

PENINGKATAN PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI PADA LANSIA MENOPAUSE DI KELURAHAN SALEKOE KOTA PALOPO

Yusnidar¹, Andi Mayanti², Yeyen³, Andi Hasnah⁴, Nur Ilahi⁵, Nurul Hijrah⁶
^{1,2,3,4,5,6}Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Palopo
email: yusnidardarwis2@gmail.com;

Abstrak

Menopause merupakan fenomena biopsikososial yang meliputi peralihan kehidupan seorang wanita dari subur menjadi tidak subur, Keadaan ini dapat menyebabkan perubahan sistem pada tubuh wanita yang mengalami menopause. Tujuan Pengabdian Kepada Masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan pada masyarakat khususnya ibu-ibu lansia dengan kisaran usia 45-55 Tahun di kelurahan salekoe dalam menghadapi Menopause, cara paling mudah dengan memberikan pendidikan kesehatan melalui penyuluhan, kegiatan pengabdian ini di harapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan reproduksi lansia menopause sehingga dapat mencegah beberapa hal yang tidak diinginkan, salah satunya gangguan fisik dan psikis reproduksi, Metode pelaksanaan Pengabdian ini menggunakan Audio visual dan diskusi, materi yang diberikan yakni Proses Biologis, Menopause, Proses Menopause, Gejala Menopause, Perubahan dan gejala timbul saat menopause, Persiapan diri menghadapi menopause, Seksualitas Pada Wanita Menopause, hasil evaluasi pengabdian pre test dan post test, peserta menunjukkan peningkatan pengetahuan terhadap materi yang diberikan.

Kata kunci: Pengetahuan, Kesehatan Reproduksi Lansia, Manopause

Abstract

Menopause is a biopsychosocial phenomenon which includes the transition in a woman's life from fertile to infertile. This situation can cause system changes in the body of women experiencing menopause. The aim of this Community Service is to increase knowledge in the community, especially elderly mothers aged 45-55 years in Salekoe sub-district in facing Menopause, the easiest way is to provide health education through counseling, this service activity is expected to increase community knowledge about health reproduction of menopausal elderly people so that they can prevent several undesirable things, one of which is physical and psychological reproductive disorders. The method of implementing this service uses audio visuals and discussions. The material provided is Biological Processes, Menopause, Menopause Process, Symptoms of Menopause, Changes and symptoms that occur when menopause, Self-preparation for menopause, Sexuality in Menopausal Women, results of pre-test and post-test service evaluations, participants showed increased knowledge of the material provided.

Keywords: Knowledge, Elderly Reproductive Health, Manopause

PENDAHULUAN

Menopause merupakan fenomena biopsikososial yang meliputi peralihan kehidupan seorang wanita dari subur menjadi tidak subur, menopause dapat mengakibatkan sangat gejala fisik yang tidak menyenangkan seperti atrofi vagina mukosa yang menyebabkan vaginitis, pruritus, dispareunia, dan stenosis; atrofi genitourinari yang menyebabkan uretritis, dis uria, inkontinensia urin, dan frekuensi buang air kecil; infeksi saluran kemih (Ilankoon et al., 2021) Menopause adalah tahap akhir kehidupan reproduksi seorang wanita. Wanita yang akan memasuki masa menopause akan mengalami permasalahan fisik dan psikis yang apabila tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan kecemasan sehingga memerlukan pengetahuan yang lengkap. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan lebih rendah yaitu (30,8%) cemas sedang, (4/5,5%) yang berpengetahuan baik (51,2%), oleh karena itu petugas kesehatan sebaiknya lebih meningkatkan promosi kesehatan wanita menopause pada masa menopause. Agar siap dalam menghadapi masalah psikologi (wibowo & Nadhila,2020).

Hasil Penelitian (Syed Alwi et al., 2021) Persepsi wanita tentang *menopause* dalam penelitian ini ditemukan sesuai dengan penelitian lain pada wanita Asia. Wanita dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi dan wanita *menopause* secara komparatif mengungkapkan pendapat yang lebih positif mengenai *menopause*, Untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat,

cara yang paling sederhana adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan melalui penyuluhan atau konsultasi, karena berdasarkan hasil beberapa penelitian terbukti bahwa konsultasi dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat.

Salah satu faktor yang sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap terhadap masyarakat adalah metode penyampaian informasi dengan menggunakan media edukasi kesehatan yang tepat (Ramadhanti et al., 2019).

Reaksi wanita terhadap menopause berbeda-beda tergantung banyak faktor, antara lain: faktor psikologis, faktor sosial ekonomi, faktor budaya dan faktor lingkungan. Situasi sosial-ekonomi seseorang akan dipengaruhi oleh faktor fisik, kesehatan dan pendidikan. Jika faktor-faktor ini Cukup baik akan mengurangi beban psikologis dan fisiologis. Pengetahuan tentang menopause sangat diperlukan bagi wanita karena banyak wanita yang takut akan menopause, sebab Ada anggapan umum bahwa masa ini merupakan masa yang patut diperhitungkan dalam hari tua (Notoatmodjo, 2012).

Apa yang harus diketahui wanita tentang menopause, apa yang harus diketahui pasangan, tentang apa itu menopause, proses terjadinya menopause, gejala menopause, faktornya memperlambat dan mempercepat menopause serta terapi yang dapat digunakan untuk mengatasinya Menopause dan dampaknya. Pemahaman yang lebih baik tentang menopause pada wanita pramenopause dan pascamenopause, semoga terjadi perubahan sikap di masyarakat yang Ikuti kelas penyuluhan. Kegiatan PKM dilaksanakan dengan cara meningkatkan kesadaran melalui penyuluhan, yang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan guna mencegah hal-hal tertentu yang tidak diinginkan, salah satunya kesehatan reproduksi lansia *menopause*.

METODE

Kegiatan survei ke tempat pengabdian kepada masyarakat di Kelurahan salekoe melalui pengamatan langsung untuk dapat menggali permasalahan yang dihadapi di desa salekoe khususnya kesehatan reproduksi pada lansia menopause, setelah itu permohonan ijin kegiatan kepada bapak lurah salekoe dan pengurusan administrasi surat menyurat ,persiapan alat dan bahan serta akomodasi, persiapan tempat untuk penyuluhan yaitu pustu kelurahan salekoe.

Penyuluhan tentang pendidikan kesehatan dilaksanakan di kelurahan salekoe kota palopo. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada Sabtu, 13 september 2023. Acara penyuluhan dilaksanakan di kelurahan salekoe kota palopo yang dilengkapi peralatan audiovisual berupa Proyektor dan pengeras suara. Materi tentang kesehatan reproduksi, Proses Menopause ,Gejala Menopause, gejala timbul saat menopause, penanganan kesehatan reproduksi lansia menopause, Seksualitas Pada Wanita Menopause, Metode pendekatan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah :

1. Metode Audio visual: Metode ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada lansia *menopause*.
2. Metode tanya jawab atau diskusi : Setelah sesi penyampian informasi melalui audio visual, kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman serta kesiapanibu dan bapak di kelurahan salekoe kota palopo.

Sebelum dan sesudah melakukan penyuluhan, dilakukan pre-test dan post test dalam bentuk kuis ioner yang harus diisi oleh peserta. Pre-test dan post-test dilakukan masing masing selama 5 menit untuk melihat perubahan pengetahuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan secara langsung. Kegiatan penyuluhan dilakukan secara tertib dan lancar. Kegiatan penyuluhan ini berkaitan dengan kesehatan reproduksi, yang sering terjadi pada lansia. Peserta sangat antusias mengikuti penyuluhan ini, terbukti dari partisipasi mereka dalam bertanya dan mendiskusikan materi yang diberikan satu sama lain.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan penyuluhan

Penyuluhan dilakukan pukul 09.00 WITA, karena pada saat tersebut masyarakat mempunyai waktu luang yang lebih banyak untuk mengikuti kegiatan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk mengedukasi, memberikan informasi dan nasehat mengenai permasalahan atau keluhan kesehatan reproduksi yang sering dirasakan. Melalui edukasi langsung ini, peserta penyuluhan memberikan tanggapan yang positif. Selain menerima materi, peserta juga dapat berkonsultasi langsung dengan penanggung jawab narasumber.

Tabel 1. Variabel Pengetahuan

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Pengetahuan	Tahu	9	15,5 %
	Tidak Tahu	49	84,5 %

Tabel 2. Hasil Post-Test kesehatan reproduksi pada lansia

Variabel	Kategori	Frekuensi	Presentase %
Pengetahuan	Tahu	30	63,8 %
	Tidak tahu	28	36,2 %

Berdasarkan hasil pra test dapat disimpulkan bahwa sebagian besar masyarakat belum memahami dengan jelas tentang kesehatan reproduksi, dimana pengetahuan yang tahu sebanyak 9 orang (15,5%) dan tidak tahu sebanyak 49 orang (84,5%) sehingga dapat dikatakan kurangnya tingkat pendidikan dan ilmu pengetahuan mengenai kesehatan gangguan sistem reproduksi di kelurahan Salekoe. Penyuluhan yang diberikan yaitu Proses Biologis, Menopause, Gejala Menopause, Perubahan dan gejala timbul saat menopause, Persiapan diri menghadapi menopause, Seksualitas Pada Wanita Menopause. Dengan peserta yang berjumlah 58 orang, tata letak tempat sesuai dengan rencana yang telah digariskan yaitu pelaksanaan dilaksanakandi kantor kelurahan salekoe, materi disampaikan dengan bahasa yang mudah dimengerti dan dipahami oleh peserta. Dengan penyampaian materi para peserta benar-benar memahami apa yang disampaikan pada saat penyuluhan berlangsung. diadakan diskusi dan sesi tanya jawab dan terdapat reward untuk menarik antusiasme para peserta dan mengingat poin-poin penting yang telah Di sampaikan.

Berdasarkan hasil pra-test dapat disimpulkan bahwa sebagian besar masyarakat memahami dengan jelas tentang kesehatan reproduksi menjelang masa menopause, dimana skor pengetahuan masih rendah yaitu 9 orang (15,5%) dan 49 orang mempunyai kualifikasi tidak tahu (84,5%). Peserta Penyuluhan yang sebagian besar ibu-ibu lansia dengan kisaran usia 40-55 tahun setelah di berikan pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi menopause dapat meningkat terkait kesiapan ibu-ibu di kelurahan salekoe dalam menghadapi menopause.

Menopause merupakan fenomena biopsikososial yang meliputi peralihan kehidupan seorang wanita dari subur menjadi tidak subur. Meskipun menopause dapat menyebabkan gejala fisik yang sangat tidak menyenangkan, terdapat bukti bahwa gejala menopause yang dilaporkan rendah di kalangan wanita dalam budaya Asia. Menopause adalah tahap penuaan alami” dan tiga kategori “Memasuki tahap baru”, “Mengelola menopause” dan “Bukan akhir kehidupan” perubahan menopause dialami sebagai perubahan alami dalam hidup, dengan masalah kesehatan yang normal untuk perubahan ini dan ditangani dengan praktik perawatan diri yang berbeda.

Kategori “Memasuki tahap baru” menggambarkan wanita yang menyadari menopause dan perubahan tubuhnya. Kategori “Mengelola Menopause” menggambarkan pengalaman perempuan yang dapat menemukan solusi sendiri untuk meringankan gejala menopause dan dengan terlibat dalam kegiatan keagamaan dan berfokus pada interaksi dengan orang-orang. Kategori “Bukan Akhir Hidup” menggambarkan pandangan perempuan tentang dirinya masih berharga karena menopause dialami sebagai bagian alami dari kehidupan mereka.(Ilankoon et al., 2021).

Hasil Penelitian (Syed Alwi et al., 2021) Studi tentang persepsi menopause di kalangan Wanita Sarawak berusia antara 40 dan 65 tahun menunjukkan usia rata-rata menopause adalah 52 tahun. sikap peserta terhadap menopause berbeda dalam penelitian lain yang berbasis di Malaysia dan lainnya Negara-negara Asia, Latar belakang pendidikan memiliki efek yang signifikan pada bagaimana wanita memandang pria, semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin positif persepsi menopause. Terlebih adalah masalah yang umumnya tidak dibahas secara terbuka di sebagian besar komunitas timur, termasuk di antara perempuan, tampaknya ada kekurangan informasi, pengetahuan dan kesadaran tentang menopause, ini tercermin dalam jawaban yang diberikan selama wawancara. Penyedia perawatan primer, termasuk fisioterapi perawatan primer orang, memainkan peran penting dalam mendidik dan menciptakan kesadaran di kalangan wanita dari segala usia tentang menopause karena penyedia perawatan primer adalah titik pertama dari kebijaksanaan dengan penyedia layanan kesehatan formal untuk individu, keluarga dan masyarakat.

SIMPULAN

Penyuluhan di Kelurahan Salekoe pada tanggal 13 september 2023, penyampaian materi dilakukan dengan teknik ceramah diskusi Tanya jawab, dengan media audio visual menggunakan laptop dan in-focus, sehingga peserta dapat melihat dan fokus pada gambar tentang kesehatan reproduksi khusus lansia menopause. Memberikan informasi dan konseling mengenai keluhan yang biasanya dirasakan pada sistem reproduksi. Pemberian edukasi secara langsung ini memperoleh respon yang positif sehingga terjadi komunikasi dua arah peserta dan pemateri. Evaluasi hasil dari kegiatan ini adalah peserta memahami materi yang telah disampaikan, dari hasil post test didapatkan peserta yang memiliki pengetahuan sebanyak orang (63,8 %) dari 58 lansia menopause. Penyuluhan dilakukan dengan harapan semua wanita menopause dapat memeriksakan adanya kelainan atau penyakit pada sistem reproduksinya, sehingga mempermudah memberikan upaya preventive dan bila diperlukan lebih awal diberikan juga upaya curative.

Dari hasil post test diketahui bahwa 30 peserta (63,8%) dari 50 lansia mempunyai pengetahuan tentang kesehatan reproduksi menopause pada lansia. Sebagian besar peserta berusia antara 40 dan 55 tahun, dan semuanya adalah ibu rumah tangga. Seluruh peserta tampak bersemangat saat melakukan kegiatan ini. Hal ini membuktikan perlunya memberikan informasi mengenai kesehatan reproduksi pada lansia, Kegiatan ini dapat memudahkan petugas kesehatan dalam melaksanakan upaya preventif .

Penilaian dari hasil kegiatan ini adalah peserta memahami materi yang disampaikan. Dari hasil post test diketahui bahwa 30 peserta (63,8%) dari 50 lansia mempunyai pengetahuan tentang kesehatan reproduksi menopause pada lansia. Sebagian besar peserta berusia antara 40 dan 55 tahun, dan semuanya adalah ibu rumah tangga. Seluruh peserta tampak bersemangat saat melakukan kegiatan ini. Hal ini membuktikan perlunya memberikan informasi mengenai kesehatan reproduksi pada lansia, Kegiatan ini dapat memudahkan petugas kesehatan dalam melaksanakan upaya preventif .

Setelah penyuluhan, jumlah responden meningkat menjadi 63,8%. Hasil ini menjadi bukti bahwa kegiatan penyuluhan pada wanita menopause berhasil dan efektif dengan metode presentasi dengan sesi tanya jawab. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian Cahyati et al. yang melaporkan bahwa peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi khusus wanita menopause diiringi dengan peningkatan sikap pelayanan kesehatan (Cahyati dan Azinar, 2011), sehingga permasalahan terkait menopause dapat dicegah. dan dirawat. Tentunya kami menyarankan untuk menambah pengetahuan tentang kesehatan reproduksi wanita menopause menurut WHO dan mendorong dimasukkannya pelatihan mengenai menopause dan pilihan pengobatan dalam kurikulum pra-jabatan bagi petugas kesehatan; Dan menekankan pendekatan jangka panjang

terhadap kesehatan dan kesejahteraan (termasuk kesehatan dan kesejahteraan seksual), dengan memastikan bahwa perempuan memiliki akses terhadap informasi dan layanan kesehatan yang tepat untuk mendorong proses kemajuan penuaan yang sehat dan kualitas hidup yang tinggi sebelum, selama dan setelah menopause.

Edukasi dan promosi kesehatan menopause dapat dimulai dengan skrining dan penilaian faktor risiko secara menyeluruh, perubahan gaya hidup, diet seimbang, dan olah raga.

Upaya meningkatkan promosi mencakup kesehatan reproduksi wanita menopause dapat melalui media seperti promosi mencakup media elektronik, leaflet, brosur atau poster serta peran tenaga kesehatan atau bahwa salah satu kegiatan seorang dokter, yakni melakukan promosi pelayanan kesehatan lainnya. Terdapat beragam pilihan yang dapat dijadikan sebagai media penyampaian promosi kesehatan. Hal itu sebagaimana yang disampaikan oleh drh.putri Ekha puspitayani, DVM dalam kesempatan webinar bertajuk *The future of vest* pada Sabtu (17/07/2021)

UCAPAN TERIMAKASIH

Pengabdian masyarakat yang telah dilakukan ini, kami ucapkan terima kasih kepada peserta yang telah membantu dan bekerjasama baik pak RT, Dosen pembimbing maupun kepala pustu kelurahan Salekoe dengan mengundang warga kelurahan Salekoe untuk menghadiri kegiatan penyuluhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bustami, M., Matalaka, K. Z., Elyyan, Y., Hussein, N., Hussein, N., Safieh, N. A., Thekrallah, F., Mallah, E., Abu-Qatouseh, L., & Arafat, T. (2021). Age of natural menopause among Jordanian women and factors related to premature and early menopause. *Risk Management and Healthcare Policy, 14*. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S289851>
- Ilnkoon, IMPS, Samarasinghe, K. et Elgán, C. (2021). Menopause adalah fase penuaan alami: sebuah studi kualitatif. *Kesehatan Wanita BMC* 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-020-01164-6>
- Noervadila, I., Puspitasari, Y., Kartika, L. D., Idayani, D., & Rasyidi, A. K. (2020). Peningkatan Pengetahuan Lansia Melalui Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Lansia Pre- Menopause di Desa Sumberejo Kecamatan Banyuputih. *Dedication : Jurnal Pengabdian Masyarakat, 4*(1). <https://doi.org/10.31537/dedication.v4i1.285>
- Lansia dan kelainan yang menyertainya. *Majalah Idaman* jilid 4 nomor 1 halaman 57-63. Notoadmodjo, Soekidjo. (2012). Pendidikan kesehatan dan perilaku. Rineka Cipta. Ibukota Jakarta
- Proverawati, A dan Sulistyawati, E. 2017.
- Sindrom menopause dan premenopause. Buku kedokteran: Sebtalesy Yogyakarta, Cintika Yorinda dan Mathar, Irmawati. 2019. Menopause, Kesehatan Reproduksi Wanita Tahun. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Evayanti, Y., Rosmiyati, R., & Bustami, A. (2019). Penyuluhan Kesehatan Tentang Menopause Di Desa Kurungan Nyawa Kecamatan Gedong Tataan, Pesawaran Lampung. *Jurnal Perak Malahayati, 1*(1), Article 1.
- Ramadhanti, CA, Adespin, DA và Julianti, HP (2019). Perbandingan penggunaan metode penyuluhan dengan dan tanpa leaflet tentang pengetahuan dan sikap ibu terhadap tumbuh kembang anak usia dini. *Jurnal Kedokteran Diponegoro, 8*(1).
- Syed Alwi, HRH, Brohi, I.B. dan Awi, I. (2021). Kesadaran menopause di kalangan wanita di Sarawak, Malaysia. *Kesehatan Wanita BMC, 21*(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01230-7>
- Wibowo, D.A. dan Nadhilah, S. (2020). Hubungan antara pengetahuan tentang menopause dan *jurnal Keperawatan Galuh, 2*(1). <https://doi.org/10.25157/jkg.v2i1.3736>
- [i] Perserikatan Bangsa-Bangsa, Departemen Urusan Ekonomi dan Sosial. (2021) Prospek Dunia 2021. <https://population.un.org/wpp/Download/Standard/Population/>
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). Profil Kesehatan Indonesia 2014. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Vol. 51). <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
<https://www.alomedika.com/penyakit/obstetrik-dan-ginekologi/menopause/edukasi-dan-promosi-kesehatan>.