

Tingkat Pengetahuan Wanita Pra Lansia Tentang Menopause Di Desa Pantan Lues Kecamatan Gajah Putih Kabupaten Bener Meriah Tahun 2017Nurchahaya nainggolan^{1*}, Nurlela Petra Saragih², Desy Lustiyani Rajagukguk³Universitas Audi Indonesia¹ Universitas Prima Indonesia² Universitas Sari Mutiara Indonesia³

* corresponding author

Artikel Informasi	Abstract
Received : 16 Mei 2023	<p><i>Menopause is a natural physical transition for every woman as she gets older and is often interpreted as the last menstrual stop in a woman's life, which is a slow process and occurs gradually. Women begin to experience menopausal symptoms in their 40s, the peak occurs at the age of 50 when during menopause women no longer experience menstruation. This study aims to identify the level of knowledge of women when facing menopause. Menopause is the physiological cessation of the menstrual cycle which is related to the elderly level of women. A woman experiencing natural menopause has absolutely no way of knowing whether a particular menstrual period is really her last until a year has passed. Menopause is sometimes referred to as the change of life. This research is descriptive in nature which describes the knowledge of pre-elderly women on menopause in the village of Pantan Lues Kec. White Elephant Kab. Bener Meriah 2017. The sampling technique in this study was based on total sampling with a total of 49 respondents. The results of the study. Knowledge of pre-elderly women about menopause, the majority of elderly people have sufficient knowledge, namely 44 respondents (89%), and a minority with less knowledge, namely as many as 3 respondents (4%) in Pantan Lues Village, Kec. White Elephant Kab. Bener Meriah Year 2017. It is suggested to educational institutions to further improve learning about menopause material so that it can be applied in society later and it is hoped that future researchers can become useful information for future researchers so that they can develop research on knowledge of pre-elderly women on menopause.</i></p>
Revised : 26 Mei 2023	
Available : 31 Mei 2023	
Online	
Keyword	
<i>Menopause, pra lansia</i>	
Korespondensi	
Phone :	
Email : nurcahayanainggolan00@gmail.com	

PENDAHULUAN

Menopause adalah proses di dalam tubuh yang disebut fisiologis siklus menstruasi. Wanita disebut mengalami menopause bila tidak menstruasi lagi dalam rentang waktu 12 bulan (Lestari, 2010).

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba (Notoatmodjo, 2012).

Menopause, berdasarkan definisi adalah periode menstruasi spontan yang terakhir pada seorang wanita dan merupakan diagnosis yang tegakan secara retrospektif setelah amenore selama 12 bulan menopause (Gebbie. A, 2006). Menopause adalah masa berakhirnya siklus menstruasi setelah

12 bulan tanpa periode menstruasi.

Rata-rata menopause natural terjadi pada usia 51,4 tahun untuk negara industri, secara umum terjadi pada usia 40-58 tahun. Menopauses dapat dipengaruhi oleh faktor genetik, merokok, pengangkatan ovarium, dan kemoterapi (Kusmiran, E. 2011). Menopause adalah berhentinya haid secara alamiah yang biasanya terjadi antara usia 45-50 tahun, atau masa berhentinya haid (Lailiyana, dkk. 2010). Pengetahuan wanita pra lansia tentang menopause sangatlah penting, perempuan akan mengalami perubahan fisik yang mempengaruhi kesehatan psikologinya. Pada tahun 2030, jumlah perempuan diseluruh dunia yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang (WHO, 2014).

Pada tahun 2025, jumlah perempuan menopause di Indonesia, diperkirakan akan ada 60 juta. Pada tahun 2016, di Indonesia baru mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4% dari total populasi yang ada. Angka harapan hidup perempuan melonjak dari 40 tahun pada tahun 1930 menjadi 67 tahun pada tahun 1998. Perkiraan

umur rata-rata wanita menopause di Indonesia adalah 48 tahun (Dinkes RI, 2014). Wanita menopause akan mengalami perubahan fisik berupa insomnia, vagina menjadi kering, gangguan pada tulang, linu dan nyeri sendi, kulit keriput dan tipis, ketidaknyamanan pada jantung (Kusmiran, 2012).

Wanita yang sudah paham tentang menopause mereka dapat menerima hal yang berhubungan dengan menopause secara wajar, mereka akan melakukan hidup sehat dengan tidak mencemaskan datangnya menopause karena menopause adalah hal alami yang akan dirasakan oleh wanita. Berbeda dengan wanita yang belum mengerti menopause dan belum tahu informasi tentang menopause, mereka akan menganggap menopause sebagai hal yang harus ditutupi atau dihindari (Hany, 2009)

Wanita mulai mengalami gejala menopause pada usia 40-an, puncak terjadinya pada usia 50 tahun dimana pada masa menopause wanita sudah tidak mengalami haid lagi. Biasanya wanita mengalami menopause kurang dari 5 tahun dan sebagian lebih dari 5 tahun (Atikah, 2010). Terjadinya menopause berhubungan dengan pertama kali wanita mengalami haid (menarche). Menarche adalah menstruasi pertama yang biasa terjadi pada usia 10-16 tahun. Semakin muda orang mengalami menarche, maka semakin lama memasuki

masa menopause. Wanita yang mengalami menarche pada usia lebih dari 16 tahun akan mengalami menopause lebih dini. Tetapi terjadinya menopause pada setiap orang tidak sama dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu dari keturunan, kesehatan umum, pola makan atau gaya hidup seseorang (Nina, 2013).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat deskriptif, menurut Hadi (2001) penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang bertujuan menggambarkan (deskripsi) tentang keadaan secara objektif (Machfoedz. I, 2009). Seperti yang telah disebutkan kemudian data/soal di hitung dengan melakukan teknik kualitatif. Dalam teknik ini digunakan proses berpikir induktif, artinya dalam pengujian hipotesis bertitik tolak dari data yang terkumpul kemudian disimpulkan. Proses berpikir induktif dimulai dari keputusan-keputusan khusus (data yang terkumpul) kemudian diambil keputusan secara umum. (Notoatmodjo,2005).

Dalam hal ini penulis ingin mengetahui bagaimana Tingkat Pengetahuan Wanita Pra Lansia tentang Menopause di Desa Pantan Lues Kecamatan Gajah Putih Kabupaten Bener Meriah. Setelah penulis mengenali variable penelitian berdasarkan masalah diatas, variable yang pertama ialah pengetahuan wanita pra lansia (X).

sedangkan variable yang kedua adalah menopause sebagai variable terikat (Y) (Arikunto:2004). Rancangan penelitian yang digunakan ialah merumuskan masalah, kemudian melakukan survey atau mengunjungi lokasi penelitian, menentukan konsep, pengambilan sampel yang bejenis kelamin perempuan berdasarkan total populasi di Desa Pantan Lues Kecamatan Gajah Putih Kabupaten Bener Meriah, pembuatan kuesioner, pekerjaan lapangan, pengolahan data, analisis data, penulisan hasil dan ringkasan dari penelitian.

Tempat dan waktun penelitian ini dilakukan di desa pantan Lues Kec. Gajah Putih Kab. Bener Meriah. Penelitian ini dilakukan pada Bulan Maret 2017 setelah mendapat surat izin dari Institusi Pendidikan.

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2004). Berdasarkan pendapat tersebut maka yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh wanita pra lansia dari umur 45-59 di Desa Pantan Lues Kecamatan Gajah Putih Kabupaten Bener Meriah berjumlah 51 orang. Tehnik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan berdasarkan total sampling yaitu berdasarkan seluruh total populasi yang ada yang berjumlah 51 orang.

Jenis instrumen penelitian yang digunakan untuk mengetahui pengetahun lansia berbentuk lembaran kuesioner

tentang menopause sebanyak 20 pertanyaan dengan cara memberikan tanda check list.

Metode pengumpulan data penelitian ini adalah melalui pengisian kuesioner oleh responden dengan menggunakan alat pengumpulan data. Setelah data terkumpul, data-data akan diolah sesuai dengan tahapannya. Alat pengumpulan data penelitian adalah kuesioner yang berisi sejumlah pertanyaan yang disusun sesacara struktur. Pelaksanaan pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data primer dan data skunder sebagai data penelitian.

1. Data sekunder meliputi data pendukung seperti gambaran lokasi penelitian dan laporan bulanan di daerah penelitian.

2. Data primer meliputi data yang diperoleh secara langsung dari responden berupa data lansia dan jawaban sesuai dengan pendapat reseponden tersebut.

Pemahaman tentang menopause apakah wanita pra lansia cukup mengerti apa yang dimaksud dengan menopause. Pemahaman diukur dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari 20 soal. Apabila jawaban benar diberi nilai 1 dan apabila apabila jawaban salah diberi nilai 0 dengan skor tertinggi 20 dan skor terendah 0. skala pengukuran nominal dengan kategori, Menurut Machfoedz (2010):

1. Baik, jika responden menjawab dengan benar 80-100% dari pertanyaan yang diberikan (dari 20 pertanyaan 16-20 pertanyaan yang benar).

2. Cukup, jika responden dapat menjawab dengan benar 50-75% dari pertanyaan yang diberikan (dari 20 pertanyaan 10-15 pertanyaan yang benar).

3. Kurang, jika responden menjawab dengan benar <50% dari pertanyaan yang diberikan (dari 20 pertanyaan 9 pertanyaan yang benar).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik yang ditanyakan pada responden yaitu umur, pendidikan, dan pekerjaan responden, selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Wanita Pra Lansia Di Desa
Pantan Lues Kec. Gajah Putih Kab. Bener Meriah Tahun 2017

No.	Karakteristik Responden	Jumlah	Persentase (%)
Umur			
1.	45-50 Tahun	27	54
2.	51-55 Tahun	9	18
3.	56- 59 Keatas	14	28
Total		50	100
Pendidikan			
1.	Tidak Selesai/Tidak Sekolah	5	10
2.	SD	22	44
3.	SMP	13	26
4.	SMA	10	20
Total		50	100
Pekerjaan			
1.	Ibu Rumah Tangga	50	100
Total		50	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 50 responden yang diteliti mayoritas berumur 45-50 tahun yaitu sebanyak 27 orang (54%), minoritas responden berumur 51-55 tahun yaitu sebanyak 9 orang (14,3%). Berdasarkan tingkat pendidikan mayoritas responden dengan tingkat pendidikan SD yaitu sebanyak 22 orang (44%) dan minoritas responden tidak selesai/tidak sekolah yaitu sebanyak 5 orang (10%). Berdasarkan pekerjaan responden mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak 50 orang (100%).

Pengetahuan Lansia Tentang Menopause.

Secara biologis penduduk lanjut usia adalah penduduk yang mengalami proses penuaan secara terus menerus, yang ditandai dengan menurunnya daya tahan fisik yaitu semakin rentannya terhadap serangan penyakit yang dapat

menyebabkan kematian. Hal ini disebabkan terjadinya perubahan dalam struktur dan fungsi sel, jaringan, serta sistem organ. Menurut UU no 4 tahun 1965 lansia adalah seseorang yang tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk keperluan hidupnya sehari - hari dan menerima nafkah dari orang lain, sedangkan menurut UU no.12 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia (lanjut usia) adalah seseorang yang telah mencapai usia diatas 60 tahun (Depsos, 1999 dalam Aindaniyah). Usia lanjut adalah sesuatu yang harus diterima sebagai suatu kenyataan dan fenomena biologis. Kehidupan itu akan diakhiri dengan proses penuaan yang berakhir dengan kematian. Menurut Constantindes (1994) dalam Nugroho (2010) mengatakan bahwa proses menua adalah suatu proses menghilangnya secara perlahanlahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya,

sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaikinya kerusakan yang diderita. Proses menua merupakan proses yang terus - menerus secara alamiah dimulai sejak lahir dan setiap individu tidak sama cepatnya.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh pengetahuan lansia tentang menopause dapat dilihat pada tabel 4.2 dibawah ini

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Menopause Di
Desa Pantan Lues Kec. Gajah Putih Kab. Bener Meriah Tahun 2017

No.	Pengetahun Lansia	Jumlah	Persentase (%)
1.	Baik	4	8
2.	Cukup	43	86
3.	Kurang	3	6
Total		50	100

Dari hasil penelitian diatas diperoleh pengetahuan lansia tentang menopause mayoritas lansia dengan berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 43 responden (86%) dan minoritas berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 3 responden (6%). Selaras dengan pernyataan Notoadmojo (2012), pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengara, penciuman, rasa dan raba. Menurut Kusmiran, E (2011). Menopause adalah masa berakhirnya siklus menstruasi setelah 12 bulan tanpa priode menstruasi. Rata-rata menopause natural terjadi pada usia 51,4 tahun untuk negara industri, secara umum terjadi pada usia 40-58 tahun. Menopauses dapat dipengaruhi oleh faktor genetik, merokok, pengangkatan ovarium, dan kemoterapi.

untuk memperoleh pengetahuan dan sedikitnya informasi- informasi yang disajikan melalui media cetak, media elektronik, dan juga dari tenaga kesehatan khususnya informasi mengenai menopause.

Menurut asumsi peneliti bahwa pengetahuan lansia tentang menopause pada umumnya berpengetahuan cukup dikarenakan ketidaksadaran masyarakat

SIMPULAN

Pengetahuan lansia tentang menopause mayoritas lansia dengan berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 43 responden (86%) dan minoritas berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 3 responden (6%) di Desa Pantan Lues Kec. Gajah Putih Kab. Bener Meriah Tahun 2017. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menggolongkan lanjut usia menjadi 4 yaitu :

1. Usia pertengahan (middle age) kelompok usia 45 – 59 tahun.
2. Lanjut usia (alderly) kelompok usia 60 – 74 tahun
3. Lanjut usia tua (old) kelompok usia 75 – 90 tahun
4. Usia sangat tua (very old) kelompok usia diatas 90 tahun

Lanjut usia merupakan periode di mana seseorang individu telah mencapai kemasakan dalam proses kehidupan, serta telah menunjukkan kemunduran fungsi organ tubuh sejalan dengan waktu, tahapan ini dapat mulai dari usia 55 tahun sampai meninggal

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2004. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Kelima. Jakarta : Rineka Cipta
- Glasier. A, & Gebbie, A. (2006). Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi. Jakarta : Kedokteran EGC.
- Kushariyadi. 2011. Asuhan keperawatan pada klien lanjut usia. Jakarta: Salemba Medika
- Lailiyana, dkk. 2008. Gizi Kesehatan Reproduksi . Jakarta : Kedokteran EGC
- Machfoedz. 2010. Metodologi

Penelitian Kuantitatif & Kualitatif. Yogyakarta :Fitramaya.

- Lestari. D,. 2010. Seluk Beluk Menopause. Yogyakarta: Gerai Ilmu. Mulyani,
- Nina Siti. 2013. Menopause. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Notoatmodjo, S. 2005. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- . 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- . 2012. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Pemda Bener Meriah. 2011. Profil Kabupaten Bener Meriah. Bener Meriah : Pemda BM.
[Http://benermeriahkab.go.id](http://benermeriahkab.go.id)