

**PENGARUH EDUKASI KESEHATAN TENTANG TANDA DAN GEJALA TERHADAP  
PENINGKATAN PENGETAHUAN PADA IBU DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI  
DESA HEGARMANAH KECAMATAN CIKARANG TIMUR  
KABUPATEN BEKASI TAHUN 2021**

**THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION ABOUT SIGNS AND SYMPTOMS ON  
INCREASING KNOWLEDGE OF MOTHERS IN FACING MENOPAUSE  
IN HEGARMANAH VILLAGE, EAST CIKARANG, BEKASI REGENCY IN 2021.**

**<sup>1</sup>Rima Novianti, <sup>2</sup>Iin Ira Kartika, <sup>3</sup>Anniesa Fitrianingrum**

*Akademi keperawatan Bhakti Husada Cikarang  
STIKES Horizon Karawang*

[rima.novianti.krw@horizon.ac.id](mailto:rima.novianti.krw@horizon.ac.id)

[anniesafitrianingrum@gmail.com](mailto:anniesafitrianingrum@gmail.com)

[irakartikaiin@gmail.com](mailto:irakartikaiin@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Pendahuluan:** Menopause merupakan suatu proses dalam siklus reproduksi alamiah yang dialami oleh setiap wanita dari masa produktif menuju masa non produktif yang disebabkan oleh berkurangnya hormon estrogen dan progesterone menuntut penyesuaian diri terhadap perubahan fisik dan gaya hidup yang dapat menyebabkan terjadinya masalah kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Tanda dan Gejala Menopause Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Ibu dalam Menghadapi Menopause di Desa Hegarmanah Kecamatan Cikarang Timur Kab. Bekasi Tahun 2021. **Metode:** Desain penelitian ini dengan *Quasi Eksperiment* dan *one group pretest-posttest*. Variabel yang diteliti adalah Sampel penelitian sebanyak 73 dengan kriteria inklusi ibu yang belum memasuki menopause, ibu yang sehat, bersedia menjadi responden, ibu yang dapat menulis dan membaca, hadir saat penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Accidental Sampling* dengan menggunakan data primer. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dengan menggunakan google formulir. Pengambilan data dengan cara melalui uji pre test lalu dilakukan intervensi, kemudian dilakukan post test pada saat yang sama. Variabel pada penelitian ini adalah pre test dan post test pengetahuan ibu tentang tanda dan gejala menopause. Analisis statistik menggunakan *T-Test*. **Hasil:** Dari hasil analisa terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan antara sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) dilakukan edukasi kesehatan sebesar 32.534 dan hasil bivariat menggunakan Uji *T-Dependent* didapat *P value* 0,000 ( $\alpha$  0,05). **Kesimpulan:** Dari hasil penelitian dapat disimpulkan ada pengaruh edukasi tentang tanda dan gejala *menopause* terhadap peningkatan pengetahuan ibu dalam menghadapi *menopause*.

**Kata Kunci:** Edukasi, Menopause, Pengetahuan, Premenopause.

**ABSTRACT**

**Introduction:** Menopause is a process in the natural reproductive cycle experienced by every woman from the productive period to the non-productive period caused by estrogen and progesterone hormones reduce which requires adjustment to physical and lifestyle changes that can cause health problems. The purpose of this study is to determine the effect of health education about signs and symptoms of menopause on increasing the knowledge of women in Hegarmanah Village, East Cikarang Sub District, Bekasi in 2021, in dealing with menopause. **Methods:** The design of this study is done by using quasi-experiments and one group pretest-posttest. The variables studied are from 73 research samples with inclusion criteria of women who have not been in menopause, healthy women, women who were willing to be respondents, women who can write and read, they presented during the study. The sampling technique is *Accidental Sampling* that uses primary data. The instrument used in this research is a questionnaire of google formula. Collecting data through a pre-test, then an intervention, and then a post-test, are carried out at the same time. The variables in this study are pre-test and post-test of women's knowledge on the signs and symptoms of menopause. Statistical analysis using *T-Test*. **Results:** Based on the analysis, there is a difference of knowledge between before (*pre-test*) and after (*post-test*) health education by 32,534 and bivariate results using the *T-dependent* test obtained *P-value* by 0.000 ( $<$  0.05). **Conclusion:** Based on research, it can be concluded that there is an effect of education about the signs and symptoms of menopause on increasing knowledge in dealing with menopause. **Keywords:** Education, Menopause, Knowledge, Premenopause.

## PENDAHULUAN

Menua atau menjadi tua adalah suatu proses yang merupakan bagian dari kehidupan seseorang dan sudah terjadi sejak konsepsi dalam kandungan yang berlangsung terus sepanjang kehidupan. Risiko dari perkembangan manusia sehingga menjadi tua, salah satunya adalah terjadinya menopause pada wanita (Tsuraya et al., 2016). Menopause merupakan suatu proses dalam siklus reproduksi alamiah yang dialami oleh setiap wanita dari masa produktif menuju masa non produktif yang disebabkan oleh berkurangnya hormon estrogen dan progesterone. Fase ini yang akan dialami setiap wanita diatas umur 40 tahun dan dikatakan menopause bila siklus menstruasi telah berhenti selama 1 tahun (Setiawan et al., 2020).

Proses penuaan akan terjadi sejak dilahirkan sesuai dengan hukum alam. Wanita yang mengalami menopause akan melewati tahapan terlebih dahulu diantaranya *premenopause*, *perimenopause*, *menopause*, dan *pascamenopause*, serta umumnya *menopause* (Asriati et al., 2019).

Menurut WHO jumlah perempuan di seluruh dunia pada tahun 2030 yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang (WHO, 2014). *Syndrome premenopause* banyak dialami oleh wanita hampir diseluruh dunia, 70-80% wanita di Eropa, 60% wanita di Amerika, 57% wanita di Malaysia, 18% wanita di Cina, dan 10% wanita di Jepang. (Suprihatiningsih, 2018). Proporsi di Asia diperkirakan akan mengalami peningkatan dari 107 juta menjadi 373 juta di tahun

2025 (Koeryaman & Ermiati, 2018). Di Indonesia, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta perempuan menopause. Pada tahun 2016 di Indonesia mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4 % dari total populasi yang ada (Tsuraya, Zulfitri, & Arneliwati, 2018). Berdasarkan beberapa hasil survey dan penelitian di Indonesia, 70% para wanita yang berusia 45 sampai dengan 54 tahun cenderung mengalami berbagai gejala seperti *hot flushes*, jantung berdebar debar, gangguan tidur, depresi, mudah tersinggung, merasa takut, gelisah dan lekas marah, sakit kepala, cepat lelah, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, kurang tenaga, berkunang kunang, kesemutan, gangguan libido, obstipasi, berat badan bertambah, dan nyeri tulang dan otot (Ulya & Meikawati, 2019).

Di Provinsi Jawa Barat hasil survey menurut Depkes 2017, jumlah wanita menopause meningkat setiap tahun dengan jumlah tercatat 13,01 juta orang penduduk wanita dari total penduduk Indonesia yaitu 261,89 juta jiwa (Wibowo & Nadhilah, 2020). Menurut Badan Pusat Statistik Jawa Barat berdasarkan kelompok umur dan jenis kelamin tahun 2020 usia 35-39 tahun wanita berjumlah 1.881.500 juta jiwa, usia 40-44 tahun berjumlah 1.830.900 jiwa, dan berusia 45-49 tahun berjumlah 1.653.100 jiwa (BPS, 2015). Pada tahun 2013, jumlah penduduk Kabupaten Bekasi mencapai 3.002.112 jiwa. Tahun 2014, jumlah penduduk Kabupaten Bekasi menjadi 3.112.698 jiwa atau naik 120.586 jiwa dari tahun 2013. Penduduk berjenis kelamin perempuan 1.530.110 jiwa pada

tahun 2014. Di Kecamatan cikarang timur pada 2018 jumlah penduduk berjumlah 110.414 jiwa dengan jumlah wanita 53.921 (49%) jiwa. Desa Hegarmanah memiliki Jumlah penduduk berjumlah 8.736 jiwa ditahun 2021 total populasi wanita sebanyak 3.147 (36%) (BPS, 2018) sedangkan berdasarkan data profil Desa Hegarmanah jumlah wanita yang berusia 35-45 tahun 2020 sebanyak 1.873 (59%) jiwa dan pada tahun 2021 sebanyak 1.768 (56%) jiwa.

Hasil penelitian Hekhmawati, (2016) di Kabupaten sukoharjo didapatkan perubahan fisik yang paling sering dialami pada wanita menopause adalah *Hot flush* 81,3%, insomnia 65,3%, vagina menjadi kering 58,7%, linu dan nyeri sendi 57,3%. Perubahan psikologis yang paling sering dialami pada wanita menopause perasaan mudah tersinggung 81,3%, kecemasan 64%, daya ingat menurun 44%. Hasil penelitian Widjayanti, (2016) didapatkan 90,32% responden mengeluhkan rasa tidak nyaman pada tulang, persendian dan otot, 85,87% responden mengeluhkan *hot flushes* dan 74,19% responden mengeluhkan kelelahan secara fisik dan mental akibat penurunan kadar estrogen pada masa menopause. Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa keluhan terbayak yang dialami wanita memasuki masa menopause yaitu *Hot flushes*, adanya rasa tidak nyaman pada tulang persendian otot, insomnia/sulit tidur, perasaan mudah tersinggung, dan daya ingat menurun.

Keluhan-keluhan tersebut bisa diatasi dengan persiapan fisik dan persiapan psikis melalui kegiatan edukasi kesehatan (Asriati et al., 2019). Edukasi Kesehatan adalah suatu proses usaha memberdayakan perorangan, kelompok, dan masyarakat agar memelihara,

meningkatkan dan melindungi kesehatannya melalui peningkatan pengetahuan, kemauan, dan kemampuan agar dapat menolong dirinya sendiri, serta mengembangkan kegiatan yang bersumberdaya masyarakat, sesuai sosial budaya setempat dan didukung oleh kebijakan publik yang berwawasan Kesehatan. (Susilowati, 2016)

Edukasi Kesehatan pada wanita yang memasuki usia menopause agar dapat memahami kondisi dan perubahan sistem reproduksinya dan mengetahui gejala yang ditimbulkan serta mampu mengatasi dan beradaptasi dengan baik sehingga hal ini tidak mengganggu produktivitas kerja mereka baik di tempat kerja maupun di rumah yang pada akhirnya hal ini dapat meningkatkan kualitas hidup menopause (Istighosah, 2019). Didukung oleh penelitian Ulya & Meikawati (2019), dengan judul Pengaruh edukasi Kesehatan tentang menopause terhadap tingkat pengetahuan Ibu Pramenopause menyatakan nilai  $p < 0,05$ . Artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan ibu pra-menopause dalam menghadapi fase menopause, dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan maka akan baik dalam menghadapi menopause dan semakin rendah tingkat pengetahuan maka akan semakin kurang dalam menghadapi tanda dan gejala menopause.

Permenkes No 229/Menkes/SK/II/2010 menyampaikan bahwa tugas petugas kesehatan dalam masa menopause adalah membantu memberdayakan wanita menopause dan keluarganya melalui upaya promotif, preventif dan rehabilitatif sehingga perempuan dapat melalui masa transisi ini dengan bahagia dan sejahtera

serta tetap dapat berkarya dan dapat mempersiapkan masa usia lanjut dengan sehat. Petugas kesehatan bisa memberikan informasi tentang perubahan-perubahan yang terjadi, kebutuhan yang dibutuhkan oleh menopause, tanda bahaya, makanan yang dibutuhkan, aktifitas dan olahraga untuk menopause dan penggunaan hormon serta suplemen.

Hasil studi pendahuluan, dengan metode wawancara pada responden di Desa Hegarmanah Kecamatan Cikarang Timur. Didapatkan 8 responden yang diwawancarai, dari 10 pertanyaan mengenai tanda dan gejala menopause 3 (37,5%) responden menjawab betul sebanyak 8 (80%) pertanyaan (pengetahuan baik) dan 5 (62,5%) responden menjawab salah sebanyak 9 (10%) pertanyaan (pengetahuan kurang). Responden yang memiliki pengetahuan yang kurang tentang menopause karena berbagai faktor salah satunya kurang mendapatkan informasi seperti merasakan haid tidak teratur, rasa panas pada dada bagian atas, keringat dingin di malam hari, rasa pusing disertai sakit kepala, otot-otot pegal, dan suka kesemutan. Karena banyaknya keluhan saat menopause dan kurangnya pengetahuan masyarakat menghadapi menopause maka diperlukan adanya upaya pencegahan mengenai tanda dan gejala menopause pada ibu melalui edukasi Kesehatan. Kurangnya pengetahuan disebabkan karena belum adanya program edukasi tentang tanda gejala menopause. Berdasarkan fenomena diatas, hal ini sangat menarik bagi peneliti untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Tanda dan Gejala terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Ibu dalam Menghadapi Menopause Di Desa Hegarmanah

Kecamatan Cikarang Timur Kabupaten Bekasi Tahun 2021.”

## MATERIAL DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain *Quasi Eksperiment* yang tidak mempunyai batasan yang ketat terhadap randomisasi dan pada saat yang sama dapat mengontrol ancaman-ancaman validitas (Matjino, 2019). Rancangan penelitian ini menggunakan rancangan *one group pretest-posttest* yaitu dengan mengobservasi terlebih dahulu (*pre test*) sebelum dilakukannya *treatment*, setelah itu dilakukan *treatment*/perlakuan, dan melakukan pengukuran kembali setelah *treatment* (*post test*) (Laeli, 2017).

Penelitian dilakukan di Desa Hegarmanah Kecamatan Cikarang Timur Kabupaten Karawang. Penelitian dilakukan pada 23 Juni 2021. Teknik pengumpulan data Teknik non probability sampling adalah cara pengambilan sampel dengan semua objekatau elemen dalam populasi tidak memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel. dan *Teknik Accidental sampling* dilakukan berdasarkan faktor spontanitas atau kebetulan. Artinya siapa saja yang secara tidak sengaja bertemu dengan peneliti maka orang tersebut dapat dijadikan sampel sesuai dengan kriteria inklusi, dengan menggunakan teknik pengumpulan data primer. Alat pengumpulan data dengan cara Responden memberikan jawaban dengan memberikan cek (v) sesuai dengan apa yang diketahui oleh responden. Kuesioner ini terbagi menjadi 2 bagian yaitu : kuesioner A terkait dengan identitas responden yang meliputi Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Penghasilan perbulan, Budaya, dan Riwayat memiliki

pasangan yang berjumlah 6 pertanyaan. Sedangkan kuesioner B terkait dengan pengetahuan ibu tentang menghadapi menopause dan tanda gejala berjumlah 20 pernyataan menggunakan skala guttman dengan pilihan jawaban benar atau salah. Kuesioner yang dibagikan untuk ibu-ibu pra-menopause sebelum dan sesudah Edukasi kesehatan tentang tanda dan gejala dalam menghadapi menopause.

## ETIKA PENELITIAN

Satu peneliti menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*), Dua peneliti menghormati privasi dan menjaga kerahasiaan subjek penelitian (*respect for privacy and confidentiality*), Tiga peneliti berprinsip keadilan dan ketebukaan (*respect for justice and inclusiveness*), dan Empat peneliti memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*).

## SAMPEL

Sampel pada penelitian ini sebanyak 73 orang ibu di Desa Hegarmanah sesuai dengan kriteria inklusi (Ibu yang belum memasuki menopause, Ibu yang sehat, Bersedia menjadi responden, Ibu yang dapat menulis dan membaca, dan Hadir saat penelitian)

## PROSEDUR PENELITIAN

Persiapan administrative (Melakukan uji sidang proposal penelitian, Mengurus surat perizinan penelitian dari Stikes horizon kepada pihak di Wilayah tempat penelitian di Desa Hegarmanah, Melakukan koordinasi dengan pihak desa,

mengambil data pada responden dengan cara menentukan responden yang memenuhi kriteria inklusi, dan memberikan penjelasan kepada responden tentang kuesioner yang akan diberikan, apabila bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini maka responden menandatangani informed consent dan jika tidak bersedia peneliti menghargai keputusan responden).

Pelaksanaan penelitian (Peneliti mendapatkan jumlah populasi 1.768 dari data Desa Hegarmanah kemudian peneliti menentukan dan mengumpulkan responden dengan tehnik *accidental samplings* sesuai dengan kriteria inklusi sebanyak 73 responden, peneliti mengundang responden ke Group *WhatssApp* selanjutnya menjelaskan tujuan penelitian dan prosedur penelitian kepada responden kemudian responden di berikan informed consent sebagai persetujuan menjadi responden dengan mengisi Google Form lalu peneliti melakukan *pre-test* atau tes awal tujuannya untuk mengetahui tingkat pengetahuan respondendiberikan waktu untuk mengisi selama 30menit, Peneliti melakukan tahap intervensi dengan memberikan edukasi kesehatan tentang tanda dan gejala menopause berupa Video PPT dapat diakses link:

<https://youtu.be/E2HY4CcVk-8>

kemudian peneliti melakukan edukasi sebanyak 1x dengan durasi 15menit lalu dilanjutkan dengan sesi diskusi selama 15 menit selama sesi diskusi peneliti menjawab pertanyaan responden dengan baik dan responden mengerti penjelasan dari peneliti, selanjutnya peneliti melakukan *post-test* kepada responden dengan menggunakan google form yang dikirimkan melalui grup



WhatsApp responden diberikan waktu untuk mengisi selama 30 menit, Peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden atas partisipasinya, mengolah data dengan menggunakan *software* atau computer, dan Menyusun laporan hasil penelitian)

## HASIL

Berikut ini disajikan hasil penelitian pengaruh edukasi kesehatan tentang tanda dan gejala terhadap peningkatan pengetahuan pada ibu dalam menghadapi menopause di desa hegarmannah kecamatan cikarang timur kabupaten bekasi

Tabel 5.1

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Penghasilan/bulan, Suku, dan Riwayat mempunyai pasangandi Desa Hegarmannah Tahun 2021

<b>Data Demografi</b>	<b>Frekuensi (n=73)</b>	<b>Persentase (%)</b>
<b>Usia</b>		
35-39 tahun	51	69,9%
40-45	22	30,1%
Total	73	100%
<b>Pendidikan</b>		
Tidak Sekolah	23	31,5%
SD	15	20,5%
SMP	15	20,5%
SMA/SMK/SM	13	17,8%
U	7	9,6%
Perguruan Tinggi		
Total	73	100%
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak bekerja/IRT	48	65,8%
Wiraswasta	5	6,8%
Petani	3	4,1%

PNS	6	8,2%
Buruh	3	4,1%
Lainnya		
Total	73	100%
<b>Penghasilan/bulan</b>		
>2juta	17	23,3%
<2juta	56	76,7%
Total	73	100%
<b>Suku/Budaya</b>		
Sunda	64	87,7%
Jawa	8	11,0%
Batak	1	1,4%
Total	73	100%
<b>Riwayat memiliki pasangan</b>		
1x	58	79,5%
>1x	9	12,3%
Belum pernah	6	8,2%
Total	73	100%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa dari total 73 responden, sebagian besar responden berusia 35-39 tahun berjumlah 51 (69,9%) responden, lalu pada Pendidikan terakhir sebanyak 23 (31,5%) responden tidak sekolah dan sebanyak 7 (9,6%) responden perguruan tinggi, untuk pekerjaan sebanyak 48 (65,8%) responden tidak bekerja/IRT dan 3 (4,1%) bekerja sebagai PNS, pada penghasilan perbulan sebagian besar responden memiliki penghasilan kurang dari 2 juta yaitu sebanyak 56 (76,7%) responden, suku/budaya dari responden berasal sebagian besar berasal dari sunda sebanyak 64 (87,7%) responden, serta pada Riwayat memiliki pasangan dari total 73 responden sebanyak 58 (79,5%) responden memiliki riwayat pasangan 1kali.

Tabel 5.2  
Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan  
sebelum (*Pre-test*) dan sesudah (*Post-test*)  
diberikan Edukasitentang tanda dan gejala  
menopause pada ibu dalam menghadapi  
menopause Tahun 2021

Pengetah uan	Mi n	Ma x	Mea n	Std. Devias i	n
<b>Sebelum Edukasi (<i>Pre-test</i>)</b>	15	85	54,11	19,460	73
<b>Sesudah Edukasi (<i>Post-test</i>)</b>	70	100	86,64	9,791	73

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui pengaruh pengetahuan dari 73 responden sebelum (*pre-test*) diberikan edukasi, dimana nilai minimum sebesar 15 dan maksimum sebesar 85, dengan nilai mean 54,11, standar deviasi 19,460 dan pengaruh pengetahuan sesudah (*post-test*) dengan nilai

Tabel 5.3  
Distribusi Nilai Perbedaan Rata-rata  
Pengetahuan Ibu tentang tanda dan gejala  
menopause antara sebelum (*Pre-test*) dan  
sesudah (*post-test*) pemberian edukasi  
dalam menghadapi menopause di Desa  
Hegarmanah Tahun 2021

Pen geta hua n	Mea n	St d. De via si	Std. Err or Mea n	Pair ed Diff renc	M ea n	St d. De via si	P Val ue	N
<i>Pre- test</i>	54.1 1	19. 46 0	2.27 8		32. 53 4	18. 06 9	0.00 0	7 3
<i>post- test</i>	86.6 4	9.7 91	1.14 6					

Rata-rata pengetahuan pada sebelum (*Pre-test*) pemberian edukasi adalah 54.11 gr% dengan standar deviasi 19.460 gr%. Pada pengukuran sesudah (*post-test*) pemberian edukasi didapat rata-rata pengetahuan adalah 86.64 gr% dengan standar deviasi 9.791 gr%. Terlihat nilai mean perbedaan antara *Pre-test* dan *post-test* adalah 32.534 dengan standar deviasi 18.089. hasil uji statistic didapatkan nilai 0.000 (<0.05) maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara Pengetahuan Ibu tentang tanda dan gejala menopause sebelum (*Pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pemberian edukasi.

## DISCUSSION

Hasil penelitian menunjukkansebanyak 73 responden berada direntang usia 35-39 sebanyak 51 (69,9%). Menurut Huclok 1998 semakin bertambahnya usia, tingkat kematangan seorang dalam berfikir juga semakin matang maka lebih dewasa dan bijak. Karena didukung dari pengalaman hidupnya sehingga dapat lebih mudah mengendalikan emosi serta jiwanya. Menurut Santiasari (2017) Pada usia premenopause, wanita dituntut untuk mampu mempersiapkan diri dalam menghadapi menopause, ketidakpastian wanita dalam menghadapi menopause dapat menyebabkan masalah. Dapat disimpulkan dari teori diatas bahwa usia 30-45 adalah usia yang matang untuk ibu mengambil keputusan untuk mempersiapkan diri akan terjadinya menopause.

Hasil analisa sebanyak 73 responden didapatkan tidak berpendidikan/tidak sekolah sebanyak 23 (31,5%). Pendidikan berarti bimbingan

yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju ke arah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Menurut Makahanap et al., (2014), tingkat pendidikan wanita berpengaruh pada pengetahuan wanita, dimana ada wanita yang mempunyai tingkat pendidikan yang rendah sulit untuk menerima materi yang disampaikan meskipun telah memakai bahasa yang mudah dimengerti. Sehingga dapat disimpulkan bahwa latar belakang Pendidikan responden yang berpendidikan tinggi memungkinkan responden untuk menerima informasi berupa edukasi dengan baik.

Dari hasil analisis didapatkan sebagian besar responden tidak bekerja/IRT sebanyak 48 (65,8%). Menurut Thomas yang dikutip oleh Nursalam 2003 dalam Wawan & Dewi, (2016) Pekerjaan adalah kegiatan yang dilakukan untuk menunjang kehidupan dan menambah pengalaman. Umumnya bekerja dilakukan oleh laki-laki tetapi saat ini pekerjaan dapat dilakukan siapa saja bagi yang telah dewasa termasuk Wanita. Bagi seorang wanita yang bekerja akan dapat menyita waktu dan dapat berpengaruh terhadap kehidupan keluarganya. Sehingga seorang wanita yang bekerja mempunyai energi yang kuat karena mampu bekerja diluar dan menjaga kehidupan keluarganya. Menurut Widorini et al., (2017) Apabila seorang wanita tidak memiliki kesibukan diluar rumah contohnya ibu rumah tangga, maka seseorang akan mudah cemas dalam menghadapi sesuatu. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ibu bekerja akan mendapatkan pengalaman belajar yang

dapat mengembangkan dirinya untuk mengambil keputusan, sehingga ibu bekerja dapat dengan mudah menerima informasi dari pemberian edukasi kesehatan.

Hasil analisis didapatkan dari 73 responden sebanyak 56 (76,7%) mempunyai penghasilan/bulan <2juta. Menurut Nasution (2020) bahwa Keadaan ekonomi mempengaruhi faktor fisik, kesehatan dan pendidikan. Perempuan yang berasal dari golongan ekonomi rendah cenderung pasrah dan tetapi tetap mampu beradaptasi dengan baik saat mengalami menopause. Apabila faktor-faktor tersebut cukup baik, akan mengurangi beban fisiologis, psikologis. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keadaan ekonomi mempengaruhi kualitas hidup wanita, jika segala sesuatunya tercukupi maka dapat mengurangi beban hidup yang ada.

Hasil analisis dari 73 responden sebanyak 64 (87,7%) berasal dari sunda. Menurut Ann. Mariner yang dikutip dari Nursalam (2003) dalam Wawan & Dewi (2016) Faktor lingkungan dan budaya juga memiliki peran terhadap kesehatan, beban, pola pikir dan pendidikan seseorang. Sesuai dengan penelitian Saraniga (2017) Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar, manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok. Lingkungan bisa membuat pola pikir menjadi sesuatu yang menakutkan, tergantung bagaimana lingkungan memperlakukan wanita tersebut. Jadi dapat disimpulkan bahwa Lingkungan dan budaya juga mempengaruhi wanita dalam menyesuaikan diri terhadap dirinya.

Hasil analisis dari 73 responden sebanyak 58 (79,5%) memiliki Riwayat



hanya 1kali dalam memiliki pasangan. Menurut penelitian Khairina & Ilfa (2018) bahwa ada hubungan antara status pernikahan terhadap kualitas hidup perempuan klimakterik. Dalam penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara status pernikahan dengan domain psikologis dan seksual. Keberadaan pasangan hidup dapat dijadikan sebagai dukungan sosial dalam menghadapi perubahan selama masa menopause. Perempuan yang tinggal bersama pasangan maupun janda atau bercerai sebagian besar memiliki kategori cukup pada domain psikologi, fisik, sosial dan seksual. Dukungan sosial keluarga dapat membantu seorang perempuan menopause dalam memahami dan mengatasi perubahan hidup yang sedang dialami. Orang dengan dukungan sosial keluarga yang tinggi dapat mengalami penurunan level stres dan kemudian menimbulkan koping terhadap stres yang selanjutnya akan tercipta keberhasilan beradaptasi. Selama penelitian didapatkan informasi bahwa meskipun seorang perempuan tidak tinggal bersama pasangan hidup lagi namun masih ada anak-anak yang bisa dijadikan sumber dukungan sosial sehingga tidak memengaruhi kualitas hidup perempuan klimakterik. Sehingga dapat disimpulkan keberadaan pasangan dan keluarga yang baik dapat mempengaruhi dukungan social dan psikologis wanita sehingga wanita dapat dengan semangat dalam menghadapi menopause.

Hasil penelitian didapatkan gambaran pengetahuan dari 73 responden sebelum (*pre-test*) diberikan edukasi, dimana nilai minimum sebesar 15 dan maksimum sebesar 85, dengan nilai mean 54,11, standar deviasi 19,460 dan pengaruh pengetahuan sesudah (*post-test*)

dengan nilai minimum sebesar 70 dan maksimum 100, dengan nilai mean 86,64 standar deviasi 9,791. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi tentang tanda dan gejala menopause.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ulya & Meikawati (2019), dengan judul Pengaruh edukasi Kesehatan tentang menopause terhadap tingkat pengetahuan Ibu Pramenopause di wilayah RW I Desa Podosugih Kota Pekalongan diketahui. Dimana terdapat perbedaan pengetahuan yang bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan. Artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan ibu pra-menopause dalam menghadapi fase menopause. Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan maka akan baik dalam menghadapi menopause dan semakin rendah tingkat pengetahuan maka akan semakin kurang dalam menghadapi tanda dan gejala menopause. Sehingga menurut Analisa peneliti mengenai peningkatan pengetahuan yang dimiliki responden berdasarkan data yang diperoleh yaitu intensitas responden dalam memperoleh informasi mengenai menopause menambah pengetahuan yang dimiliki responden. Serta dengan adanya penyampaian edukasi kesehatan menghasilkan informasi yang benar tentang menopause akan berdampak pada bertambahnya pengetahuan responden.

Berdasarkan hasil analisis dengan uji statistik T-test berpasangan (*Uji T-Dependent*) didapatkan nilai sebelum intervensi 54,11 dan nilai sesudah intervensi 86,64 maka didapatkan perbedaan rata-rata sebesar 32.534 dan

nilai  $P \text{ value} = 0,000$  ( $\alpha < 0,05$ ) yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, atau ada pengaruh edukasi tentang tanda dan gejala *menopause* terhadap peningkatan pengetahuan ibu dalam menghadapi *menopause*.

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu Wawan & Dewi (2016). Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan pendengaran (Notoatmodjo, 2007 dalam jurnal Retnaningsih, 2016). Menurut Astutik (2002) dalam Makahanap et al., (2014) didapatkan bahwa metode pendidikan kesehatan dengan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan. Pengetahuan seseorang diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber seperti, media, poster, kerabat dekat, media masa, media elektronik, buku petunjuk, petugas kesehatan dan sebagainya.

Pengetahuan terjadi secara berurutan dimulai dari *Awarenes- Interest-Evaluation- Trial- dan Adoption* menurut Rogers 1974 yang dikutip oleh Notoatmodjo 2003 dalam Wawan & Dewi (2016), menyimpulkan bahwa pengadopsian pemahaman yang melalui proses Seperti di atas dan didasari oleh pengetahuan, saran yang positif maka cara berfikir dan perilaku tersebut akan bersifat langgeng atau long lasting namun sebaliknya jika cara berfikir dan perilaku itu tidak disadari oleh pengetahuan dan

kesadaran, maka bersifat sementara atau tidak akan berlangsung lama. Pemahaman dan sikap manusia dapat dilihat dari tiga aspek yaitu aspek fisik psikis dan sosial yang secara terinci merupakan refleksi dari berbagai Gejolak kejiwaan seperti pengetahuan, motivasi persepsi dalam pengetahuan dan sebagainya yang ditentukan oleh dipengaruhi faktor pengalaman dari keyakinan, sarana fisik dan sosial budaya. Menurut Lawrence Green (1980) dalam Notoatmodjo (2013) bahwa perilaku seseorang atau masyarakat tentang kesehatan ditentukan oleh pengetahuan, sikap, kepercayaan dan tradisi sebagai faktor predisposisi disamping faktor pendukung seperti lingkungan fisik, prasarana dan faktor pendorong yaitu sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas lainnya.

Edukasi dalam keperawatan sangat penting dilakukan agar klien status kesehatannya meningkat, mencegah timbulnya penyakit, mempertahankan derajat kesehatan, memaksimalkan fungsi dan peran klien selama sakit, serta membantu klien dan keluarga untuk mengatasi masalah kesehatan. Hasil pendidikan kesehatan dalam edukasi dapat merubah pengetahuan, pemahaman tentang kesehatan, yang akhirnya akan menerpakan tindakan-tindakan positif yang menguntungkan kesehatan (Suliha et al, 2001 dalam Kris Linggardini, 2016). Menurut Setiawan et al., (2020) bahwa edukasi menggunakan media audiovisual dan booklet efektif untuk meningkatkan pengetahuan terkait premenopause dan efikasi diri wanita, serta efektif menurunkan tingkat stres pada wanita premenopause.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Laeli (2017) yang berjudul

“Pengaruh penyuluhan tentang *premenopause* terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada ibu *pramenopause* di dusun cambahan nogotirto gamping sleman Yogyakarta”. uji Wilcoxon didapatkan ada pengaruh penyuluhan yang bermakna tentang *premenopause* terhadap tingkat pengetahuan pada ibu *premenopause*. (p value  $0.002 < \alpha 0.05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima). Hasil penelitian Ulya & Meikawati (2019) yang berjudul “Pengaruh Pendidikan kesehatan tentang menopause terhadap tingkat pengetahuan ibu pra menopause”. Dari analisis bivariate dengan uji Paired T-Test didapatkan p value = 0.000 dan  $\alpha = 0,05$ , dimana p value  $< \alpha$ , yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menopause sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang menopause pada ibu pra- menopause. Penelitian Arifah (2010) didapatkan P value sebesar 0,011 ( $\alpha < 0,05$ ) yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan modul dan media visual yang terhadap tingkat pengetahuan pada ibu dalam menghadapi menopause.

Menurut peneliti, peningkatan pengetahuan tentang tanda dan gejala *menopause* setelah intervensi terjadi karena pengetahuan yang didapatkan responden diperoleh dari edukasi Kesehatan sebagai objek yang baik sehingga dapat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu. Pendidikan kesehatan merupakan proses belajar berarti akan memungkinkan terjadinya proses pertumbuhan, perkembangan, atau perubahan ke arah yang lebih dewasa, lebih baik dan lebih matang, sehingga ibu pra- menopause tidak hanya sadar, tahu dan mengerti, tetapi mau dan bisa terdorong untuk melakukan suatu anjuran

yang ada hubungannya dengan kesehatan. Karakteristik responden yang mempengaruhi peningkatan pengetahuan antara lain, tingkat pendidikan responden mayoritas tidak sekolah, namun perlu ditekankan bahwa seorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh pendidikan formal, akan tetapi juga dapat diperoleh pada pendidikan non formal. Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Usia responden mayoritas berusia 35-39 tahun, dimana dikatakan usia tersebut matang dalam berpikir lebih dewasa dan lebih bisa dalam mengambil keputusan dengan baik dan bijak. Sehingga kedua hal tersebut responden lebih mudah meningkatkan pengetahuan tentang tanda dan gejala menopause dan setelah diberikan edukasi.

## SIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian tentang “Pengaruh Edukasi Tentang Tanda dan Gejala Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Ibu dalam Menghadapi Menopause di Wilayah Kecamatan Cikarang Timur Kabupaten Bekasi.”

1. Distribusi frekuensi data demografi dari 73 responden, sebagian besar responden berusia 35-39 tahun berjumlah 51 (69,9%) responden, lalu pada Pendidikan terakhir sebanyak 23 (31,5%) responden tidak sekolah dan sebanyak 7 (9,6%) responden perguruan tinggi, untuk pekerjaan sebanyak 48 (65,8%) responden tidak bekerja/IRT dan 3 (4,1%) berkerja sebagai PNS, pada penghasilan

perbulan sebagian besar responden memiliki penghasilan kurang dari 2 juta yaitu sebanyak 56 (76,7%) responden, suku/budaya dari responden berasal sebagian besar berasal dari sunda sebanyak 64 (87,7%) responden, serta pada Riwayat memiliki pasangan dari total 73 responden sebanyak 58 (79,5%) responden memiliki Riwayat pasangan 1x

2. Terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan antara sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) dilakukan edukasi Kesehatan sebesar 32.534 dengan nilai rata-rata sebelum (*pretest*) sebesar 54,11 dengan (Std. Deviasi= 19,460) dan nilai rata-rata sesudah (*post-test*) sebesar 86,64 dengan (Std. Deviasi= 9,791).
3. Terdapat pengaruh edukasi tentang tanda dan gejala *menopause* terhadap peningkatan pengetahuan ibu dalam menghadapi *menopause* dengan nilai *Sign Rank* yaitu *P value* = 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

## DAFTAR REFERENSI

- Asriati, C. R., Wijaya, M., Nirmala, S. A., Gondodiputro, S., & Rahmiati, L. (2019). Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Persiapan Fisik dan Psikis Memasuki Masa Menopause. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 4(2), 99. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.41638>
- BPS, K. B. (2018). *Jumlah Penduduk menurut Kecamatan dan Jenis Kelamin*. 2016. <https://bekasikab.bps.go.id/indicator/12/47/1/jumlah-penduduk-menurut-kecamatan-dan-jenis-kelamin-.html>
- Hekhmawati, S. (2016). *Gambaran perubahan fisik dan psikologis pada wanita menopause di posyandu desa pabelan*.
- Istighosah, N. (2019). Perbedaan Produktivitas Kerja Ibu Menopause yang tinggal di wilayah Pedesaan Sebelum dan Setelah diberikan Konseling Menopause. *Jurnal Kebidanan*, 7(2), 118–125. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v7i2.104>
- Koeryaman, M. T., & Ermianti, E. (2018). Adaptasi gejala perimenopause dan pemenuhan kebutuhan seksual wanita usia 50-60 tahun. *Medisains*, 16(1), 21. <https://doi.org/10.30595/medisains.v16i1.2411>
- Laeli, N. (2017). Pengaruh penyuluhan tentang premenopause terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada ibu premenopause di dusun cambahan nogotirto gamping sleman yogyakarta. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Nomor 9).
- Matjino, S. H. (2019). Pengaruh Penyuluhan Tentang Menopause Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause Di Kelurahan Toboleu Kecamatan Kota Ternate Utara. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 6(2), 203–216. <https://doi.org/10.36743/medikes.v6i2.184>
- Setiawan, R., Iryanti, & Muryati. (2020). *Efektivitas Media Edukasi Audio-visual dan Booklet terhadap Pengetahuan Premenopause, Efikasi Diri dan Stres pada Wanita Premenopause di Kota Bandung The*

- Effectiveness of Audio-visual and Booklet Educational Media on Premeno- pausal Knowledge , Self-Effi.* 2(1), 1–8.  
<https://journal.fkm.ui.ac.id/ppk/article/view/3876/987>
- Suprihatiningsih, F. A. H. dan T. (2018). Hubungan Syndrom Pre Menopause dengan Tingkat Stress pada Wanita Usia 40-45 Tahun. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad (JKA)*, 11(1), 50–61.
- Susilowati, D. (2016). Modul Keperawatan Promosi Kesehatan. *Modul bahan ajar cetak keperawatan*.
- Tsuraya, M., Zulfitri, R., & Arneliwati. (2016). GAMBARAN MEKANISME KOPING WANITA DALAM MENGHADAPI PERUBAHAN FISIK AKIBAT MENOPAUSE. *Jurnal Keperawatan*, 44(ديسمبر-أكتوبر), 160–197.  
<https://doi.org/10.21608/aafu.2016.14660>
- Ulya, N., & Meikawati, P. R. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menopause Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Pra-Menopause. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak Akademi Kebidanan An-Nur*, 4(1), 47–53.
- 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>