

Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Suami dengan Kesiapan Wanita dalam Menghadapi Masa Menopause di Desa Sinabang Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue

Nelva Riza

Akademi Kebidanan Nusantara 2000

Email : nelvariza28@yahoo.com

Abstract Based on the result of the preliminary survey at Sinabang Villlage, it was found that they did not have knowledge of menopause, women had bad attitude in facing menopause syndrome, and their husbands' support in facing menopause syndrome was bad. The objective of the research was to find out the correlation of husbands' knowledge, attitude, and support with women's preparation in facing menopause syndrome. The research was an analytic survey with cross sectional. The samples were 100 menopause women who were 45-49 years old, taken by using purposive sampling technique. The data were gathered by distributing questionnaires and analyzed by using chi square test. The result of the research showed that there was the correlation of knowledge ($p = 0.001$), attitude ($p = 0.002$), and husbands' support ($p = 0.009$) with women's preparation in facing menopause syndrome. The variable which had the most dominant correlation with women's preparedness in facing menopause syndrome was knowledge ($p = 0.038$) at Exp. β value of 3.536. It is recommended that the women at Sinabang Village should search for information about menopause, either from health care providers or from the available media, in order to increase their knowledge of preparation for menopause.

Keywords: Knowledge, Attitude, Husbands' Support, Preparation for Menopause

Abstrak Berdasarkan hasil survei pendahuluan di Desa Sinabang didapatkan mereka tidak mempunyai pengetahuan tentang menopause, Sikap ibu dalam menghadapi masa menopause kurang baik, dan dukungan suami dalam menghadapi wanita yang menopause kurang baik. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan suami dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause. Metode penelitian yaitu Survey Analitik dengan cara *Cross Sectional*. sampel adalah ibu menopause yang berusia 45-59 tahun, tinggal bersama suami sebanyak 100 orang, Alat ukur menggunakan kuesioner dengan teknik pengambilan sampel *Purposive Sampling*. Data yang dikumpul diolah dan dianalisis menggunakan *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan pengetahuan ($p=0,001$), sikap ($p=0,002$), dan dukungan suami ($p=0,009$) dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause. Variabel yang paling dominan yang berhubungan dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause adalah pengetahuan ($p=0,038$) dan nilai Exp.B adalah 3,536. Disarankan kepada masyarakat desa Sinabang dalam menghadapi masa menopause agar lebih aktif dalam mencari informasi baik dari petugas kesehatan maupun media-media yang ada sehingga dapat menambah pengetahuan untuk menghadapi kesiapan menopause.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Dukungan Suami, Kesiapan Menopause

PENDAHULUAN

Menurut data dari WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2030 diperkirakan ada 1,2 miliar wanita yang berusia diatas 50 tahun dan sebagian besar mereka tinggal di Negara berkembang (Mulyani, 2013). Seiring dengan peningkatan usia, banyak terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Namun pada suatu saat perkembangan dan pertumbuhan itu akan terhenti pada suatu tahapan, sehingga

berikutnya akan terjadi banyak perubahan yang terjadi pada fungsi tubuh manusia. Perubahan tersebut biasanya terjadi pada proses menua, karena pada proses ini banyak terjadi perubahan fisik maupun psikologis. Perubahan tersebut paling banyak terjadi pada wanita karena pada proses menua terjadi suatu fase yaitu fase menopause (Proverawati, 2010).

Data di Amerika Serikat ada lebih dari 32 juta wanita menopause. Sesungguhnya menopause tidak terjadi pada usia tertentu saja, walaupun sebagian besar wanita mengalami menopause dekat dengan usia paruh baya. Usia rata-rata perempuan mengalami menopause di Amerika Serikat adalah 50-52 tahun, tetapi dalam beberapa kasus mungkin terjadi lebih awal atau lebih lambat. Tidak ada seorang pun yang dapat memastikan kapan menopause ini akan datang. Kebanyakan wanita akan mengalami pada usia 50 tahun tetapi tidak menutup kemungkinan jika terjadi lebih cepat atau lebih lambat (Mulyani, 2013).

Di Indonesia sebagian besar wanita mengalami masa menopause sekitar usia 50 tahun, dan pada sebagian wanita menopause dapat berlangsung pada usia sekitar 40 tahun atau selambat-lambatnya pada usia 60 tahun (Soehartono, 2010). Sampai akhir abad ke-21 ada sekitar 18.000.000-20.000.000 lansia, yang merupakan jumlah yang tidak sedikit serta memerlukan perhatian serius. Di Indonesia lansia menjadi tanggung jawab keluarga untuk memeliharanya.

American Society for Reproductive Medicine menyebutkan pada wanita di atas 50 tahun, terdapat 13-18% yang mengalami osteoporosis, sedangkan osteopenia sekitar 37-50%. Keduanya akan meningkatkan kemungkinan terjadinya fraktur sebesar 15-20%. Patah tulang pangkal paha akibat osteoporosis diperkirakan akan meningkat tiap tahunnya menjadi 6,26 juta sampai tahun 2050. Di Amerika Serikat didapatkan 24 juta penderita *osteoporosis* yang memerlukan pengobatan, 80% diantaranya wanita. Sepuluh juta sudah jelas mengalami *osteoporosis*, dan 14 juta mengalami massa tulang yang rendah yang merupakan risiko tinggi terjadinya osteoporosis berat. Dari yang menderita osteoporosis kurang lebih 1,5 juta mengalami patah tulang, dan diperkirakan 37.000 orang meninggal tiap tahunnya akibat komplikasinya (Proverawati, 2010).

Kartono (1992), mengemukakan perubahan psikis yang terjadi pada masa menopause dapat menimbulkan sikap yang berbeda-beda, diantaranya yaitu adanya suatu krisis yang dimanifestasikan dalam simptom-simtom psikologis seperti depresi, mudah

tersinggung, mudah menjadi marah, mudah curiga dan diliputi banyak kecemasan.

Menurut Bromwich (1991) menyatakan bahwa kenyataan yang ada di masyarakat menunjukkan banyak kaum ibu mengalami masalah dalam menghadapi menopause. Masalah-masalah yang sering dihadapi oleh kaum ibu antara lain adalah gangguan dalam kehidupan seksual suami istri, simptom-simtom fisik seperti keringat yang berlebihan dan rasa panas pada muka. Juga timbul perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan, seperti gejolak emosi yang berlebihan dan perasaan tidak berguna karena tidak bisa melahirkan anak lagi. Selain hal-hal tersebut, ketidaksiapan kaum ibu dalam menghadapi proses penuaan merupakan satu masalah sendiri.

Survei pendahuluan yang peneliti lakukan di Desa Sinabang Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue berdasarkan dari wawancara yang dilakukan pada 10 orang ibu menopause di desa sinabang didapatkan informasi bahwa kurangnya pengetahuan ibu tentang menopause. Sikap ibu dalam menghadapi masa menopause kurang baik. Ibu belum menyadari bahwa dukungan suami sangat memengaruhi terhadap proses terjadinya masa menopause. Kurangnya perhatian dari suami akan semakin menambah beban terhadap ibu yang menghadapi masa menopause. Maka oleh karena itu pentingnya dukungan suami dalam membantu ibu menghadapi masa menopausenya. Ibu kurang mengetahui mengenai kesiapan yang dilakukan pada saat menghadapi masa menopause. Ibu menganggap bahwa keluhan pada saat menopause itu merupakan suatu penyakit dan tidak siap menghadapi menopause.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya pengetahuan ibu terhadap menopause. Kurangnya perhatian dari suami akan semakin menambah beban terhadap ibu yang menghadapi masa menopause. Ibu menganggap keluhan yang dihadapi masa menopause merupakan suatu penyakit, maka untuk itu perlu diketahui hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan suami dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause di Desa Sinabang Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue.

Tujuan Penelitian Untuk Mengetahui Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Suami Dengan Kesiapan Wanita Dalam Menghadapi Masa Menopause Di Desa Sinabang Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah survei analitik. Rancangan pengukuran yang dilakukan secara *Cross Sectional*, yaitu rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (sekali waktu). Penelitian dilakukan di Desa Sinabang Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue. Penelitian dilakukan pada bulan Januari - Agustus 2017.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu berusia 45-59 tahun yang tinggal di Desa Sinabang Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue sebanyak 320 orang. Sampel merupakan bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive Sampling* yaitu mengambil sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah sebanyak 100 orang.

Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel dependen dan independen. Variabel dependen adalah Kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause. Variabel independen adalah Pengetahuan, Sikap dan dukungan suami.

Metode Pengumpulan Data dalam penelitian dengan menggunakan Data primer adalah diperoleh melalui daftar pertanyaan di kuesioner yang telah disusun sebelumnya berdasarkan tujuan penelitian kemudian diberikan kepada responden yaitu ibu menopause yang tinggal di desa sinabang kemudian dilakukan wawancara. Data sekunder diperoleh dari laporan-laporan maupun dokumen-dokumen resmi melalui Puskesmas Simeulue Timur, Dinas Kesehatan, kepala desa dan pencatatan dilokasi penelitian.

Analisis data dalam penelitian ini analisis univariat menggunakan uji statistic

deskriptif yang bertujuan untuk mendapatkan gambaran distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel yang diteliti yaitu pengetahuan, sikap ibu, dukungan suami dan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan masing-masing variabel independen (pengetahuan, sikap ibu, dan dukungan suami) dan variabel dependen (kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause). Uji statistik digunakan *chi square* pada tingkat kepercayaan 95 % yaitu $\alpha = 0,05$. Dengan ketentuan bila nilai $p < 0,05$ maka ada hubungan yang bermakna antara kedua variabel tersebut.

Analisis multivariat Untuk mengetahui seluruh variabel independent (pengetahuan, sikap dan dukungan suami) yang lebih berperan (Dominan) yang berhubungan dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause, secara bersama-sama. Analisis yang digunakan adalah dengan menggunakan uji regresi dengan pertimbangan tehnik analisis ini dapat memberikan jawaban mengenai besarnya hubungan variabel independen terhadap variabel dependen yang berupa data-data. Uji statistik yang digunakan adalah uji regresi logistik secara berganda dengan tingkat kepercayaan 95% ($p < 0,05$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Wanita dalam Menghadapi Masa Menopause di Desa Sinabang Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue

Pengetahuan	Kesiapan				Jumlah	X ²	p
	Tidak Siap		Siap				
	N	%	n	%	n	%	
Kurang	46	46,0	28	28,0	74	74,0	11,7 76 0,001
Baik							
Baik	6	6,0	20	20,0	26	26,0	

Hasil analisis hubungan pengetahuan dengan kesiapan terdapat 46 (46%) dari 74 orang yang pengetahuannya kurang baik dengan kesiapan dalam

kategori tidak siap, sedangkan yang pengetahuan baik ada 6 (6,0%) dari 26 orang yang kesiapannya dalam kategori tidak siap. Hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai p ($0,001 < 0,05$) berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause.

Menghadapi masa menopause penting bagi seorang wanita menopause selalu berpikir positif bahwa kondisi tersebut merupakan sesuatu yang sifatnya alami, seperti halnya keluhan yang muncul pada fase kehidupannya yang lain. Tentunya berpikir yang positif ini bisa muncul jika diimbangi oleh informasi atau pengetahuan yang cukup, sehingga ibu lebih siap secara fisik, psikologis dan spiritual (kasdu, 2002).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang mengadakan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terhadap suatu objek terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2010)

Penelitian yang dilakukan oleh Nurmala pada tahun 2013 diperoleh pengetahuan berhubungan secara signifikan dengan kesiapan menghadapi masa menopause dengan nilai $p=0,001$.

Hasil penelitian oleh Atik Ismayanti pada tahun 2010 diperoleh pengetahuan berhubungan secara signifikan dengan kesiapan dalam menghadapi masa menopause menunjukkan bahwa uji statistik Spearman Rank nilai rho hitung sebesar 0,540, pada taraf kesalahan 1% (0,01) maka diperoleh nilai rho tabel 0,496. Hal ini berarti nilai rho hitung $>$ rho tabel ($0,540 > 0,496$). Penelitian ini diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden mempunyai pengetahuan tinggi dan kesiapan dalam menghadapi menopause mayoritas siap dalam menghadapi menopause.

Perbedaan berbagai hasil penelitian tersebut mungkin disebabkan oleh perbedaan kondisi masyarakat seperti tingginya arus informasi yang diterima masyarakat setempat. Rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat

mengenai pentingnya dalam menghadapi kesiapan menopause banyak disebabkan oleh kurangnya informasi yang di dapatkan ibu mengenai kesiapan dalam menghadapi menopause.

Tabel2 Hubungan Sikap dengan Kesiapan Wanita dalam Menghadapi Masa Menopause di Desa Sinabang Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue

sikap	Kesiapan				Jumlah	X ²	p	
	Tidak Siap		Siap					
	N	%	n	%	n	%		
Kurang Baik	43	43,0	26	26,0	69	69,0	9,495	0,002
Baik	9	9,0	22	22,0	31	31,0		

Hasil analisis hubungan sikap dengan kesiapan terdapat 43 (43%) dari 69 orang yang sikapnya kurang baik dengan kesiapan dalam kategori tidak siap, sedangkan yang sikapnya baik ada 9 (9,0%) dari 31 orang yang kesiapannya dalam kategori tidak siap. Hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai p ($0,002 < 0,05$) berarti terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause.

Seseorang tidak dilahirkan dengan sikap dan pandangannya, melainkan sikap terbentuk sepanjang perkembangannya. Dimana dalam interaksi sosialnya, individu bereaksi membentuk pola sikap tertentu terhadap berbagai objek psikologis yang dihadapinya (Azwar, 2013).

Sehingga setiap orang berbeda-beda dalam menghadapi situasi atau kondisi tertentu. Orang yang mempunyai sikap positif akan sangat membantu dalam mencapai keinginan-keinginan dalam hidupnya dan sebaliknya orang yang bersikap negatif akan memandang tantangan sebagai sesuatu yang sulit untuk dihadapi. Pada kenyataannya tidak selalu suatu sikap tertentu berakhir dengan perilaku yang sesuai dengan sikap.

Tabel 3 Hubungan Dukungan Suami dengan Kesiapan Wanita dalam Menghadapi Masa Menopause di Desa Sinabang Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue

Dukungan Suami	Kesiapan				Jumlah		X ²	p
	Tidak Siap		Siap					
	N	%	n	%	n	%		
Tidak Mendukung	40	40,0	25	25,0	65	65,0	6,77	0,09
Mendukung	12	12,0	23	23,0	35	35,0		

Hasil analisis hubungan dukungan suami dengan kesiapan terdapat 40 (40%) dari 65 orang yang dukungan suami tidak mendukung dengan kesiapan dalam kategori tidak siap, sedangkan yang dukungan suami mendukung ada 12 (12,0%) dari 35 orang yang kesiapannya dalam kategori tidak siap. Hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai *p* (0,009<0,05) berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause.

Semakin tua maka semakin banyak perubahan yang dapat membuat wanita cemas dalam menghadapi menopause. Salah satu diantaranya adalah memasuki masa menopause. Kondisi tersebut membuat kekhawatiran tersendiri sehingga diperlukan pengertian dari suami dan anak-anak sebagai anggota keluarga terdekat. Pada saat itu seorang wanita membutuhkan pengertian atas ketidakstabilan emosi yang dialami oleh dukungan yang positif. Sebagai contoh adalah membantu pekerjaan rumah tangga sehari-hari. Pada saat tersebut, komunikasi yang baik harus tetap dijaga agar dapat saling mengerti dan mencari jalan keluar yang terbaik apabila hal tersebut menjadi masalah (Kasdu, 2002).

Hasil penelitian ini sejalan yang dilakukan Azizah Fahlia tentang hubungan dukungan sosial suami dengan kesiapan istri menghadapi menopause. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa koefisien korelasi sebesar 0,606 dengan *p*=0,000 (*p*<0,05) arah hubungan variabel ini positif, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial suami maka semakin tinggi kesiapan istri menghadapi menopause. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial suami maka semakin rendah

pula kesiapan istri menghadapi masa menopause.

Menurut peneliti, selain sebagai pendamping hidup, suami juga merupakan penyemangat dan memotivasi istri dalam menghadapi menopause. Masa menopause merupakan masa yang berat bagi seorang wanita, karena pada masa ini akan terjadi penurunan organ reproduksi. Seorang wanita akan mengalami beberapa perubahan pada tubuhnya sehingga dapat mengakibatkan wanita dalam menghadapi menopause kurang siap dalam menerima perubahan yang terjadi pada dirinya. Dukungan suami yang baik atau mendukung terhadap kesiapan istri menghadapi menopause akan sangat membantu wanita menopause dalam menghadapi kesiapan menopause baik secara fisik, psikologis dan spiritual.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada wanita Menopause di Desa Sinabang Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue mayoritas ibu-ibu menopause (52 orang) belum siap menghadapi masa menopause. dapat disimpulkan, sebagai berikut :

1. Pengetahuan wanita tentang menopause berhubungan signifikan dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause.
2. Sikap wanita tentang menopause berhubungan signifikan dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause.
3. Dukungan suami tentang menopause berhubungan signifikan dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause.

SARAN

1. Bagi ibu-ibu yang menghadapi masa menopause agar mencari informasi khususnya tentang menopause sehingga dapat meningkatkan pemahaman tentang bagaimana cara menghadapi menopause supaya wanita dalam menghadapi masa menopause siap secara fisik, mental dan spiritual.
2. Bagi keluarga/Masyarakat Desa Sinabang dalam menghadapi masa menopause agar lebih aktif dalam

- mencari informasi baik dari petugas kesehatan maupun media-media yang ada sehingga dapat menambah pengetahuan untuk menghadapi kesiapan menopause.
3. Bagi tenaga kesehatan agar melakukan penyuluhan sosialisasi/advokasi dan konseling bagi ibu-ibu tentang perubahan fisik dan psikologi yang dialami wanita pada masa menopause, sehingga wanita menopause lebih siap saat memasuki masa menopause, diantaranya dengan mengadakan posyandu lansia di desa sinabang.
 4. Bagi peneliti selanjutnya, melakukan penelitian dalam ruang lingkup yang berbeda (faktor lain yang mempengaruhi kesiapan wanita menopause seperti sosial ekonomi, budaya, dan peran tenaga kesehatan) dengan jumlah sampel yang lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

- Atik Ismayanti. 2013. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause di Perumahan Sewo Asri Yogyakarta
- Azizah, F., 2014. Hubungan Dukungan Sosial Suami dengan Kesiapan Istri Menghadapi Menopause
- Bromwich, P., 1991., Menopause. Jakarta: Arcan
- Azwar, 2013. Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya. Edisi Kedua. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Kartono, K., 1992. Psikologi Wanita Jilid II. Bandung: Mandar Maju
- Kasdu, D., 2002. Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause, Jakarta: Puspa Swara
- Mulyani, N.S., 2013. Menopause Akhir Siklus Menstruasi pada Wanita di Usia Pertengahan, Yogyakarta: Nuha Medika
- Notoatmodjo, 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Novi, P., 2008. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan dan Sikap Dengan Kesiapan Wanita Premenopause Menghadapi Menopause di Wilayah Kelurahan Gisikdrono Kecamatan Semarang Barat
- Nurmala, 2013. Hubungan Pengetahuan, Peran Suami dan Usia pada Wanita Dalam Menghadapi Masa Menopause di Desa Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh
- Proverawati, A., 2010. Menopause dan Sindrome Premenopause, Yogyakarta: Nuha Medika
- Soehartono, D.S., 2010. Menopause dan Masalahnya. Surabaya: Universitas Airlangga