ORIGINAL ARTICLE

# Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Wanita Premenopause Di Kelurahan Tarok Dipo Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang

Miftahul Hasanah 1| Kriscillia Molly Morita 2| Dewi Kurniawati 3,4

1, 2, 3 Fakultas Ilmu Kesehatan, Unniversitas Mohammad Natsir Bukittinggi

4 Corresponding Author: [dewee.kurniawati@gmail.com](mailto:dewee.kurniawati@gmail.com)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ARTICLE INFORMATION |  | ABSTRACT |
| ***Article history***  *Received 6 Januari 2025*  *Revised 16 Januari 2025*  Accepted 20 Januari 2025 |  | Wanita premenopause adalah salah satu titik dalam rangkaian tahapan kehidupan wanita dan menandai akan berakhirnya menstruasi pada wanita, sangat penting mengetahui perubahan yang terjadi didalam diri seorang wanita premenopause seperti perubahan fisik, psikologis, dan seksual. Pengetahuan merupakan salah satu komponen faktor predisposisi yang penting, pengetahuan yang baik akan mempengaruhi sikap ibu terhadap perilaku hidup sehat dalam mengatasi masalah mengenai ketidakmengertian dalam menghadapi menopause. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana gambaran pengetahuan dan sikap wanita premenopause di wilayah kerja puskesmas guguk panjang tahun 2024. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli – Agustus 2024 di kelurahan tarok dipo wilayah kerja puskesmas guguk panjang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penilitian deskriptif analitik. Desain penelitian menggunakan metode cross sectional dan pengambilan sampel menggunakan teknik Purposive Sampling sebanyak 320 responden. Hasil penelitian menunjukan bahwa pengetahuan responden dengan kategori baik yaitu sebanyak 201 responden (62,8%), berpengetahuan baik berusia 54 tahun sebanyak 66 responden (68,0%), berpengetahuan baik berpendidikan sedang sebanyak 108 responden (58,1%), berpengetahuan baik dengan tidak bekerja sebanyak 110 responden (64,7%). Sedangkan sikap responden dengan kategori positif sebanyak 270 responden (84,4%), sikap positif dengan usia 54 tahun sebanyak 89 responden (91,8%), berpendidikan sedang sebanyak 158 responden (84,9%), tidak bekerja sebanyak 141 responen (82,9%). Kesimpulan gambaran pengetahuan wanita premenopause paling banyak berada pada kategori pengetahuan baik dan memiliki sikap positif. Saran agar wanita premenopause tetap mempertahankan pengetahuan yang baik dan sikap yang positif dalam menghadapi menopause. |
| ***Keywords*** Premenopause, Pengetahuan, sikap. |  |
|  | | |

1. Pendahuluan

Menopause adalah satu titik dalam rangkaian tahapan kehidupan wanita dan menandai berakhirnya tahun-tahun reproduksi mereka. Setelah menopause, seorang wanita tidak dapat hamil. Kebanyakan wanita mengalami menopause antara usia 45-55 tahun, transisi menopause dapat berlangsung secara bertahap, biasanya dimulai dengan perubahan dalam siklus menstruasi *(Premenopause)* mengacu pada periode saat tanda-tanda ini pertama kali terlihat dan berakhir satu tahun setelah periode menstruasi berakhir (WHO,2022).

Masa premenopause adalah masa alamiah transisi menuju proses penuaan pada wanita. Menopause diawali saat sel telur habis dan ovarium mulai berhenti memproduksi esterogen yang menyebabkan haid terhenti Lutfiah & Sugiharto, 2021). Hal ini dapat diartikan sebagai berhentinya kesuburan, yang umumnya terjadi pada umur 45-55 tahun. Menurunnya kadar esterogen serta progesteron pada masa menopause mengakibatkan beberapa perubahan, baik itu perubhan fisik maupun psikologis (Oktavia & Fransiska, 2020).

Premenopause merupakan masa sebelum menopause yang ditandai dengan timbulnya keluhan-keluhan serta periode perdarahan menstruasi yang tidak teratur, masa ini dimulai sekitar usia 40 tahun. Tahap kedua adalah perimenopause adalah masa peralihan antara premenopause dan pascamenopause yang terjadi pada usia sekitar 50 tahun dan tahap ketiga pascamenopause adalah masa yang berlangsung 3-5 tahun setelah menopause (Herawati, 2017).

Premenopause mengacu pada periode dari saat tanda-tanda ini pertama kali diamati dan berakhir dapat mempengaruhi kesejahteraan fisik, emosional, mental dan sosial. Berbagai intervensi non-hormonal dan hormonal dapat membantu meringankan gejala premenopause (WHO,2022).

Jumlah dan proporsi penduduk usia 60 tahun ke atas semakin meningkat. Tahun 2019, jumlah penduduk berusia 60 tahun ke atas mencapai 1 miliar. Diperkirakan jumlah tersebut akan meningkat pada tahun 2030 sebanyak 1,4 miliar dan pada tahun 2050 sebanyak 2,1 miliar. Menurut WHO tahun 2021 Peningkatan ini akan terjadi terutama pada negara berkembang pada beberapa decade mendatang dengan kecepatan yang berbeda dari sebelumnya (Syahriawati & Idealistina, 2024).

Berdasarkan data yang didapat dari Profil Kesehatan Indonesia tahun 2017 didapat bahwa jumlah penduduk usia 40-49 sebanyak 17.028.035, penduduk usia 50-54 tahun berjumlah 14.601.469, pendudk usia 55-59 tahun berjumlah 11.903.287, penduduk usia 60-64 tahun berjumlah 8.870.493, penduduk usia 65-69 tahun berjumlah 6.035.413, dan usia >70 tahun sebanyak 8.752.308 (Kemenkes RI, 2017).

Berdasarkan data Dinkes RI, tahun 2014 diperkirakan bahwa pada tahun 2025 mendatang akan ada populasi 60 juta wanita yang mengalami menopause, di Indonesia. Dan pada tahun 2016 di Indonesia, wanita pada masa menopause ini 7,4% dari jumlah wanita yang ada dan baru mencapai 14 juta jiwa. Usia Harapan Hidup (UHH) wanita akan mengalami peningkatan dari usia 40 tahun pada tahun 1930 menjadi usia 67 tahun pada tahun 1998. Sedangkan diperkirakan bahwa usia rata – rata yang menopause berada pada usia 48 tahun. Dengan adanya peningkatan pada Usia Harapan Hidup (UHH) dapat menyebabkan populasi wanita yang mengalami masa menopause akan semakin banyak (Muafira, 2018).

Pelayanan kesehatan dilakukan dengan Pelayanan pengembangan program kesehatan usia lanjut di Puskesmas melalui Posyandu Lansia dengan kejadian rutin setiap bulan diantaranya senam lansia, pengajian dan pemeriksaan kesehatan. Jumlah Usia Lanjut di Kota Bukittinggi yang mendapatkan pelayanan kesehatan pada tahun 2015 sebesar 63,77% mengalami peningkatan dibanding tahun 2014 (45,71%) (Dinkes Bukittinggi, 2017).

Pengetahuan tentang menopause pada wanita premenopause atau wanita yang akan mengalami masa menopause sangat penting diantaranya mengenai menopause itu seperti apa, tanda dan gejala menopause, serta penatalaksanaan terhadap keluahan yang terjadi pada menopause. Dengan adanya pengetahuan tersebut wanita premenopause akan lebih siap secara psikologis untuk memasuki masa menopause dan bisa melakukan penanganan terhadap keluahan yang akan terjadi (Sari, 2014).

Wanita yang sudah paham tentang menopause mereka dapat menerima hal yang berhubungan dengan menopause secara wajar, mereka akan melakukan hidup sehat dengan tidak mencemaskan datangnya menopause karena menopause adalah hal alami yang akan dirasakan oleh wanita. Berbeda dengan wanita yang belum mengerti tentang menopause dan belum tahu informasi tentang menopause, mereka akan menganggap menopause sebagai hal yang harus ditutupi atau dihindari (Magdalena et al., 2020).

Perubahan fisik pada perempuan premenopause diantaranya kulit menipis, keriput timbul pigmentasi pada kulit, kuku rapuh dan berwarna kuning, mulut kering serta lidah seperti terbakar, mata kering, rambut menipis, vagina kering, tulang menjadi keropos dan mudah patah. Perubahan psikologis pada perempuan premenopause diantaranya merasa tua, tidak menarik lagi, rasa tertekan karena takut menjadi tua, lebih sensitif dan emosional (marah, cemas, depresi) takut tidak dapat melayani suami dengan baik. Perempuan premenopause secara emosional lebih labil, gugup atau gelisah, terjadi perubahan mood, iritabilitas, ansietas dan depresi. Lebih kurang 70% perempuan premenopause mengalami keluhan vasomotorik, depresi, dan keluhan psikis dan somatik lainnya dan 90% perempuan premenopause mengeluh mudah tersinggung, berasa takut, gelisah, dan mudah marah (Yazia & Hamdayani, 2020). Gejala premenopause syndrome 64% mengalami penurunan libido, 82,2% haid tidak teratur, 69 % mengalami depresi dan gangguan psikis, dan 17% sebagaian tidak mengalami keluhan sama sekali karena haid yang tidak muncul lagi (R.A. Helda Puspitasari, 2020).

Berdasarkan data Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menunjukan bahwa proporsi wanita 30-34 tahun di Indonesia yang mengalami menopause sebanyak 9,7%, umur 35-39 tahun sebanyak 11,0%, umur 40-41 tahun sebanyak 12,7%, umur 42-43 tahun sebanyak 14,2%, umur 44-45 tahun sebanyak 17,1%, umur 46-47 tahun sebanyak 26,7%, umur 48-49 tahun sebanyak 43,1% atau jumlah total sekitar 16,1% meningkat sekitar 2% . Sebagai data pembanding dari jumlah penduduk Indonesia hasil SP2020 menunjukan pada usia 40-55 tahun sebanyak 21, 88% dengan penduduk usia produktif (15-64) Tahun sebesar 70,72% dari 270,20 juta jiwa (Sensus Penduduk, 2020).

Masalah kurang pengetahuan perempuan tentang menopause dapat disebabkan karena informasi yang kurang, akan menimbulkan sesuatu yang kurang baik untuk psikisnya. Rencana akan dapat dilakukan adalah mengatasi masalah pengetahuan agar keluarga memahami atau mengetahui cara mengatasi menopause. Pengetahuan merupakan salah satu komponen faktor predisposisi yang penting (Cipto et.al, 2020). Pengetahuan yang baik akan mempengaruhi sikap ibu terhadap perilaku hidup sehat dalam mengatasi masalah mengenai ketidakmengertian dalam menghadapi menopause (Cipto et.al,2020).

Sikap perempuan dalam menghadapi menopause merupakan pandangan atau perasaan yang disertai kecenderungan untuk bertindak, sehingga dapat menghasilkan sikap positif karena akan bisa menerima apa yang akan terjadi pada masa menopause yang akan dialaminya. Oleh karena itu, perempuan lebih siap secara fisik, psikologis dan spiritual karena kehidupan yang dijalani pada masa sebelumnya memiliki pengaruh kuat pada masa yang akan datang (rahayu, 2019).

Menurut pendekatan kognitif dalam ilmu psikologi, pada dasarnya gangguan emosi yang dialami manusia sangat ditentukan bagaimana individu menilai peristiwa yang dialaminya. Beberapa mitos yang berkembang di masyarakat yang dapat menambah rasa cemas, antara lain wanita yang menopause otomatis akan menjadi tua dan waktunya sudah dekat, kehilangan daya tarik seksual, periode menopause sama dengan periode guncangan jiwa. Wanita premenopause yang mencemaskan menopause kemungkinan besar karena kurang mempunyai informasi yang benar tentang menopause (Wardani, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran pengetahuan ibu tentang menopause di Desa Tanak Beak Kecamatan Narmada Kabupaten Lombok Barat Provinsi NTB terdapat responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 15 responden (75%), yang memiliki tingkat pengetuan baik sebanyak 4 responden (20%), sedangkan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 1 responden (5%), (Kusumawardani, D., Al-Ghifari, I., Astiti, I. D., & Kurniatun, 2020).

Pada penelitian yang telah dilakuan tentang gambaran pengetahuan premenopause di Dususn Manyyoi Desa Tamannyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa terdapat 34 orang (68%) memiliki pengetahuan baik, 9 orang (18%) memiliki pengetahuan cukup, dan 7 orang (14%) memiliki pengetahuan kurang (Ningsi et al., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran pengetahuan dan sikap perempuan dalam menghadapi menopause di Kecamatan Taman Sari Tahun 2021 dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki usia 40-45 tahun sebanyak 32 responden (88.9%). Adapun dari 36 responden, sebagian besar berpendidikan diploma 27 responden (75%). Diketahui mayoritas responden memiliki pekerjaan sebagai tenaga kesehatan sebanyak 32 responden (88.9%). Diketahui bahwa dari 88,9% responden memiliki agama islam yaitu sebanyak 32 responden. Suku terbanyak dari hasil yang didapatkan yaitu suku jawa 20 responden (55.6%). Responden yang memiliki pengetahuan baik tentang menopause sebanyak 24 reponden (66.7%) dengan nilai Mean (20,56). Mayoritasnya Responden memiliki sikap positif tentang menopause sebanyak 34 responden (94.4%) dengan nilai Mean (40.40) menurut Haryanto & Anggraini, 2021.

Sedangkan perubahan psikologis meliputi mudah tersinggung, terasa takut, gelisah, lekas marah sebanyak 90%, gangguan tidur 50%, depresi 70% (Glasier, 2016). Menurut hasil penelitian Khanti Wilujeng tahun 2018 tentang perubahan fisik dan psikologis ibu pada masa menopause di Medan Johor data yang diperoleh perubahan fisik dari 107 orang responden memiliki gejala tingkat sedang (56,7%) yang timbul pada ibu dengan keluhan kulit keriput (52,3%) dan bertambah berat badan (50,5%). Sedangkan perubahan psikologis wanita menopause di kelurahan Medan Johor (71,0%), Gangguan yang timbul dengan keluhan cepat marah (35,5%) dan mudah tersinggung (37,4%).

Hasil penelitian Agustiawati & Sulistiyaningsih (2017) di RT 09 RW 04 Kelurahan Krincing Kecamatan Secang Kabupaten Magelang terdapat 55 responden (69,9%) mempunyai pengetahuan yang baik, 13 responden (16,5%) mempunyai pengetahuan yang cukup dan 11 responden (16,5%) mempunyai pengetahuan yang kurang.

Dari survey awal yang peneliti lakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang terdapat 25 orang wanita menopause, maka didapatkan hasil 10 orang wanita premenopause. Dari 10 orang wanita premenopause, 2 orang (20%) sudah memahami tentang menopause, dan 8 orang (80%) belum memahami tentang menopause ditandai dengan ekspresi wajah sedikit bingung dan tidak mampu menjawab apa itu menopause serta tanda dan gejala menopause.

Berdasarkan survey awal diatas terdapat 2 orang wanita sudah memahami tentang menopause dan 8 orang wanita belum memahami tentang menopause. Berdasarkan fenomena dan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Pengetahuan dan Sikap Wanita Premenopause terhadap Kesiapan dalam Menghadapi Masa Menopause Di Kelurahan Tarok Dipo Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Tahun 2024”

1. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif, lokasi penelitian adalah kelurahan tarok dipo wilyah kerja puskesmas guguk panjang, pada bulan juli-agustus 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh wanita premenopause yang berapada di kelurahan tarok dipo, wilayah kerja puskesmas guguk panjang. Sampel penelitian ini adalah sebagian wanita premenopause di kelurahan tarok dipo wilayah kerja puskesmas guguk panjang sebanyak 320 orang. Metode pemilihan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan beberapa kriteria yang telah ditentukan. Pengambilan data dengan memberikan kuesioner kepada wanita premenopause di kelurahan tarok dipo wilayah kerja puskesmas guguk panjang.

1. Hasil dan Pembahasan

3.1 Karakteristik Responden

**Tabel 3.1 Karakteristik Responden**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kategori** | **N** | **%** |
| **Usia** |  |  |
| 50 | 35 | 10.9 |
| 51 | 33 | 10.3 |
| 52 | 92 | 28.7 |
| 53 | 46 | 14.4 |
| 54 | 97 | 30.3 |
| 55 | 17 | 5.3 |
| **Pendidikan** |  |  |
| Tinggi | 78 | 24..4 |
| Sedang | 186 | 58.1 |
| Rendah | 56 | 17.5 |
| **Pekerjaan** |  |  |
| Bekerja | 150 | 46.9 |
| Tidak Bekerja | 170 | 53.1 |
| **Total** | 320 | 100.0 |

Berdasarkan table 5.1 karakteristik responden diatas dapat dijelaskan bahwa dari 320 responden mayoritas berusia 54 tahun yaitu 97 orang (30,3%), Tingkat pendidikan mayoritas dari berpendidikan sedang sebanyak 186 responden (58,1%), Mayoritas pekerjaan adalah Tidak Bekerja yaitu sebanyak 170 orang (53,1%).

3.2 Gambaran Pengetahuan Wanita Premenopause Di Kelurahan Tarok Dipo Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Tahun 2024

Tabel 3.2 Distibusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Wanita Premenopause Di Kelurahan Tarok Dipo Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Pengetahuan | F | % |
| Pengetahuan Baik | 201 | 62.8 |
| Pengetahuan Cukup | 93 | 29.1 |
| Pengetahuan Kurang | 26 | 8.1 |
| Total | 320 | 100.0 |

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti di kelurahan tarok dipo wilayah kerja puskesmas guguk panjang diketahui bahwa dari sebanyak 320 responden, mayoritas atau kebanyakan responden dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 201 responden atau 62,8%, sedangkan yang memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 93 responden atau sebanyak 29,1%, dan yang memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 26 responden atau 8,1%.

Hal ini setara dengan penelitian (Wibowo & Nadhilah, 2020) menjelaskan bahwa dari hasil penelitian dari 91 responden didapatkan bahwa hamper setengah dari jumlah responden yang berpengetahuan baik (45,1%) , cukup 34,1% yang paham akan apa itu menopause, sedangkan sebagian kecil dari jumlah responden yang memiliki penegtahuan kurang (20,9%) belum paham tentang pengertian menopause, tanda dan gejala maupun dari karakteristik usia. Hal tersebut bisa disebabkan karena hamper setengah responden dari 32 orang (35,16%) mempunyai pendidikan SMA/SMK.

Menurut (Alkalah, 2023) mengatakan bahwasannya dari hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa responden memiliki pengetahuan baik tentang menopause sebanyak 24 responden (66,7%). Diketahui mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik, dimana responden sudah mengetahui dan memahami tentang perubahan-perubahan yang terjadi pada masa menopause, baik perubahan umum, perubahan fisik, perubahan psikologis, dan perubahan seksual.

Berdasarkan kuesioner pengetahuan, dapat membahas tentang pengertian, gejala premenopause, perubahan yang terjadi, komplikasi danccara mengatasi premenopause. Hal yang terkait dalam pengertian yaitu Bagaimana seorang wanita premenopause mengetahui apa itu premenopause, dimana hal tersebut dapat menghasilan pengetahuan yang baik. Dalam hal ini didapatkan bahwasannya sebanyak 320 responden memilih jawaban benar yaitu 302 responden (94,4%) , di dapatkan dalam dalam pernyataan menopause atau mati haid pada wanita ditandai dengan berhentinya masa haid selama 12 bulan berturut-turut disertai amenorhe atau tidak mengalami menstruasi lagi. Hal ini diketahui bahwasannya saat melakukan penelitian mereka sudah memahami bagaimana dengan premenenopause, sehingga mereka tidak terlihat binggung, cemas, maupun kaget dengan berhentinya masa haid.

Sedangkan pada gejala premenopause merupakan mereka sudah mengetahui bagaimana tanda-tanda dan gejala akan tibanya masa premenopaus, hal tersebut bisa membuat pengetahuan yang baik. Dalam hal tersebut didapatkan bahwasannya dari 320 respnden menjawab benar sebanyak 290 responden (90,6%) dalam pernyataan gejala penurunan kesehatan pada wanita menopause ditandai dengan perubahan fisik yang mempengaruhi kondisi kesehatan dan psikologis seperti mudah tersinggung, cemas, stress, dan depresi. Hal ini diketahui bahwasannya pada saat melakukan penelitian wanita premenopause tersebut sudah mengetahui gejala-gelaja tersebut, sehingga mereka tidah heran terhadap terjadinya gejala tersebut.

Begitu juga pada perubahan yang terjadi yaitu mereka sudah tak heran lagi akan perubahan yang muncul dalam diri mereka, hal tersebut jugalah yang membuat pengetahuan yang baik pada seorang wanita premenopause. Sebagaimana hal tersebut didapatkan bahwa dari 320 responden menjawab benar sebanyak 266 responden (83,1%) dalam pernyataan penurunan kontrol dari kandung kemih atau mudahnya terjadinya kebocoran air seni saat bersin atau batuk akibat lemahnya otot di sekitar kandung kemih setelah menopause. Dalam hal ini mereka mengatakan bahwa memang sering terjadi keluarnya air yang panas di vagina saat batuk maupun bersin, sehingga mereka sudah mengetahui hal tersebut merupakan perubahan yang terjadi saat menopause.

Tidak lain halnya pada komplikasi yaitu hal yang terjadi pada menopause, wanita premenopause sudah mengetahui bagaimana hal yang terjadi saat menopause terjadi, sebagaimana hal ini yang membuat pengetahuan yang baik pada wanita premenopause. Dalam hal ini dari sebanyak 320 responden menjawab benar sebanyak 267 responden (83,4%) pada pernyataan saat menopaus terjadi maka akan menyebabkann resiko penyakit lainnya pada ibu menopause. Dengan hal tersebut, responden mengatakan bahwa mereka mengetahui hal yang terjadi saat menopause berlangsung.

Sedangkan pada cara mengatasinya, responden mengetahui akan hal yang bisa membuat dirinya jauh dari hal-hal yang tidak diinginkan saat menopause, sehingga membuat pengetahuan yang baik pada wanita premenopause. Dalam hal ini dari 320 responden yang menjawab benarsebanyak 307 responden (95,9%) pada pernyataan kesehatan fisik wanita menopause adalah keadaan yang identik dengan kondisi badan baik, bugar dan bebas dari sakit tanpa ada keluhan dalam menjalankan aktifitas sehari-hari.

Dari hasil penelitian, dapat dilihat bahwa dari 320 responden terdapat 201 responden yang memiliki pengetahuan baik yang dilihat dari pernyataan kuesioner dominan pada pernyataan cara mengatasi premenopause. Dimana responden sudah mengetahui dan memiliki pengetahuan tentang mengatasi menopause, sehingga responden mendapatkan pengetahuan yang baik.

Dari hasil penelitian, dapat dilihat bahwa dari 320 responden diantaranya memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 201 responden. Dari 201 responden didapatkan responden terbanyak berusia 54 tahun (68,0%) responden. Hal ini menunjukkan bahwa wanita yang berusia 54 tahun cendrung lebih mengerti terhadap menopause. Hal tersebut sebagaimana dikemukakan dalam sebuah hasil penelitian yang menyebutkan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan pengetahuan wanita dengan pengetahuan baik biasanya terjadi pada wanita berusia antara 45-55 tahun (Rakkuea et al., 2016).

Sedangkan pengetahuan baik berdasarkan pendidikan, hasil penelitian di dapatkan bahwa dari 320 responden yang memiliki pengetahuan baik terbanyak yaitu sebanyak 201 responden, yang berpendidikan sedang sebanyak 108 responden atau 58,1% responden, pendidikan sedang berasal dari lulusan SMP dan SMA/SMK. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan baik itu memiliki pendidikan sedang, sehingga wanita premenopause mempunyai pendidikan baik dalam menghadapi menopause. Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian (Nababan, 2022) ibu premenopause dengan pendidikan atas sudah lebih siap dalam menghadapi masa menopause dibandingkan dengan ibu premenopause dengan tingkat pendidikan dasar dan menengah. Hal ini dikarenakan oleh kemampuan dan pemahanan tentang arti kesehatan serta pentingnya kesehatan yang lebih baik. Semakin tinggi tingkat pendidikan, maka akan semakin tinggi daya serapnya terhadap informasi sehingga informasi yang didapatkannya dapat dipahami dengan baik. Sebaliknya, semakin rendah tingkat pendidikan, maka pola pikirnya menjadi rendah sehingga daya serapnya terhadap informasi juga menjadi kurang. Walaupun demikian, tidak berarti bahwa ibu premenopause dengan tingkat pendidikan dasar dan menengah tidak siap menghadapi masa menopause.

Selain itu pengetahuan baik juga berdasarkan pekerjaan. Berdasarkan dari hasil penelitian yang didapatkan dari 320 responden, maka 201 responden memiliki pengetahuan baik, berdasarkan pekerjaan wanita premenopause memiliki tidak bekerja sebanyak 64,7% responden. Sehingga wanita premenopause memiliki tingkat pengetahuan baik dengan kategori tidak bekerja, dikarenakan saat penelitian responden mengatakan bahwa mereka dominan tidak bekerja, karena mereka memilih sebagai ibu rumah tangga. Hal inilah yang membuat hasil penelitian berbanding terbalik dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Alkalah, 2023) bahwasannya wanita yang bekerja lebih memiliki pengetahuan baik dibandingkan wanita yang tidak bekerja , pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Sebagaimana dari hasil penelitian didapatkan bahwa pekerjaan juga dipengaruhi oleh pendidikan seperti dalam penelitian ini, responden mayoritas memiliki pendidikan sedang dan tidak bekerja sebesar 70,6% responden.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat pengetahuan jika dikategorikan berdasarkan usia, pendidikan, dan pekerjaan. Wanita premenopause Di Kelurahan Tarok Dipo Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang didapatkan memiliki pengetahuan baik yang mayoritas berada pada usia 54 tahun sebanyak 68,0% responden, pendidikan sedang sebanyak 58,1% responden, dan tidak bekerja sebanyak 64,7% responden. Pengetahuan wanita premenopause, jika semakin baik pengetahuan yang wanita premenopause peroleh, maka wanita akan semakin baik pengetahuan yang wanita premenopause miliki begitu juga sebaliknya, jika kurang pengetahuan wanita premenopause peroleh, maka wanita akan semakin kurang pengetahuannya. Responden lebih cenderung untuk mengisi kegiatan dengan mencari informasi, beribadah, mengumpul dengan keluarga, bahkan ikut serta dalam kegiatan kompleks.

Pengetahuan yang baik yang dimiliki oleh seorang wanita premenopause akan mempengaruhi sikap ataupun perilaku wanita dalam menghadapi perubahan dalam masa menopause, jika pengetahuan itu baik maka sikap yang ditunjukan oleh wanita tersebut juga baik dan sebaliknya apabila pengetahuannya kurang maka sikapnya juga kurang baik dalam menghadapi perubahan pada masa menopause tersebut. Berdasarkan hasil tersebut sangat penting kepada ibu-ibu untuk meningkatkan pengetahuan yang ia miliki tentang sistem resproduksi / menopause, sehingga seiring meningkatnya pengetahuan mereka maka persiapan menghadapi menopause lebih terkontrol.

3.3 Gambaran Sikap Wanita Premenopause Di Kelurahan Tarok Dipo Wilayah Kerja Puskesms Guguk Panjang Tahu 2024

**Tabel 3.3** **Distribusi Frekuensi Tingkat Sikap Wanita Premenopause Di Kelurahan Tarok Dipo Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **SIKAP** | **F** | **%** |
| Sikap Positif | 270 | 84.4 |
| Sikap Negatif | 50 | 15.6 |
| **Total** | 348 | 100.0 |

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat dilihat bahwa dari 348 responden dengan tingkat sikap wanita premenopause mayoritas yaitu sikap positif sebanyak 201 responden atau sebanyak 84,4%, sedangkan kategori sikap negatif sebanyak 50 orang atau sebanyak 15,6%. Sesuai dengan hasil analisis didapati bahwa kategori sikap pada wanita premenopause di kelurahan tarok dipo wilayah kerja puskesmas guguk panjang sebagian besar adalah pada kategori sikap positif.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Kokoh, 2023) didapatkan mayoritas responden perempuan premenopause memiliki sikap positif, hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih mempunyai sikap positif dalam menghadapi premenopause. Sikap positif dari perempuan yang akan menghadapi premenopause mampu mengalihkan perasaan yang tidak menyenangkan ke hal-hal positif dengancara melakukan berbagai aktifitas, dan mereka menganggap bahwa hal-hal yang dialami selama premenopause merupakan hal wajar yang akan dialami oleh setiap perempuan.

Menurut (Magdalena et al., 2020) ibu premenopause yang memiliki sikap positif cenderung lebih siap dalam menghadapi masa menopause yang akan datang. Sikap ibu premenopause dalam menghadapi masa menopause juga menupakan penilaian wanita terhadap kesiapan menghadapi menopause. Sikap positif ini bisa diimbangi oleh informasi atau pengetahuan yang cukup seta kesiapan fisik, mental, dan spiritual yang dilakukan pada masa sebelumnya sehingga ketika masa ini datang keluhan-keluhan ketidaknyamanan maupun yang menyakitkan dapat dikurangi bahkan ditiadakan.

Sikap wanita premenopause berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti mendapatkan bahwa responden lebih banyak memiliki sikap kategori positif. Ada beberapa responden yang memiliki sikap negative. Saat dilakukan penelitian responden mengatakan setuju bahkan sangat setuju bahwa mereka mempunyai sikap yang positif kepada diri sendiri. Sikap positif wanita premenopause bisa dibuktikan dengan seorang wanita premenopause sudah mengerti bagaimana perubahan yang terjadi saat masa menopause, bahkan sudah tidak merasa cemas, bingung, maupun sikap yang mudah tersinggung.

Berdasarkan kuesioner didapatkan membahas tentang pengetahuan tentang menopause, gejala, pencegahan dan akibat. Hal yang terkait dalam pengetahuan yaitu bagaimana seorang wanita dapat mengetahui apa itu menopause, yang didapatkan dari informasi melalui petugas kesehatan, media social dan lain-lain, karena hal inilah yang membuat sikap positif. Dalam hal ini dari 320 responden menjawab setuju sebanyak 151 responden (47,2%) dan sangat setuju sebanyak 135 responden (42,2%) pada pernyataan pendidikan kesehatan tentang masa premenopause kalau diberikan oleh petugas kesehatan menambah wawasan bagi mereka, sehingga akan mengikuti pendidikan kesehatan tersebut.

Sedangkan pada bagian gejala merupakan wanita premenopause sudah mengetahui bagaimana gejala premenopause tersebut, dan setuju terhadap gejala tersebut. Hal ini dikarenakan sudah menguasai informasi tentang menopause tersebut, oleh karena itu didapatkan bahwa responden memiliki sikap yang positif . dalam hal ini dari 320 responden menjawab setuju sebanyak 152 responden (47,5%) dan sangat setuju sebanyak 124 responden (38,8%) pada pernyataan mereka merasa panas pada bagian wajah sampai leher dan muncul kemerah-merahan, hal tersebut memang kejadian yang abnormal.

Begitu juga lainnya pada pencegahan, respon sudah mengetahui bagaimana cara mencegah hal-hal yang bisa membuat terjadinya penyakit. Dengan itu, wanita premenopause tersebut memiliki sikap yang positif. Dalam hal ini dari 320 responden menjawab setuju sebanyak 122 responden (38,1%) dan sangat setuju sebanyak 95 responden (29,7%) pada pernyataan mereka bersedia membiasakan gaya hidup yang rileks dan menghindari tekanan yang dapat membebani pikiran.

Sedangkan pada akibat, responden sudah mengetahui akibat yang akan terjadi jika mereka tidak menjaga kesehatan mereka, hal ini juga membuat terjadinya sikap positif. Dalam hal ini dapat dilihat bahwa dari 320 responden menjawab setuju sebanyak 112 rsponden (35,0) dan sangat setuju sebanyak 108 responden (33,8%) pada pernyataan mereka merasakan nyeri saat berhubungan intim Karena vagina kering, karena ini adalah hal yang wajar pada premenopause.

Dari hasil penelitian, dapat dilihat bahwa dari 320 responden terdapat 270 responden yang memiliki sikap positif yang dilihat dari pernyataan kuesioner dominan pada pernyataan pengetahuan. Dimana responden sudah mengetahui dan memiliki pengetahuan tentang menopause, sehingga responden mendapatkan sikap positif.

Dari hasil penelitian, dapat dilihat bahwa dari 320 responden terdapat 270 responden yang memiliki sikap positif, dari 270 responden tersebut didapatkan responden terbanyak berusia 54 tahun (91,8%) responden. Hal ini menunjukkan bahwa wanita berusia 54 tahun cenderung lebih bisa menanggapi perubahan psikologis yang terjadi. Menurut (Ryan, 2020) umur berpengaruh pada sikap, yaitu apabila usia wanita premenopause lebih cendrung memiliki sifat yang positif, hal ini dikarenakan wanita premenopause yang berusia 40-55 tahun akan lebih mendapatkan informasi terkait menopause, sehingga sudah bisa menaggapi perubahan psikologis yang terjadi.

Berdasarkan pendidikan, sikap yang dimiliki oleh seorang wanita premenopause yaitu sikap positif. Dari hasil penelitian ini terdapat 320 responden, 270 responden diantaranya memiliki sifat positif didapatkan responden terbanyak dari pendidikan sedang sebanyak 84,9% responden, pendidikan sedang berasal dari lulusan SMP dan SMA/SMK. Dalam hal ini sikap yang positif berpatokan pada pendidikan namun hal tersebut biasanya juga dapat dipengaruhi oleh pergaulang responden, pengalaman responden. Menurut (Rakkuea et al., 2016) menyatakan bahwa Pendidikan merupakan hal yang sangat penting dalam mempengaruhi pikiran seseorang. Seorang yang berpendidikan sedang ketika menemui suatu masalah akan berusaha berfikir sebaik mungkin dalam menyelesaikan masalah tersebut. Orang yang berpendidikan baik cenderung akan mampu berfikir tenang terhadap suatu masalah, sehingga tidak akan merasakan cemas dan bingung terhadap perubahan tersebut.

Berdasarkan pekerjaan sikap positif yang dimiliki dari 320 responden, 141 responden diantaranya didapatkan tidak bekerja sebanyak 84,9% responden. wanita premenopause lebih cenderung tidak bekerja, karena responden mengatakan mereka lebih fokus ke mengurus rumah tangga di bandingkan bekerja, hal ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh (Alkalah, 2023) Perempuan yang memiliki aktivitas sehari-hari dapat mempengaruhi kualitas hidup yang dimilikinya, seorang perempuan yang berperan hanya sebagai perempuan rumah tangga pengetahuan yang dimiliki cenderung tidak banyak perubahan, sedangkan seorang perempuan yang mempunyai aktivitas sosial diluar rumah akan mengalami lebih banyak mendapat informasi baik, misalnya dari teman bekerja atau teman dalam aktivitas sosial. Sedangkan di dalam penelitian didapatkan pekerjaan juga dipengaruhi oleh pendidikan seperti wanita tidak bekerja dengan memiliki pendidikan sedang mendapatkan sebanyak 70,6% responden, sehingga hasil penelitian ini wanita premenopause memiliki sikap positif dengan kategori tidak bekerja dan berpendidikan menengah.

Dari hasil penelitian yang didapatkan bahwa tingkat sikap juga dapat dikategorikan berdasarkan usia, pendidikan dan pekerjaan. Wanita premenopause yang memiliki sifat positif yang dipengaruhi oleh mayoritas usia 54 tahun sebanyak 91,8% responden, pendidikan sedang 84,9% responden, dan tidak bekerja sebanyak 82,9% responden. hal tersebut dikarenakan wanita premenopause sudah lebih memahami tentang perubahan psikologisnya. Bahkan responden juga lebih mengisi kegiatannya dengan melakukan beribadah untuk mengatasi agar tidak terjadinya sifat negatif.

1. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata responden sebagian besar berpendidikan sedang dengan persentase sebanyak 186 responden atau sebanyak 58,1%. Sedangkan sikap responden tentang menopause sebagian responden dalam kategori sikap positif yaitu sebanyak 270 responden atau sebanyak 84,4% Di Kelurahan Tarok Dipo Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang.

References

Alkalah, C. (2021). *済無No Title No Title No Title*. *19*(5), 1–23.

Kokoh, I. (2023). *Unggul dalam IPTEK Kokoh dalam IMTAQ*. 2.

Kusumawardani, D., Al-Ghifari, I., Astiti, I. D., & Kurniatun, N. (2020). Pengetahuan Ibu Tentang Menopause Di Desa Tanak Beak Kecamatan Narmada Kabupaten Lombok Barat Provinsi Ntb. *Jurnal Keperawatan*, *Vol. 13 No*, 1–6. https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/94

Magdalena, R., Lilis, & Amalia, A. (2020). Tingkat Pengetahuan Wanita Pra Lansia Tentang Menopause Di Rt 023 Rw 001 Kelurahan Sunter Agung. *Akper Husada Karya Jaya*, *6*(2), 1–8. http://ejurnal.husadakaryajaya.ac.id/index.php/JAKHKJ/article/view/144%0Ahttp://ejurnal.husadakaryajaya.ac.id/index.php/JAKHKJ/article/viewFile/144/112

Nababan, P. R. P. (2022). Faktor Yang Memengaruhi Kesiapan Ibu Premenopause Menghadapi Masa Menopause Di Komplek Asrama Khatulistiwa Kota Pontianak Tahun 2021. *MIRACLE Journal*, *2*(1), 74–87. https://doi.org/10.51771/mj.v2i1.174

Ningsi, A., Mukarramah, S., Mukarramah, S., Sukmayanti, S., & Sukmayanti, S. (2021). Gambaran Pengetahuan Premenopause Tentang Perubahan Fisik Dalam Menghadapi Masa Menopause Di Dusun Mannyoi Desa Tamannyeleng Kecamatan Barombong Kab. Gowa. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, *11*(2), 136. https://doi.org/10.32382/jmk.v11i2.1640

Rakkuea, S., Nur, A. W., & NS, E. T. N. (2016). *Gambaran Pengetahuan Wanita Tentang Menopause Di Dukuh Sorobaon Kelurahan Jati Kecamatan Jaten Kabupaten Karangayar*. 2. http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/46564

Ryan, S. (2020). Disusun Oleh : Disusun Oleh : *Pelaksanaan Pekerjaan Galian Diversion Tunnel Dengan Metode Blasting Pada Proyek Pembangunan Bendungan Leuwikeris Paket 3, Kabupaten Ciamis Dan Kabupaten Tasikmalaya Jawa Barat*, *1*(11150331000034), 1–147.

Sari, S. P. (2014). No Titleر. *Pontificia Universidad Catolica Del Peru*, *8*(33), 44.

Syahriawati, L., & Idealistina, L. (2024). Efektifivitas Pemeriksaa Fisik dan Edukasi pada Premenopause dan Lansia dengan Tingkat Kecemasan di Wilayah Puskesmas Cimarga. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *9*(1), 1–8.

Wibowo, D. A., & Nadhilah, S. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kecemasan Pada Wanita Premenopause Di Kelurahan Kertasari Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis. *Jurnal Keperawatan Galuh*, *2*(1). https://doi.org/10.25157/jkg.v2i1.3736