpha (0,05)$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian ada hubungan antara pendidikan ibu pre menopause dengan kesiapan menghadapi menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang Tahun 2020.

Tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 45 responden kesiapan ibu menghadapi menopause dengan kategori siap banyak dilihat pada pekerjaan dengan kategori bekerja yaitu sebanyak 13 ibu premenopause (28,9%). Kesiapan ibu menghadapi menopause dengan kategori tidak siap banyak dilihat pada pekerjaan dengan kategori tidak bekerja yaitu sebanyak 17 ibu premenopause (37,8%).

Dari hasil uji statistik *Chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) hasil perhitungan menunjukkan nilai *p value* ($0,045 < \alpha (0,05)$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian ada hubungan antara pekerjaan ibu premenopause dengan kesiapan menghadapi menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang Tahun 2020.

Tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 45 responden kesiapan ibu menghadapi menopause dengan kategori siap banyak dilihat pada ibu pre menopause yang pengetahuannya berada pada kategori baik yaitu sebanyak 10 ibu premenopause (22,2%). Sedangkan kesiapan ibu menghadapi menopause dengan kategori tidak siap banyak dilihat pada ibu premenopause yang pengetahuannya berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 11 ibu pre menopause (24,4%).

Dari hasil uji statistik *Chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) hasil perhitungan menunjukkan nilai *p value* ($0,022 < \alpha (0,05)$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian ada hubungan antara pengetahuan ibu premenopause dengan kesiapan ibu menghadapi menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang Tahun 2020.

PEMBAHASAN

Hubungan Pendidikan Ibu Premenopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause : Hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pendidikan ibu premenopause dengan kesiapan menghadapi menopause dapat dilihat bahwa kesiapan ibu menghadapi menopause dengan kategori tidak siap banyak dijumpai pada ibu pre menopause yang memiliki pendidikan dengan kategori dasar yaitu sebanyak 18 ibu premenopause (40,0%). Setelah dilakukan pengujian secara uji statistik *chi-square* didapatkan nilai *p value* $(0,002) < \alpha (0,05)$. Sehingga ada hubungan pendidikan ibu premenopause dengan kesiapan menghadapi menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang tahun 2020.

Tingkat pendidikan merupakan salah satu dari faktor sosial ekonomi yang dapat berpengaruh terhadap kejadian menopause, namun tidak mempengaruhi secara langsung, melainkan melalui pola dan kualitas dari pola makan, paritas dan IMT. Walaupun demikian, pengaruh secara pasti dari tingkat pendidikan masih belum jelas (Anindita, 2015).

Dalam mengenal kejadian masa klimakterium itu tentunya wanita memerlukan pengetahuan yang luas mengenai hal itu, ini secara tidak langsung juga melibatkan kondisi pendidikan yang menjadi salah satu pengaruh juga dalam mengukur tingkat pengetahuan wanita mengenai masa menopause yang akan dihadapinya. Melalui pengetahuan yang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan merupakan salah satu peran dalam mempengaruhi keputusan seseorang untuk berperilaku sehat nantinya (Profil Kesehatan Indonesia, 2009).

Mutalazimah (2010) dalam penelitiannya menyatakan bahwa tingkat pendidikan mempunyai hubungan yang *eksponensial* dengan tingkat kesehatan. Semakin tinggi tingkat pendidikan semakin mudah menerima konsep hidup sehat secara mandiri, kreatif dan berkesinambungan. Selanjutnya dikatakan bahwa latar belakang pendidikan seseorang berhubungan dengan tingkat pengetahuan seseorang.

Pendidikan formal tinggi cenderung akan mempunyai pengetahuan yang lebih tinggi dibandingkan orang yang berpengetahuan rendah, oleh karena itu mereka yang berpengetahuan tinggi akan lebih mampu dan mudah memahami arti dan pentingnya kesehatan. Sebagian besar wanita klimakterium tidak mengetahui bahwa perubahan tersebut suatu proses yang alami menjelang menopause. Hal ini dipengaruhi beberapa faktor di antaranya umur, pekerjaan, dan pendidikan. Mereka juga khawatir dan bingung mengenai gejala-gejala tersebut sehingga aktif mencari pertolongan untuk mengidentifikasikannya, oleh karena itu ada baiknya jika seseorang wanita sudah mempersiapkan diri menghadapi masa klimakterium dengan pengetahuan yang memadai (Hermawati, 2010).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian telah dilakukan oleh Ratnawati dengan judul Hubungan Karakteristik Wanita Premenopause dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause di Banda Aceh. Berdasarkan uji statistik didapatkan $p\text{-value } 0,021 \leq 0,05$ sehingga hipotesa null (H_0) ditolak yang berarti ada hubungan bermakna antara pendidikan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Kecamatan Kuta Alam tahun 2010.

Menurut asumsi peneliti, sebagian ibu ada yang belum mengerti dan tidak mengetahui kalau mereka berada pada masa premenopause. Mereka menganggap bahwa gejala yang terjadi dikarenakan usia yang semakin bertambah bukan karena perubahan alami yang terjadi di saat masa premenopause akan tiba. Mereka mungkin kurang mendapat informasi mengenai perubahan selama masa premenopause dan menopause tersebut.

Hubungan Pekerjaan Ibu Premenopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause : Hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pekerjaan ibu premenopause dengan kesiapan menghadapi menopause dapat dilihat bahwa kesiapan ibu menghadapi menopause dengan kategori tidak siap banyak dijumpai pada ibu pre menopause yang tidak bekerja yaitu sebanyak 17 ibu premenopause (37,8%). Setelah dilakukan pengujian secara uji statistik χ^2 didapatkan nilai $p\text{-value } (0,045) < \alpha (0,05)$. Sehingga ada hubungan pekerjaan ibu pre menopause dengan kesiapan menghadapi menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang tahun 2020.

Wanita karier adalah wanita yang memperoleh atau mengalami perkembangan dan kemajuan dalam pekerjaan, jabatan, dan lain-lain. Tak dapat disangkal lagi, kehadiran kaum wanita dalam dunia kerja besar manfaatnya dan perlu. Sebagai partner kaum pria, tidak hanya di rumah tapi juga dalam bekerja dengan menyalurkan potensi dan bakat-bakat mereka (Hermawati, 2010).

Kecemasan menghadapi menopause adalah kecemasan yang dirasakan wanita ketika masa menopausenya akan tiba. Wanita bekerja tidak mudah mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause, karena wanita bekerja lebih mempunyai kesibukkan yang dapat mengalihkan keluhan-keluhan yang dirasakan menjelang menopause, sehingga kecemasannya lebih rendah dari pada wanita tidak bekerja (Hermawati, 2010).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Wardiati dengan judul perbedaan tingkat kecemasan wanita bekerja dan tidak bekerja yang menghadapi menopause di desa Grambabangan kecamatan Tulangan Kabupaten Sidoarjo. Menunjukkan bahwa wanita tidak bekerja lebih banyak mengalami gejala-gejala adanya kecemasan dalam

menghadapi menopause, pada wanita tidak bekerja mengalami kecemasan ringan (36,20%) dan pada wanita bekerja tidak mengalami kecemasan (37,3%).

Menurut asumsi peneliti, sebagian besar wanita yang bekerja akan lebih siap dan mampu menjalani masa menopause dengan baik dibandingkan dengan wanita yang tidak bekerja atau hanya sebagai ibu rumah tangga, dikarenakan pada wanita yang bekerja sudah terbiasa dengan aktivitas fisik dan masalah-masalah yang sering dihadapi dalam pekerjaan, sehingga ketakutan terhadap menopause lebih berkurang dan dianggap bukan masalah yang sulit untuk dihadapi.

Hubungan Pengetahuan Ibu Premenopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause : Hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pengetahuan ibu premenopause dengan kesiapan menghadapi menopause dapat dilihat bahwa kesiapan ibu menghadapi menopause dengan kategori tidak siap banyak dijumpai pada ibu premenopause yang memiliki pengetahuan dengan kategori kurang yaitu sebanyak 11 ibu premenopause (24,4%). Setelah dilakukan pengujian secara uji statistik *chi-square* didapatkan nilai *p value* (0,022) < α (0,05). Sehingga ada hubungan pengetahuan ibu premenopause dengan kesiapan menghadapi menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang tahun 2020

Wanita dalam menghadapi menopause berbeda-beda karena hal ini berkaitan dengan beberapa faktor antara lain tingkat pengetahuan. Kebanyakan wanita di Indonesia tidak mengetahui tentang menopause, terutama yang berada di pedesaan. Ketidaktahuan itu didasari pandangan yang menganggap menopause itu gejala alami. Wanita yang memasuki masa menopause, tidak jarang merasa dirinya sudah tidak sempurna lagi sebagai seorang wanita. Kondisi ini sering menimbulkan tekanan psikologis. Jika tekanan ini tidak dapat diatasi akan berkembang menjadi stres yang berdampak buruk pada kehidupan sosial seorang wanita. Selain itu, stres atau keadaan tegang akan merangsang otak yang dapat mengganggu keseimbangan hormon yang akhirnya berdampak pada kesehatan tubuh (Susmini, 2019)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Purwanti dengan judul Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Premenopause Tentang Perubahan Fisik Dan Psikologi Dengan Persiapan Menopause di Rt. 15 Kelurahan Dadi Mulya Samarinda. Diketahui bahwa responden yang melakukan persiapan menopause dengan kategori siap, 18 orang (81,8%) memiliki tingkat pengetahuan tinggi. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan metode *chi square* maka diperoleh nilai dari *P value* = 0,001, sedangkan nilai α =(0,05) maka H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat

pengetahuan ibu premenopause tentang perubahan fisik dan psikologi dengan persiapan menopause.

Asumsi peneliti, pengetahuan ibu premenopause dapat mempengaruhi persiapan saat menopause. Ibu yang memiliki pengetahuan yang rendah dapat disebabkan ketidaktahuan dan kurangnya informasi yang diberikan baik secara langsung oleh petugas kesehatan maupun tidak langsung. Dapat pula dipengaruhi oleh faktor umur, pekerjaan ibu serta pendidikan ibu yang dapat mempengaruhi persiapan ibu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian Hubungan Karakteristik dengan Kesiapan Menghadapi Menopause di Desa Meunasah Capa kecamatan Kota Juang tahun 2020, maka dapat disimpulkan sebagai berikut : Ada hubungan antara pendidikan dengan kesiapan menghadapi menopause dengan nilai $p \text{ value } (0,002) < \alpha (0,05)$, ada hubungan antara pekerjaan dengan kesiapan menghadapi menopause dengan nilai $p \text{ value } (0,045) < \alpha (0,05)$, ada hubungan antara pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause dengan nilai $p \text{ value } (0,022) < \alpha (0,05)$.

SARAN

Diharapkan kepada masyarakat di Wilayah Setempat untuk dapat lebih aktif dalam mengikuti pelayanan pendidikan dan penyuluhan tentang kesiapan menghadapi menopause sehingga dapat terhindar dari rasa cemas akan menurunnya fungsi organ reproduksi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anindita, S. (2015). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Usia Menopause Pada Wanita di Rw 01 Kelurahan Utan Kayu Utara, Jakarta Timur, Provinsi DKI Jakarta*. Skripsi Arikonto, (2006). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*. Penerbit. Jakarta : Rineka Cipta.
- Baziad A. (2003). *Menopause dan Andromenopause*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Daniatul, M. (2016). *Hubungan Religiusitas Dengan Kecemasan Pada Wanita Premenopause*. Skripsi.
- Hermawati, D. (2010). *Hubungan Karakteristik Wanita Premenopause Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Banda Aceh*. Idea Nursing Journal Vol. II No. 2.
- Iman, M. (2016). *Panduan Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan*. Bandung : Citapustaka Media Perintis.

- _____. (2016). *Pemanfaatan SPSS Dalam Penelitian Bidang Kesehatan*. Bandung : Citapustaka Media Perintis.
- Intan, U. (2017). *Hubungan Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Tingkat Kesiapan Menjelang Menopause Pada Ibu Premenopause*. Proposal Skripsi
- Ismiyati, A. (2010). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause Di Perumahan Sewon Asri Yogyakarta*. Karya Tulis Ilmiah
- Jannah, R. (2018). *Hubungan Perubahan Fisik Dengan Kecemasan Pada Perempuan Premenopause Didusun Candimulyo Kec Jombang*. Skripsi.
- Kasdu, D., 2002. *Kiat Sehat dan Bahagia di Umur Menopause*. Puspa Swara. Jakarta.
- Mathar, I. (2019). *Menopause Kesehatan Reproduksi Wanita Lanjut Usia*. Penerbit. Ponorogo : IKAPI.
- Notoatmojo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Penerbit. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nurvita, I. (2009). *Hubungan Kesiapan Menghadapi Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Premenopause Di Dusun Sorolaten Sidokarto Godean Sleman*. Naskah Publikasi.
- Prawirohardjo. 2005. *Bunga Rampai Obstetri dan Ginekologi Sosial*. Yayasan Bina Pustaka. Jakarta.
- Pumbudi. (2017). *Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Premenopause Di Desa Pingit Kecamatan Rakit Kabupaten Banjarnegara*.
- Putri, A. (2015). *Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Penyesuaian Diri Pada Perempuan Usia Premenopause Di Denpasar Selatan*. Jurnal Psikologi Udayana , Vol. 2, No. 1.
- Rusmeirina, C. (2014). *Pengaruh Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause Pada Wanita Di Kelurahan Sumber Surakarta*. Talenta Psikologi Vol. III, No. 2.
- Sasrawita. (2017). *Hubungan Pengetahuan, Sikap Tentang Menopause Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Di Puskesmas Pekanbaru*. Journal Endurance Vol 2 no 2.
- Susmiarti, V. (2009). *Tingkat Kecemasan Wanita Pre Menopause Tentang Masa Menopause Di Desa Pangenrejo Kecamatan Purworejo Kabupaten Purworejo Jawa Tengah*. Karya tulis ilmiah.
- Susmini. (2019). *Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Menopause Dengan Tingkat Stress*. Nursing News Volume 4, Nomor 1.
- Utami, A. (2016). *Gambaran Pengetahuan Ibu Pre Menopause Usia 40-45 Tahun Tentang Menopause Berdasarkan Karakteristik Di Desa Gunung Leutik Kecamatan Ciparay Kabupaten Bandung*. Karya tulis ilmiah.
- Wardiati. (2019). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Wanita Usia 40-50 Tahun Dalam Menghadapi Menopause Di Kecamatan Langsa Timur Kota Langsa*. JUKEMA Vol. 6, No. 1.