

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP WUS DENGAN TINDAKAN
TENTANG KESIAPAN DALAM MENGHADAPI MASA MENOPAUSE DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS TANJUNG PAKU KOTA SOLOK
TAHUN 2009**

Penelitian Keperawatan Maternitas

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Andalas**

SISKA DAMAIYANTI

07921101

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
TAHUN 2009**

ABSTRAK

Kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause sangat perlu dimiliki baik dari pengetahuan, sikap maupun tindakan untuk menerapkan pola hidup sehat diantaranya mengkonsumsi makanan bergizi, dan berolah raga secara teratur. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran dan membuktikan adanya hubungan pengetahuan dan sikap WUS dengan tindakan tentang kesiapan dalam menghadapi masa menopause di wilayah kerja puskesmas Tanjung Paku Kota Solok tahun 2009. Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 19 Februari- 1 Maret 2009 menggunakan Penelitian korelasi dengan desain *cross Sectional Study* dan jumlah responden 151 orang wanita usia subur, pengambilan sampel dilakukan secara acak sistematik, sedangkan instrumen penelitian adalah kuesioner. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian ini didapatkan (39,7%) responden memiliki pengetahuan sedang, (54,3%) responden memiliki sikap positif terhadap tindakan tentang kesiapan dalam menghadapi masa menopause dan (58,3%) responden siap dalam menghadapi masa menopause. Kemudian terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan tindakan tentang kesiapan dalam menghadapi masa menopause, dimana nilai $p = 0,02$. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara sikap responden dengan tindakan tentang kesiapan dalam menghadapi masa menopause, dimana nilai $p = 0,510$. Untuk menghindari tanda-tanda ataupun perubahan yang akan terjadi pada saat akan memasuki masa menopause diharapkan hendaknya wanita usia subur harus perlu memiliki pengetahuan dan sikap yang baik dalam menghadapi masa menopause sehingga nantinya wanita usia subur sudah bisa mengantisipasi dengan telah mempersiapkan diri dengan melakukan tindakan-tindakan tentang kesiapan dalam menghadapi masa menopause.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perilaku masyarakat Indonesia sehat 2010 adalah perilaku proaktif untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan. Pelayanan kesehatan yang tersedia adalah pelayanan yang berhasil dan berdaya guna yang tersebar secara merata diseluruh Indonesia. Dengan demikian terwujudlah derajat kesehatan yang optimal yang memungkinkan setiap orang hidup secara sosial dan ekonomis. Indonesia merupakan negara berkembang yang sedang giat-giatnya melaksanakan pembangunan disegala bidang, termasuk pembangunan dibidang kesehatan. Dalam GBHN dikatakan bahwa pembangunan kesehatan diarahkan untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga dan masyarakat, serta mempertinggi kesadaran masyarakat akan pentingnya hidup sehat. Pembangunan nasional dengan tujuan adalah tercapainya kemampuan hidup sehat bagi setiap penduduk agar terwujudnya derajat kesehatan yang optimal sebagai salah satu unsur kesejahteraan umum (Depkes RI, 1999).

Dengan meningkatnya derajat kesehatan yang optimal diharapkan terutama kepada WUS (wanita usia subur) hendaknya harus mempunyai kesiapan fisik maupun mental dalam menghadapi masa menopausenya nanti, sehingga dalam menjalani masa menopausenya WUS bisa menjalani hari-harinya dengan baik dengan memiliki sikap untuk menjalani hidup dengan

baik maupun adanya tindakan untuk tidak melakukan hal-hal yang dapat mempercepat proses menopause.

Menopause adalah berhentinya haid secara alamiah yang biasanya terjadi pada usia 40-58 Tahun (Bramantyo, 2002). Menopause sebenarnya terjadi pada akhir siklus menstruasi yang terakhir. Tetapi kepastiannya baru diperoleh jika seorang wanita sudah tidak mengalami siklusnya selama minimal 12 bulan. Menopause rata-rata terjadi pada usia 50 tahun, tetapi bisa terjadi secara normal pada wanita yang berusia 40 tahun. Biasanya ketika mendekati masa menopause, lama dan banyaknya darah yang keluar pada siklus menstruasi cenderung bervariasi, tidak seperti biasanya. Pada beberapa wanita, aktivitas menstruasi berhenti secara tiba-tiba, tetapi biasanya terjadi secara bertahap (baik jumlah maupun lamanya) dan jarak antara 2 siklus menjadi lebih dekat atau lebih jarang. Ketidakteraturan ini bisa berlangsung selama 2-3 tahun sebelum berakhirnya siklus berhenti (Magoenprasodjo, 2004)

Pada umumnya sebelum menopause wanita akan mengalami masa yang dinamakan pramenopause yang terjadi mulai usia 40 tahun. Dalam periode ini wanita mengalami perubahan yang sangat khas, sebuah perubahan yang sangat signifikan karena kedua fungsi hormon kewanitaannya (estrogen dan progesteron) berangsur menurun. Keadaan ini mengakibatkan hampir semua wanita merasakan perubahan fisik dan psikologis yang cukup mengganggu (Indarti, 2001).

Gejala-gejala menopause terjadi secara khas pada individu, yang gejala tersebut akan menimbulkan gejala-gejala yang berbeda pada tiap orang. Meskipun demikian, dapatlah dikatakan bahwa gejala-gejala menopause dapat berupa antara lain; insomnia, rasa panas (hot flash), banyak berkeringat, depresi, berkurangnya daya ingat, sulit menahan dorongan untuk kencing (inkontinensia). Gejala lain yang menjadi tanda menopause adalah gangguan sembelit, gangguan punggung, dan tulang belulang, bengkak, linu serta nyeri. Karena sifat gejala yang berbeda-beda pada tiap orang serta gejala-gejala "yang tidak biasa" yang mungkin terjadi, setelah anda mencapai atau melampaui usia 40 tahun. Kegiatan-kegiatan yang dapat mencegah pemunculan gejala-gejala menopause diantaranya adalah Olah raga, Berhenti Merokok, Mengonsumsi kalsium, dan vitamin, Untuk itu hendaknya WUS perlu memiliki sikap maupun tindakan untuk memperlambat proses menopause tersebut dengan menerapkan pola maupun gaya hidup yang sehat sehingga gejala-gejala tersebut dapat diantisipasi dengan baik (Avan, 2008).

Tak jarang banyak wanita yang mengalami depresi saat pramenopause yaitu keadaan depresi yang terjadi pada perempuan yang berada dalam periode waktu saat menjelang menopause. Terjadi pada rentang usia sekitar 45-55 tahun dan dapat juga dimulai dari usia lebih dini sekitar 35 tahun tergantung kondisi kebugaran individu. Ada mitos yang mengatakan bahwa normal perempuan yang memasuki masa menopause akan mengalami depresi. Dan perempuan yang mengalami harus diperlakukan dan dapat perhatian yang sama seperti mereka yang mengalami gangguan penyakit lain. Pada masa

menopause depresi dapat muncul perasaan sedih, menangis, rasa hampa dan mudah marah, untuk itu WUS harus memiliki pengetahuan yang berguna untuk menanggulangi gejala tersebut sehingga kedepannya WUS bisa menjalani masa menopause dengan baik (Kusumawardani, 2006).

Menurut Bramantyo (2002) kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause sangat membantu ia menjalani masa ini dengan baik. wanita usia subur (WUS) perlu memiliki sikap maupun tindakan untuk melakukan penerapan pola maupun gaya hidup sehat dalam menghadapi masa menopause diantaranya mengkonsumsi makanan bergizi, menghentikan merokok dan meminum-minuman keras, olahraga secara teratur, menghindari stres, mengkonsumsi vitamin dan berkonsultasi dengan dokter.

Badan Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan umur harapan hidup orang Indonesia adalah 75 tahun pada tahun 2025. Hal ini berarti wanita memiliki kesempatan untuk hidup rata-rata 25 tahun lagi sejak awal masa menopause. Berbagai upaya perlu dilakukan agar waktu yang cukup lama itu dijalani dengan sesenang mungkin (Avan, 2008)

Di Indonesia diperkirakan pada tahun 2030 jumlah wanita yang memasuki masa menopause akan mencapai sekitar 1,2 miliar orang. Menurut Badan Pusat Statistik proyeksi penduduk Indonesia tahun 1995-2005 diperkirakan akan ada 60 juta wanita menopause, sekitar 75% wanita yang mengalami menopause akan merasakan berbagai masalah dan gangguan sedangkan 25% tidak mempermasalahkannya. Saat ini di Indonesia baru

mempunyai 14 juta perempuan menopause atau 7,4% dari total populasi yang ada (Lestari, 2007).

Berdasarkan data yang di dapatkan dari pengumpulan jumlah umur Wanita Usia Subur yang berumur 35-49 tahun yang akan memasuki masa mnopause di Dinas Kesehatan Propinsi Sumatra Barat pada tahun 2007 berdasarkan kelompok umur berjumlah 156.642 orang.(Depkes Propinsi Sumbar, 2007). Dari data yang didapatkan pada masing-masing Puskesmas yang ada di Kota Solok didapatkan jumlah WUS yang terdiri dari puskesmas Tanah Garam dengan jumlah WUS nya 580 orang, Tanjung Paku dengan jumlah WUS 604 orang, Puskesmas Kampai Tabu Karambia (KTK) dengan jumlah WUS 500 orang, maka pada Puskesmas Tanjung Pakulah yang banyak didapatkan jumlah WUS yang berusia 35-49 tahun (dinkes Kesehatan Kota Solok, 2007).

Hasil studi pendahuluan melalui wawancara dengan 10 Wanita Usia Subur (WUS) di wilayah kerja puskesmas Tanjung Paku Kota Solok, Pengetahuan WUS dalam menghadapi menopause sangatlah kurang, 4 orang wanita mengatakan tidak mengetahui apa itu yang dimaksud dengan menopause dikarenakan kurang terpaparnya mengenai informasi tentang menopause itu sendiri, WUS juga tidak mengetahui gejala dan perubahan-perubahan apa saja yang terjadi pada saat akan memasuki masa menopause, perubahan yang terjadi tersebut dianggap sebagai suatu penyakit yang menakutkan seperti : wajah panas dan memerah, sering keringat malam, sakit pada persendian dan sering mengalami migran, dikarenakan kurangnya

mengatakan jarang mengkonsumsi makanan yang bergizi di karenakan faktor ekonomi, dan tidak pernah melakukan olah raga karena sibuk oleh aktifitas sehari-hari. Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “ Hubungan Pengetahuan dan sikap WUS dengan tindakan tentang kesiapan dalam Menghadapi Masa Menopause di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Paku Kota Solok Tahun 2009 ”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalahnya adalah belum diketahuinya Hubungan Pengetahuan dan sikap WUS dengan tindakan tentang kesiapan dalam Menghadapi Masa Menopause di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Paku Kota Solok Tahun 2009.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui “Hubungan Pengetahuan dan sikap WUS dengan tindakan tentang kesiapan dalam Menghadapi Masa Menopause di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Paku Kota Solok Tahun 2009 ”

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekwensi Pengetahuan WUS dengan tindakan tentang kesiapan dalam menghadapi masa menopause di wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Paku Kota Solok Tahun 2009.

BAB V

HASIL PENELITIAN

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan September 2008 sampai April 2009 dan pengumpulan data dilakukan pada tanggal 19 Februari- 1 Maret 2009 di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Paku kota Solok, dengan jumlah responden 151 orang WUS didapatkan hasil sebagai berikut.

A. Karakteristik Responden

1. Umur Responden

Tabel 5.1 : Distribusi frekuensi berdasarkan Umur di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Paku Kota Solok Tahun 2009

Umur	Frekuensi	%
25-44	126	83,4 %
45-49	25	16.6 %
Jumlah	151	100 %

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 151 orang responden didapatkan bahwa 126 orang (83,4%) berada pada usia 25-44 tahun.

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang dilakukan pada 151 orang responden Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Paku Kota Solok. Tentang Hubungan Pengetahuan Dan Sikap WUS Dengan Tindakan Tentang Kesiapan Dalam Menghadapi Masa Menopause. dari tanggal 19 Februari – 1 Maret 2009 maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden 39,7 % memiliki Pengetahuan sedang mengenai tindakan tentang kesiapan dalam menghadapi masa menopause.
2. Sebagian Responden 54,3 % memiliki sikap positif mengenai tindakan tentang kesiapan dalam menghadapi masa menopause.
3. Kurang dari sebagian 41,7 % tidak siap mengenai tindakan tentang kesiapan dalam menghadapi masa menopause.
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan WUS dengan tindakan tentang kesiapan dalam menghadapi masa menopause.
5. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara sikap WUS dengan tindakan tentang kesiapan dalam menghadapi masa menopause.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, A.(2004) Hubungan Faktor Eksternal Dengan Sikap Pada Wanita Menopause Di Kelurahan Anduring Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2004. Skripsi PSIK Unand.
- Azwar.S (2007) *Sikap Manusia*, Yogyakarta.
- Arikunto S, (2007). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi revisi V*, Jakarta:Rineka Cipta.
- Avan, (2008). *Menopause* Diakses dari [Http.www.answer.yahoo.com](http://www.answer.yahoo.com).Tanggal 4 Desember 2007.
- Bramantio, L. (2002). *Kiat Sehat Dan Bahagia Di Usia Menopause*, Jakarta: Puspa Suara
- Bromwich, P. (1991). *Menopause*, Jakarta:Arcan
- Cece,R. (2007). *Konversi Pendekatan Kuantitatif dan Pendekatan Kualitatif Dalam Penelitian Psikologi*, Jakarta:Rajawali
- Departemen Kesehatan RI (2007)
- Hastono, S. (2006). *Basic Data Analysis For Health Research Training*, Jakarta : FKM UI
- Indarti, J.(2005). *Panduan Kesehatan Wanita*, Jakarta:Puspa Suara
- Kusumawardhani, (2006). *Depresi Perimenopause*, Jakarta:FKUI
- Mackenzie, R.(1995). *Menopause Tuntunan Praktis Untuk Wanita Menopause*, Jakarta : Arcan
- Mangaenprasodjo, S. (2004). *Siapa Takut Menopause*, Yogyakarta :Thinkfres
- Notoatmodjo, S.(2003). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*, Jakarta:Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2005). *Promosi Kesehatan Teori Aplikasinya*, Jakarta:Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2005) *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta:Rineka Cipta.
- Nursalam, (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Jakarta:Salemba Medika
- Pakasi, L. (2000). *Menopause Masalah Penanggulangan*, Jakarta:FKIU

MILIK
UPT PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS ANDALAS