

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA, PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI PERUBAHAN PADA MASA PREMENOPAUSE

Nopita Sari¹, Murdiningsih² Sri Handayani³

Program Studi DIV Kebidanan, Fakultas Kebidanan dan Keperawatan, Universitas Kader Bangsa^{1,2,3}
nopita814@gmail.com¹srihandayani@gmail.com³

ABSTRACT

Pre-menopause is a transitional phase experienced by women towards menopause, this phase is a physiological condition in women who have entered the aging process, which is characterized by decreased levels of the hormone estrogen from the ovaries. The period can occur for 2-5 years before menopause. This study aims to determine the relationship between family support, mothers' knowledge and attitude with readiness to accept change in the premenopause period of mothers aged 45-50 years. This type of research is Qualitative research with a Cross-Sectional research design approach, namely the type of research that emphasizes the measurement time of observation of the independent and dependent variables at the same time. The population and sample of the study were all premenopause women in Padang city aged 45-50 years totaling 36 people. The result showed that there was a relationship between family support, knowledge and attitude of mothers simultaneously with readiness to accept change in the premenopause period of mothers aged 45-50 years. Readiness to face premenopause changes to mothers aged 45-50 years.

Keywords : *Pre-menopause, Family Support, Knowledge, Attitude*

ABSTRAK

Pre-menopause merupakan suatu fase transisi yang dialami para perempuan dalam menuju masa menopause, fase ini adalah suatu kondisi fisiologis pada perempuan yang telah memasuki proses penuaan (Aging), yang ditandai dengan menurunnya kadar hormonal estrogen dari ovarium. Masa ini bisa terjadi selama 2 – 5 tahun sebelum menopause. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga, pengetahuan dan sikap ibu secara simultan terhadap kesiapan menghadapi perubahan pada masa premenopause ibu usia 45 – 50 tahun. Jenis Penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan / desain penelitian *cross sectional*, yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran / observasi variabel independen dan dependen pada saat yang bersamaan. Populasi dan Sampel penelitian adalah seluruh ibu premenopause di Desa Kota Padang yang berusia 45-50 tahun berjumlah 36 orang. Hasil penelitian Bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga ($0,024 \leq 0,05$), pengetahuan ($0,005 \leq 0,05$) dan sikap ibu ($0,000 \leq 0,05$) secara simultan dengan kesiapan menghadapi perubahan pada masa premenopause ibu usia 45-50 tahun di Desa Kota Padang Kecamatan Semende Darat Tahun 2021. Disarankan untuk puskesmas atau pihak yang terkait untuk melakukan penyuluhan tentang kesiapan menghadapi perubahan Premenopause kepada Ibu Usia 45-50 Tahun.

Kata Kunci : Dukungan Keluarga, Pengetahuan, Sikap, Premenopause

PENDAHULUAN

Pre-menopause merupakan suatu fase transisi yang dialami para perempuan dalam menuju masa menopause, fase ini adalah suatu kondisi fisiologis pada perempuan yang telah memasuki proses penuaan (Aging), yang ditandai dengan menurunnya kadar hormonal estrogen dari ovarium. Masa

ini bisa terjadi selama 2 – 5 tahun sebelum menopause (Proverawati, 2020). Pre-menopause sendiri terjadi ketika perempuan mulai memasuki usia 39 – 51 tahun, namun umur terjadinya premenopause pada masing – masing individu tidaklah sama (Lauren dkk, 2012). Pada masa ini perempuan menyesuaikan diri dengan menurunnya produksi hormon yang

dihasilkan oleh ovarium yang dampaknya sangat bervariasi (Proverawati, 2010).

Premenopause adalah proses alamiah kehidupan seorang perempuan. Selain gangguan siklus haid memang menimbulkan gejala – gejala dan keluhan disertai perubahan secara fisik dan psikis. Gejala yang timbul dari tiga komponen utama yaitu, menurunnya kegiatan ovarium yang diikuti dengan defisiensi hormonal terutama estrogen, yang memunculkan berbagai gejala dan tanda menjelang, selama serta menopause (Mulyani, 2013).

Klimakterik merupakan periode peralihan dari fase reproduksi menuju fase usia tua. Fase klimakterik pertama yang dialami perempuan sebelum menopause yaitu premenopause. Perempuan yang mengalami fase premenopause mengalami beberapa perubahan fisik dan psikologi. Keluhan fisik yang sering dirasakan dan paling sering dijumpai yaitu ketidakaturan haid, adanya semburan panas (hot flushes) dari dada keatas yang sering terjadi disusul dengan keringat banyak dan berlangsung selama beberapa detik sampai 1 jam. Perubahan dan keluhan lain yang dirasakan lagi seperti berdebar – debar (palpitis), vertigo, migraine, nafsu seks (libido) menurun, susah tidur (Insomnia), hipertensi, nyeri tulang belakang, keropos tulang, gangguan sirkulasi darah, berat badan meningkat karena terjadi adipositas (penimbunan lemak). Keluhan psikis yang dirasakan yaitu gelisah, lekas marah, emosi kurang terkontrol, mudah tersinggung, sulit berkonsentrasi, gugup, rasa kekurangan, rasa kesumyian, tidak sabar, rasa lelah, merasa tidak berguna, stress, bahkan hingga mengalami depresi. Keadaan ini berlangsung dengan kurun waktu 4 – 5 tahun sebelum menopause.(Atikah, 2012)

Dampak perubahan pada fase klimakterium pada perempuan yaitu perempuan merasakan banyak keluhan, tetapi antara perempuan yang satu dengan yang lainnya berbeda karena efek biologis dan reaksi individual akibat rendahnya estrogen sehingga menyebabkan gejala yang berbeda. Dampak yang ditimbulkan yaitu

perempuan menjadi kurang percaya diri karena mengalami atau adanya penerimaan yang kurang atas perubahan fisik dan psikis yang dialami. Kecemasan yang berlebihan ini dapat mempengaruhi perubahan pada masa premenopause sehingga perempuan memerlukan pengetahuan yang baik terkait perubahan fisik maupun psikologi yang akan dihadapi. Menopause disebabkan karena pembentukan hormone estrogen dan progesterone dari ovarium wanita berkurang, ovarium berhenti “melepaskan” sel telur sehingga aktivitas menstruasi berkurang dan akhirnya berhenti sama sekali. Pada masa ini terjadi penurunan jumlah hormone estrogen yang sangat penting untuk mempertahankan fisiologi tubuh. Seorang wanita yang menopause tidak mempunyai lagi sel telur yang dapat dibuahi, bahkan siklus anovulasi ini telah berlangsung sejak fase pre menopause (Proverawati, 2010).

Berdasarkan tinjauan psikologis wanita pada masa menopause mengalami gangguan fisik, seksual, sosial, dan gangguan psikologis, dan sosial. Perbedaan ini dipengaruhi berat ringanya stress yang dialami wanita dalam menghadapi dan mengatasi menopause sebagai akibat dari penilaiannya terhadap menopause. Maka sangat perlu wanita yang mengalami menopause mencari informasi mengenai segala sesuatu yang menyangkut menopause khususnya bagi wanita yang belum mengalami menopause (Retnowati, 2011).

Menurut (Proverawati ,2013) banyak masalah-masalah yang dialami pada ibu premenopause menjelang masa menopause yaitu rasa cemas ,takut, gelisah, hilangnya gairah seks,dan kesulitan tidur karena berkeringat di malam hari.begitu juga stress yang datang karena haid yang tiba tiba tidak lancar.Ibu juga berpikir bahwa mereka tidak dapat menikmati seks lagi.Menurut Arsyad (2011) manusia memperoleh pengetahuan melalui indra yang dimilikinya, semakin banyak indra yang digunakan untuk menerima informasi akan semakin banyak pula pengetahuan yang diperolehnya. Pengetahuan yang diperoleh melalui indra

penglihatan sebesar 75% (Notoatmodjo, 2012).

Untuk perempuan Indonesia rata – rata usia harapan hidup bisa mencapai 70 tahun, berarti lebih banyak perempuan yang mencapai usia tua dibandingkan dengan kaum laki – laki. Dengan bertambahnya usia harapan hidup, maka problem usia tua mulai premenopause, menopause, pasca menopause atau renta harus mendapatkan perhatian dari para perempuan sendiri maupun para tenaga kesehatan. Para perempuan harus mengetahui bagaimana didalam menyongsong masa tua dengan kualitas hidup yang baik, sehingga didalam melalui usia tua tidak merasa cemas, rendah diri atau merasa tersingkir tetapi malah bisa lebih memberikan prestasi kerja yang baik (Winda, 2008)

Pada tahun 2030 jumlah perempuan diseluruh dunia yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang (WHO, 2014). Di Indonesia, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta perempuan menopause. Angka harapan hidup perempuan melonjak dari 40 tahun pada tahun 1930 menjadi 67 tahun pada tahun 1998. Sementara perkiraan umur rata – rata usia menopause di Indonesia adalah 48 tahun. Peningkatan usia harapan hidup menyebabkan jumlah perempuan yang mengalami menopause semakin banyak. (Dinkes RI, 2014).

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2020, jumlah penduduk berjenis kelamin perempuan adalah 133.542.018 orang, dengan jumlah penduduk perempuan pada kelompok umur 45 – 54 tahun dan diperkirakan telah memasuki usia premenopause dan menopause sebanyak 16.870.932 orang. Jumlah penduduk perempuan di Provinsi Sumatera Selatan pada tahun 2020 ada sebanyak 4.147.354 orang, dengan jumlah penduduk perempuan pada kelompok umur 45 – 54 tahun yaitu 492.956 orang. Sedangkan di Kabupaten Muara Enim jumlah penduduk perempuannya yaitu 299.947 orang, dengan jumlah penduduk perempuan yang memasuki masa premenopause dan menopause pada

kelompok umur 45 – 54 tahun yaitu sebanyak 35.563 orang (Badan Pusat Statistik, 2020).

Berdasarkan data di desa Kota Padang Kecamatan Semende darat tengah tahun 2020 jumlah penduduk perempuan yakni 327 orang, dengan jumlah penduduk perempuan yang memasuki masa premenopause pada kelompok umur 45 – 50 tahun yakni 36 orang.

Dari hasil study pendahuluan dan uji wawancara yang dilakukan pada ibu premenopause di desa Kota Padang Kecamatan Semende darat tengah tahun 2020 didapatkan bahwa sebagian besar ibu tidak memahami atau tidak mengerti tentang perubahan yang akan terjadi pada masa premenopause, contohnya perubahan pola haid, perubahan fisik seperti kulit keriput yang mereka anggap suatu gejala dari penyakit, sehingga membuat mereka merasa cemas terhadap gejala tersebut.

Hasil penelitian tentang Dukungan Keluarga yang telah diperoleh menunjukkan hasil yang sama dengan penelitian Sitti Nur Djannah, dan Utami Ken Isti (2011) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dan dukungan sosial dari suami kepada istri yang memasuki usia menopause. Hasil yang diperoleh bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dan dukungan sosial suami ketika istrinya memasuki masa menopause. Walaupun demikian, terdapat kekurangan dari penelitian ini yaitu penelitian hanya berfokus pada satu variabel saja yaitu dukungan sosial dari suami kepada istri yang memasuki usia menopause.

Penelitian selanjutnya oleh Fahlia Azizah (2014) dengan tujuan diketahui hubungan dukungan sosial suami dengan kesiapan istri menghadapi menopause. Penelitian ini merupakan penelitian Observational Analitik dengan rancangan cross setional. Sampel yang diambil berjumlah 72 perempuan yang berusia 40-65 tahun yang masih memiliki suami. Adapun hasil yang diperoleh menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan

sosial suami dengan kesiapan istri menghadapi menopause. Hasil penelitian menunjukkan bahwa $P=0,000$.

Penelitian selanjutnya oleh Sari Nurmala (2013) dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan kesiapan menghadapi menopause. Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Penetapan sampel menggunakan sampel total sebanyak 40 orang pramenopause usia 45-55 tahun yang mempunyai suami dan warga asli RW 03 Kelurahan Sucen Kabupaten Purworejo. Adapun hasil diperoleh nilai $\rho = 0,000$. Artinya ada yang signifikan antara dukungan suami dengan kesiapan menghadapi menopause yang berarti semakin tinggi dukungan suami maka semakin siap wanita menghadapi menopause. Jadi, hasil penelitian yang diperoleh sama dengan penelitian yang diperoleh sebelumnya yaitu ada hubungan yang signifikan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi menopause.

Dukungan keluarga merupakan bentuk dari perilaku keluarga yang diharapkan oleh orang lain sesuai kedudukannya dalam suatu sistem. Keluarga diharapkan dapat mengambil bagian untuk berperilaku sesuai dengan fungsinya masing-masing. Dukungan keluarga merupakan bentuk dari bantuan keluarga kepada wanita yang akan memasuki masa menopause (Harmoko, 2012). Menurut Dewi (2005) dalam Sri Lestari (2015), bentuk dukungan keluarga terhadap wanita yang memasuki masa menopause adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumentaldan dukungan informatif.

Begitu juga Jurnal yang membahas Variabel Pengetahuan yang dilakukan oleh Rina Novianti, dkk yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Ibu Usia Premenopause tentang masa Menopause di Puskesmas Sei Pancur Kota Batam Tahun 2017” dengan hasil penelitian pada 40 responden didapatkan bahwa sebagian besar responden berpengetahuan baik sebanyak 21 orang (52,2%) dan yang tidak siap menghadapi masa menopause sebanyak 23

orang (57,5%). Hasil uji statistic chi square dengan taraf signifikan 0,05 didapatkan nilai $p \text{ value} = 0,01 < 0,05$ yang berarti H_0 diterima, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan ibu usia premenopause tentang menopause dengan kesiapan menghadapi masa menopause di Puskesmas Sei Pancur Kota Batam Tahun 2017.

Begitu juga dengan variabel Sikap yang dilakukan oleh Oktevene Tulung, dkk dengan judul “Hubungan sikap ibu premenopause dengan perubahan yang terjadi menjelang masa menopause di Kelurahan Woloan 1, Kecamatan Tomohon Barat, Kota Tomohon Tahun 2018” dengan hasil penelitian menggunakan analisis uji statistik Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ atau 95 %. Hasil uji statistik didapatkan nilai $\rho = 0,049 < \alpha = 0,05$, yang artinya “Ada hubungan sikap ibu premenopause dengan perubahan menjelang masa menopause di Kelurahan Woloan 1, Kecamatan Tomohon Barat, Kota Tomohon Tahun 2018”.

Hal ini diperkuat oleh Nur Lely, dkk dengan judul “Hubungan Sikap PreMenopause terhadap kecemasan menghadapi Menopause di Puskesmas Garuda PekanBaru Tahun 2018 dengan hasil itu menunjukkan responden sikap positif baik itu 73,6% lebih banyak daripada sikap negatif 23,4% yang artinya “Ada hubungan antara sikap dengan khawatir untuk menerima pra-menopause.

Penelitian in bertujuan untuk melihat Hubungan Dukungan Keluarga, Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Kesiapan Menghadapi Perubahan Pada Masa Premenopae Ibu Usia 45 – 50 Tahun Di Desa Kota Padang Kecamatan Semende Darat Tengah.

METODE

Penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan / desain penelitian cross sectional. Penelitian di dilaksanakan di Desa Kota Padang Kecamatan Semende Darat Tengah dengan

jumlah sampel 36 responden. Data diperoleh melalui wawancara langsung menggunakan kuesioner dan menggunakan uji *chi square*.

HASIL

Analisa Univariat

Analisa Univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari tiap-tiap variabel, dari variable independen (dukungan keluarga, pengetahuan dan sikap ibu) dan variable dependen kesiapan menghadapi perubahan pada masa premenopause ibu usia 45-50 tahun).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Kesiapan menghadapi perubahan pada masa premenopause

Kesiapan Menghadapi Perubahan Premenopause	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Tidak Siap	12	33.3
Siap	24	66.7
Jumlah	36	100.0

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa dari 36 responden, Ibu tidak siap dalam menghadapi perubahan pada masa premenopause Ibu Usia 45-50 Tahun sebanyak 12 responden (33,3%) dan Ibu Siap dalam menghadapi perubahan pada masa premenopause Ibu Usia 45-50 Tahun sebanyak sebesar 24 responden (66,7%).

Dari tabel 2 menunjukkan bahwa dari 36 responden, Ibu yang mendapatkan dukungan keluarga kurang baik sebanyak 16 responden (44,4%) dan Ibu yang mendapatkan dukungan keluarga baik sebanyak 20 responden (66,7%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Dukungan Keluarga

Dukungan Keluarga	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Kurang Baik	16	44.4
Baik	20	55.6
Jumlah	36	100.0

Tabel 3 Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Pengetahuan

Pengetahuan	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Kurang	7	19.4
Baik	29	80.6
Jumlah	36	100.0

Dari tabel 3 dilihat menunjukkan bahwa dari 36 responden, Ibu yang mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 7 responden (19,4%) dan Ibu yang mempunyai pengetahuan baik sebanyak 29 responden (80,6%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Sikap

Sikap	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Negatif	14	38.9
Positif	22	61.1

Dari tabel 4 dapat menunjukkan bahwa dari 36 responden, Ibu dengan sikap negatif sebanyak 14 responden (38,9%) dan Ibu dengan sikap positif baik sebanyak 22 responden (61,1%).

Berdasarkan tabel 5 berdasarkan hasil uji statistik Chi-Square pada batas $\alpha = 0,05$ dan di dapat nilai $p \text{ value} = 0,024 \leq \alpha = 0,05$ dan Odds Ratio diperoleh nilai 7.286 hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi perubahan premenopause. hasil uji statistik Chi-Square pada variable pengetahuan di dapat nilai $p \text{ value} = 0,003 \leq \alpha = 0,05$ dan Odds Ratio diperoleh nilai 23.000 hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kesiapan menghadapi perubahan premenopause. hasil uji statistik Chi-Square variable sikap dapat nilai $p \text{ value} = 0,000 \leq \alpha = 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap dengan kesiapan menghadapi perubahan premenopaus

Tabel 5. Hubungan Dukungan Keluarga, Pengetahuan dan Sikap dengan Kesiapan Menghadapi Perubahan Pada Masa Premenopause Ibu Usia 45-50 Tahun di Desa Kota Padang Kecamatan Semende Darat Tengah

No	Variabel Independen	Kesiapan Perubahan Pada Masa Premenopause				Jumlah	P Value	OR	
		Siap	Tidak Siap						
1	Dukungan Keluarga								
	Kurang Baik	3	15,0	17	85,0	20	100	0,024	7,2
	Baik	9	56,3	7	43,8	16	100		
2	Pengetahuan								
	Kurang	6	20,7	23	79,3	29	100	0,003	23,0
	Baik	6	85,7	1	14,3	7	100		
3	Sikap								
	Neeгатif	2	16,7	20	83,3	22	100	0,000	25,00
	Positif	10	83,8	4	16,7	14	100		

PEMBAHASAN

Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kesiapan menghadapi Perubahan Pada Masa Premenopause

Berdasarkan analisa univariat menunjukkan bahwa dari 36 responden, Ibu yang mendapatkan dukungan keluarga kurang baik sebanyak 16 responden (44,4%) dan Ibu yang mendapatkan dukungan keluarga baik sebanyak 20 responden (66,7%). dari 20 responden yang dukungan keluarganya kurang baik dan siap menghadapi perubahan premenopause sebanyak 3 responden (15,0%) dan tidak siap menghadapi perubahan premenopause sebanyak 17 responden (85,0%). Dan dari 16 responden yang dukungan keluarganya baik dan siap menghadapi perubahan premenopause sebanyak 9 responden (56,3%) dan yang tidak siap menghadapi perubahan premenopause sebanyak 7 responden (43,8%).

Berdasarkan hasil uji statistik Chi-Square pada batas $\alpha = 0,05$ dan di dapat nilai $p \text{ value} = 0,024 \leq \alpha = 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi perubahan premenopause sehingga dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan

kesiapan menghadapi perubahan premenopause terbukti secara statistik.

Hasil Odds Ratio diperoleh nilai 7.286 yang berarti bahwa responden yang kurang mendapatkan dukungan keluarga berpeluang 7.286 kali lebih besar tidak siap menghadapi perubahan pada masa premenopause dibanding dengan responden yang dukungan keluarga baik.

Hasil penelitian tentang Dukungan Keluarga yang telah diperoleh menunjukkan hasil yang sama dengan penelitian Sitti Nur Djannah, dan Utami Ken Isti (2011) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dan dukungan keluarga dari suami kepada istri yang memasuki usia menopause.

Penelitian selanjutnya oleh Fahlia Azizah (2014) dengan tujuan diketahui hubungan dukungan sosial suami dengan kesiapan istri menghadapi menopause. Penelitian ini merupakan penelitian Observational Analitik dengan rancangan cross setional. Sampel yang diambil berjumlah 72 perempuan yang berusia 40-65 tahun yang masih memiliki suami. Adapun hasil yang diperoleh menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial suami dengan kesiapan istri menghadapi menopause. Hasil penelitian menunjukkan bahwa $P=0,000$.

Penelitian sebelumnya oleh Sari Nurmala (2013) dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan

suami dengan kesiapan menghadapi menopause. Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Penetapan sampel menggunakan sampel total sebanyak 40 orang pramenopause usia 45-55 tahun yang mempunyai suami dan warga asli RW 03 Kelurahan Sucen Kabupaten Purworejo. Adapun hasil diperoleh nilai $\rho = 0,000$. Artinya ada yang signifikan antara dukungan suami dengan kesiapan menghadapi menopause yang berarti semakin tinggi dukungan suami maka semakin siap wanita menghadapi menopause. Jadi, hasil penelitian yang diperoleh sama dengan penelitian yang diperoleh sebelumnya yaitu ada hubungan yang signifikan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi menopause.

Hasil uji Chi-square untuk pengetahuan diperoleh p value $0,000 < 0,05$. Untuk dukungan keluarga diperoleh p value $0,002 > 0,05$. Untuk sikap p value $0,000 > 0,05$. Untuk Tingkat Stres p value $0,001 < 0,05$. Ada hubungan antara faktor (pengetahuan, sikap, dukungan keluarga dan tingkat stres) dengan kesiapan menghadapi menopause di Kel. Gundaling 1 Kec. Berastagi Tahun 2019. Dukungan keluarga merupakan bentuk dari perilaku keluarga yang diharapkan oleh orang lain sesuai kedudukannya dalam suatu sistem. Keluarga diharapkan dapat mengambil bagian untuk berperilaku sesuai dengan fungsinya masing-masing.

Ketika keluarga berbagi masalahnya dengan sistem dukungan sosial ini, hal ini memberikan saran dan bimbingan tersendiri dalam memelihara nilai dan tradisi keluarga dan menurut peneliti, dukungan tidak hanya dibutuhkan dari suami atau pasangan melainkan seluruh aspek keluarga juga berperan dalam meningkatkan keyakinan seorang ibu dalam menghadapi masa menopause yang akan dialaminya (Harmoko, 2018).

Asumsi peneliti bahwa dengan dukungan yang diberikan keluarga terhadap kesiapan menghadapi perubahan premenopause dapat meningkatkan percaya diri dan motivasi, seperti dukungan

informasional (dukungan pemberian saran dan sugesti), dukungan penilaian / penghargaan (dukungan berupa perhatian dan penghargaan), dukungan instrumental (dukungan berupa kebutuhan makan, minum dan keuangan), dukungan emosional (dukungan pemulihan dan membantu penguasaan emosi).

Hubungan antara Pengetahuan dengan Kesiapan menghadapi Perubahan Pada Masa Premenopause

Berdasarkan analisa univariat menunjukkan bahwa dari 36 responden, Ibu yang mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 7 responden (19,4%) dan Ibu yang mempunyai pengetahuan baik sebanyak 29 responden (80,6%).

Berdasarkan analisa bivariat dari 29 responden yang mempunyai pengetahuan kurang dan siap menghadapi perubahan premenopause sebanyak 6 responden (20,7%) dan yang tidak siap menghadapi perubahan premenopause sebanyak 23 responden (79,3%). Dan dari 7 responden yang mempunyai pengetahuan baik dan siap menghadapi perubahan premenopause sebanyak 6 responden (85,7%) dan yang tidak siap menghadapi perubahan premenopause sebanyak 1 responden (14,3%).

Berdasarkan hasil uji statistik Chi-Square pada batas $\alpha = 0,05$ dan di dapat nilai p value = $0,003 \leq \alpha = 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kesiapan menghadapi perubahan premenopause sehingga dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kesiapan menghadapi perubahan premenopause terbukti secara statistik.

Hasil Odds Ratio diperoleh nilai 23.000 yang berarti bahwa responden yang mempunyai pengetahuan kurang berpeluang 23.000 kali lebih besar tidak siap menghadapi perubahan pada masa premenopause dibanding dengan responden yang mempunyai pengetahuan baik.

Rina Novianti, dkk yang berjudul “ Hubungan Pengetahuan Ibu Usia Premenopause tentang masa Menopause di Puskesmas Sei Pancur Kota Batam Tahun 2017” dengan hasil penelitian pada 40 responden didapatkan bahwa sebagian besar responden berpengetahuan baik sebanyak 21 orang (52,2%) dan yang tidak siap menghadapi masa menopause sebanyak 23 orang (57,5%). Hasil uji statistic chi square dengan taraf signifikan 0,05 didapatkan nilai p value = 0,01 < 0,05 yang berarti Ha diterima, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan ibu usia premenopause tentang menopause dengan kesiapan menghadapi masa menopause di Puskesmas Sei Pancur Kota Batam Tahun 2017.

Berdasarkan Jurnal Kebidanan yang membahas variabel pengetahuan yang dilakukan oleh Betristasia pada judul “ Hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan wanita premenopause dalam menghadapi masa menopause tahun 2020”. dengan hasil dapat dideskripsikan bahwa sebagian besar responden yang berpengetahuan baik dengan kecemasan ringan sebanyak 6 responden (16,7%), berpengetahuan baik tidak cemas sebanyak 3 responden (8,3%), dan tidak ada responden yang berpengetahuan baik dengan kecemasan sedang, kecemasan berat dan kecemasan sangat berat (0%).

Pengetahuan ibu premenopause tentang perubahan yang terjadi pada masa menopause sangatlah penting, karena dengan itu ibu premenopause akan lebih memahami keadaan yang akan di alaminya nanti, mulai dari perubahan fisik dan psikologi sehingga akan lebih siap dalam menerima datangnya menopause. Semakin banyak pengetahuan yang di peroleh oleh ibu premenopause maka semakin baik pengetahuan yang ibu premenopause miliki, sehingga ibu akan menunjukkan sikap yang baik dan positif terhadap perubahan pada masa menopause. Sedangkan kurangnya pengetahuan akan mengakibatkan ibu premenopause menunjukkan sikap yang negatif dengan beranggapan bahwa menopause adalah

penyakit, padahal menopause adalah hal yang fisiologis yang akan terjadi kepada seluruh wanita dan bukan hal yang patologis.

Asumsi peneliti bahwa dengan pengetahuan yang baik tentang kesiapan menghadapi perubahan masa premenopause sangat penting, karena dengan itu ibu akan lebih memahami keadaan yang di alaminya dan tidak mempunyai rasa takut untuk menghadapi perubahan premenopause tersebut dikarenakan adanya informasi yang diperoleh tentang menopause.

Hubungan antara Sikap dengan Kesiapan menghadapi Perubahan Pada Masa Premenopause

Berdasarkan analisa univariat menunjukkan menunjukkan bahwa dari 36 responden, Ibu dengan sikap negatif sebanyak 14 responden (38,9%) dan Ibu dengan sikap positif baik sebanyak 22 responden (61,1%).

Berdasarkan analisa bivariat dari 22 responden yang mempunyai sikap negatif dan siap menghadapi perubahan premenopause sebanyak 2 responden (16,7%) dan yang tidak siap menghadapi perubahan premenopause ada 20 responden (83,3%). Dan dari 14 responden yang mempunyai sikap positif dan siap menghadapi perubahan premenopause sebanyak 10 responden (83,3%) dan yang tidak siap menghadapi perubahan premenopasue sebanyak 4 responden (16,7%).

Berdasarkan hasil uji statistik Chi-Square pada batas $\alpha = 0,05$ dan di dapat nilai p value = $0,000 \leq \alpha = 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap dengan kesiapan menghadapi perubahan premenopause sehingga dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara sikap dengan kesiapan menghadapi perubahan premenopause terbukti secara statistik.

Hasil Odds Ratio diperoleh nilai 25.000 yang berarti bahwa responden yang mempunyai sikap negatif berpeluang 25.000 kali lebih besar tidak siap menghadapi perubahan masa premenopause dibanding

dengan responden yang mempunyai sikap positif.

Penelitian dari Zulkarnain, dkk tahun 2017 dengan judul Hubungan Sikap Ibu dalam menghadapi Premenopause di Kelurahan Baru Ladang Bambu Kecamatan Medan Tuntungan dengan hasil penelitian bahwa Hasil penelitian yang diperoleh dari kuesioner tentang sikap ibu dalam menghadapi premenopause dapat diketahui bahwa sikap ibu mayoritas positif 33 orang (51,6%) dan minoritas sikap negatif 31 orang (48,4%) dengan Pvalue $0,036 < 0,05$ artinya Ada Hubungan antara Sikap Ibu dalam menghadapi Premenopause.

Dan hasil penelitian Ilafi Rumasiya, 2018 dengan judul Gambaran Pengetahuan dan Sikap Ibu usia 48 – 55 tahun tentang Menopause terhadap penerimaan perubahan masa premenopause di Desa Weru RT 02 RW 05 Sukoharjo Tahun 2018 yang menyatakan bahwa “ Ada Hubungan antara pengetahuan, sikap terhadap penerimaan perubahan premenopause di Desa Weru RT 02 RW 05 Sukoharjo Tahun 2018 dengan pvalue masing-masing $0,01 < 0,05$ yang artinya sangat signifikan bermakna.

Penelitian yang dilakukan oleh Nur Lely, dkk dengan judul “ Hubungan Sikap PreMenopause terhadap kecemasan menghadapi Menopause di Puskesmas Garuda Pekanbaru Tahun 2018 dengan hasil itu menunjukkan responden sikap positif baik itu 73,6% lebih banyak daripada sikap negatif 23,4% yang artinya “Ada hubungan antara sikap dengan khawatir untuk menerima pra-menopause.

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulasi atau objek (Notoatmodjo, 2012). Menurut Newcomb dalam Notoatmodjo (2012), salah seorang ahli psikologis sosial menyatakan bahwa sikap itu merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku.

Asumsi peneliti bahwa sikap dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor, seperti yang dapat mempengaruhi sikap : Pengalaman pribadi, Pengaruh orang lain yang dianggap penting, Pengaruh kebudayaan, Media massa, Lembaga pendidikan dan lembaga agama, dan Faktor emosional, sehingga responden yang memiliki sikap positif lebih menerima kesiapan menghadapi perubahan pada premenopause.

KESIMPULAN

Ada Hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga, pengetahuan dan sikap dengan kesiapan penerimaan perubahan pada masa premenopause ibu usia 45-50 tahun di Desa Kota Padang Kecamatan Semende Darat Tahun 2021

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih tak terhingga untuk semua pihak yang berkerjasama membantu proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi. Jakarta : Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (2013). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik (BPS). 2020. *Jumlah Penduduk Perempuan Menopause*.
- Baziad. Ali. (2008). *Menopause dan Andropause*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Budiman dan Riyanto A. (2013). *Kapita Selekta Kuisisioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Dedeh Suhaidah. (2013). *Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Perempuan dalam Menghadapi Menopause di Wilayah*

- Kerja Puskesmas Kelurahan Pulo Gebang Jakarta Timur.
- Dewi Sinta. (2013). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kesiapan Menghadapi Masa Klimakterium Pada Ibu Usia 45 – 55 Tahun di Posyandu Lansia Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo.
- Diniyati, Dkk. (2016). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Perempuan Premenopause Menghadapi Perubahan Pada Masa Menopause di Kelurahan Buluran Kenali Kota Jambi : Poltekkes Jambi.
- Depkes RI. (2014). Profil Kesehatan Indonesia Perempuan Menopause 2014.
- Fahlia Azizah. (2014). Hubungan Dukungan Sosial Suami dengan Kesiapan Istri Menghadapi Menopause di Kecamatan Mijen Kabupaten Semarang”
- Fauzana, Konita. (2011). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Pendidikan Wanita Premenopause Tentang Menopause Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause di Dusun Wonolopo Rw 6 Kecamatan:Mijen Kabupaten Semarang Tahun 2011.
- Fitri, Imelda .(2017). Lebih Dekat dengan Sistem Reproduksi Wanita.Yogyakarta Gosyen Publishing.
- Fransiska Ardes. (2012). Hubungan Sikap Dengan Kesiapan Wanita dalam Menghadapi Menopause di Desa RW IX Gatak Kelurahan Bokoharjo Kecamatan Prambanan Kabupaten Sleman Yogyakarta.
- Ismiyati, Atik. (2011). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause di Perumahan Sewon Asri Yogyakarta.
- Janiwarty, Bethsaida & Pieter, Zan Herri. (2013). Pendidikan Psikologi untuk Bidan Suatu Teori dan Terapannya. Yogyakarta: Rapha Publishing
- Khasanah, uswatun & Choiriyah, Zomrotul. (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan factor Lingkungan dengan Kesiapan Menjelang Menopause pada ibu Premenopause di Kelurahan Bawen Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang.
- Kantor Kepala Desa Orawa, (2017). Profil Desa tahun 2017. Kolaka Timur.
- Kumalasari, Intan dan Andhyantoro, Iwan. 2012. Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika.
- Kusmiran, Eny. (2011). Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta Salemba Medika.
- Lisnani. (2010). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Ibu Pramenopause Terhadap Perubahan Pada Masa Menopause di Kelurahan Tegal Sari Kecamatan Medan Denai : Universitas Sumatra Utara.
- Mansur, Herawati.(2011). Psikologi Ibu dan Anak Untuk Kebidanan.Jakarta : Salemba Medika.
- Mulyani, S. (2013). Menopause Akhir Siklus Menstruasi Pada Wanita di Usia Pertengahan. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Proverawati, Atikah dan Sulistyawati, E. (2010). Menopause dan Sindrom Premenopause. Yogyakarta : Medical Book.
- Purwanto. (2012). Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi dan Pendidikan. Yogyakarta : Pustaka Pelajar Offset.
- Retnowati,S,Simbar.(2011). “ Hubungan persepsi dengan Menopause”.2(2),96
- Sasrawita. (2016). Hubungan Pengetahuan, Sikap tentang Menopause di Puskesmas Pekanbaru. Riau : Akbid Helvetia.

Sibagariang, Eva Elya, Dkk. (2010).
Kesehatan Reproduksi Wanita.
Jakarta.TIM.

Sugiyono. (2011). Metode Penelitian
Kuantitatif, Kualitatif dan R&D.
Bandung: Alfabeta.

Sukarni, I dan Margareth, Z.H. (2013).
Kehamilan, Persalinan dan Nifas.
Yogyakarta : Nuha Medika.

Tambunan, Y Dewi Erni, (2010). Gambaran
Pengetahuan Dan Sikap Wanita
Usia 40-50 Tahun Di Wilayah Kerja
Puskesmas Sigumpar. Toba Samosir
: Universitas Sumatra Utara.

Winda nurningsih, (2012).” Hubungan
Tingkat Pengetahuan tentang
Menopause dengan keluhan wanita
saat menopause pasar rebo Jakarta
Timur 2012”