

**PENGARUH PEMBERIAN PENYULUHAN DALAM MENINGKATKAN  
PENGETAHUAN TENTANG MENOPAUSE PADA IBU USIA 40-50  
TAHUN DI DUSUN JARAKAN, MINGGIR  
YOGYAKARTA TAHUN 2011**

**Septi Purnamasari**

Dosen Tetap Akbid Abdurahman Palembang  
Email: septipurnama1589@gmail.com

**ABSTRACT**

*In 2010, the number of women in the beginning of menopause period was around 25.7 million (22%). Additionally, it is estimated that it will reach 29 million (24%) by 2015. Generally, women comprehend menopause as a common problem occurred to women. During menopause, women will undergo symptoms which affect both her physical and psychological condition, such as, weakening memory, anxiety, sensitivity, stress, and depression. This research aims to determine the effect of counseling in increasing the knowledge on menopause among 40 – 50 years old mothers in Jarakan hamlet, Minggir, Yogyakarta. This is a Quasi Experimental research with Non Equivalent Control Group Design. From total sampling used in this research, it resulted in 48 respondents for the experiment group and 43 respondents for the control group. The writer employed questionnaire in collecting the data. Meanwhile, in analyzing the data, the writer employed computerized T Two Sample (Independent T Sample) test. The result shows there is a significant effect of counseling on menopause among 40 – 50 years old mothers in Jarakan hamlet, Minggir, Yogyakarta. The result also illustrates that before the counseling was conducted, 57.14 % of total respondents has average knowledge on menopause. The knowledge improved to 80.95% after getting counseling. T value test shows that different result between experiment and control groups is significant which is in  $\alpha = 0.05$ .*

**Keywords** : Counseling, knowledge on menopause, 40 – 50 years old mothers

**ABSTRAK**

Pada tahun 2010 jumlah wanita yang memasuki menopause ada 25,7 juta jiwa (22%) dan diperkirakan akan meningkat sekitar 29 juta jiwa (24%) pada tahun 2015. Sebagian besar wanita tidak mengetahui dampak yang bisa timbul saat memasuki masa menopause. Ketidaktahuan ini didasari pandangan yang menganggap menopause itu gejala alami. Pada masa menopause akan mengalami gejala-gejala fisik yang dapat berdampak pada keadaan psikologis wanita misalnya ingatan menurun, kecemasan, mudah tersinggung, stress dan depresi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan tentang menopause pada ibu usia 40-50 tahun di dusun Jarakan, Minggir, Yogyakarta. Desain penelitian ini menggunakan metode quasi experiment dengan rancangan Non Equivalent Control Group Design. Pengambilan sampel dilakukan secara total sampling dan diperoleh 48 jumlah responden kelompok eksperimen dan 43 jumlah responden kelompok kontrol. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data dilakukan secara komputerisasi dengan menggunakan uji t dua sampel (uji t sampel independent). Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan penyuluhan 57,14% responden memiliki pengetahuan sedang tentang menopause, setelah dilakukan penyuluhan jumlah responden yang pengetahuan sedang meningkat menjadi 80,95%. Uji nilai t didapatkan perbedaan hasil antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan signifikan  $\alpha = 0,05$ .

**Kata Kunci** : penyuluhan, pengetahuan menopause, ibu usia 40-50 tahun

## **PENDAHULUAN**

Seiring perkembangan Indonesia sebagai salah satu negara dengan tingkat perkembangan yang cukup baik, maka akan makin tinggi pula harapan hidup penduduknya. Perlahan tapi pasti masalah harapan hidup mulai mendapatkan perhatian pemerintah dan masyarakat. Hal ini adalah konsekuensi logis terhadap keberhasilan pembangunan yaitu meningkatnya usia harapan hidup dan jumlah manusia usia tua di Indonesia. Salah satunya adalah wanita yang telah memasuki usia menopause (Kasdu, 2002).

Berdasarkan data statistik Indonesia jumlah penduduk masyarakat Indonesia pada tahun 2000 mencapai 203,46 juta orang dengan 101,81 (50%) juta penduduk wanita. Dari 101,81 wanita tersebut ada 18,3 juta jiwa (18%) wanita yang memasuki usia menopause. Pada tahun 2005 meningkat menjadi 21,3 juta jiwa (19%) dari 108,26 juta jiwa dari penduduk wanita Indonesia. Jumlah tersebut meningkat pada tahun 2010 menjadi 25,7 juta jiwa (22%). Pada tahun 2015 diperkirakan jumlah tersebut akan bertambah sekitar 29 juta jiwa (24%). Tahun 2020 diperkirakan jumlah wanita yang hidup dalam usia menopause adalah 30,3 juta jiwa (26%) (Baziad, 2003).

Menopause adalah proses fisiologis normal yang akan dialami setiap wanita. Masa ini umumnya terjadi pada usia 50 tahun. Pada masa ini ditandai dengan berakhirnya masa menstruasi atau haid (Kasdu, 2002). Sebelum terjadinya fase menopause biasanya didahului dengan fase pre menopause. Fase pre menopause adalah fase terjadinya peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya pembuahan (anovulatoir). Sebagian besar wanita mulai mengalami gejala pre menopause pada usia 40 tahun dan puncaknya terjadi pada usia 50 tahun (Proverawati, 2010).

Sebagian besar wanita di Indonesia tidak mengetahui dampak yang bisa timbul saat memasuki masa menopause. Ketidaktahuan itu didasari pandangan yang menganggap menopause itu gejala alami. Gejala pre menopause yang muncul sering menimbulkan gejala yang sangat mengganggu aktivitas kehidupan wanita, bahkan mengancam

kebahagiaan rumah tangga. Masalah yang muncul menjelang menopause bagi kebanyakan wanita yaitu hilangnya kesuburan dan meningkatnya osteoporosis. Gejala menjadi sangat serius jika tidak ditangani karena dapat menimbulkan perubahan yang menyebabkan kecemasan pada wanita. Gejala-gejala yang mungkin timbul saat pre menopause meliputi *hot flushes* (rasa panas dari dada hingga wajah), sakit kepala, sakit sendi dan otot, sakit punggung, vagina mengering sehingga mengakibatkan rasa nyeri sewaktu senggama, pengeroposan tulang dan penyakit jantung. Gejala-gejala fisik yang dialami dapat berdampak pada keadaan psikologis wanita misalnya ingatan menurun, kecemasan, mudah tersinggung, stress dan depresi (Proverawati, 2010).

Dampak yang diakibatkan dari gejala pre menopause yang cukup besar, maka pengetahuan mengenai menopause sangatlah diperlukan oleh wanita agar mereka tidak merasa takut menghadapi masa menopause. Sudah saatnya pula wanita mengetahui apa yang terjadi dalam tubuh mereka ketika menopause tiba. Menurut Notoatmodjo (2003) pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan yang perlu diketahui oleh wanita pada masa menopause yaitu pengertian menopause, proses terjadinya menopause, gejala-gejala menopause, faktor-faktor yang mempercepat atau memperlambat menopause. Dengan adanya peningkatan pengetahuan pada wanita pre menopause tentang menopause, diharapkan sikap wanita pre menopause menjadi lebih baik (Proverawati, 2010).

Pada saat memasuki masa menopause, ada wanita yang menyambutnya dengan biasa karena menganggap kondisi menopause sebagai bagian dari siklus kehidupan alamiah. Mereka merasa lega karena mereka tidak akan direpotkan lagi dengan datangnya haid rutin setiap bulan sehingga mengganggu aktivitas mereka (Barokah, 2005).

Sebaliknya ada wanita yang memasuki masa menopause dengan penuh kecemasan karena berakhirnya masa reproduksi di mana vitalitas dan fungsi organ-organ tubuh menjadi menurun. Menurunnya vitalitas dan fungsi organ-organ tubuh akan menyebabkan ketidakstabilan emosi yang bersifat sementara. Ketidakstabilan emosi ini bisa disebabkan oleh pengaruh perubahan hormon dalam tubuh, atau bisa karena faktor yang sifatnya sangat individual. Selanjutnya kestabilan emosi akan diperoleh kembali setelah memperoleh informasi yang akurat tentang menopause (Kasdu, 2002).

Menurut Hawari (2004) penyakit tua bukanlah gejala dari suatu penyakit, melainkan itu adalah gejala alamiah yang akan dihadapi oleh setiap wanita. Gejala alamiah tersebut adalah gejala menopause. Untuk mengatasi gejala menopause tersebut pemberian informasi tentang menopause sangatlah membantu agar dapat mencapai kehidupan yang sejahtera.

Keterlibatan pemerintah maupun masyarakat dalam mengatasi menopause dapat dilakukan dengan cara bekerjasama dengan tim dari berbagai disiplin keahlian ilmu misalnya Psikologi, Obstetri Ginekologi, Gizi, Psikiatri serta organisasi-organisasi wanita lainnya. Kerjasama ini dapat melalui berbagai posyandu lansia sebagai tempat efektif untuk memberikan informasi tentang pre menopause, menopause, pasca menopause. Selain itu adanya penyertaan organisasi-organisasi wanita atau organisasi khusus menopause sebagai contoh organisasi Perhimpunan Penyantun Kesejahteraan Wanita (PPKW), Komunitas Internasional Menopause/*International Menopause Society* (IMS) penting dalam menyadarkan wanita tentang menopause sebagai suatu hal fisiologis yang pasti dialami dengan segala dampak negatifnya, sehingga akan memudahkan mengatasi masalah (Pakasi, 2000)

Menurut hasil penelitian Esnaryati (2003) tingkat pengetahuan ibu pre menopause tentang klimakterium di Desa Tersobo, Prembun Kebumen yang diperoleh dari 40 responden

yaitu pengetahuan responden yang paling kurang adalah tentang tanda dan gejala klimakterum. Tingkat pengetahuan ibu pre menopause di Desa Tersobo secara umum belum baik karena dari hasil penelitian yang didapat tingkat pengetahuan ibu sebesar 70%. Dari hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa pengetahuan ibu tentang menopause masih kurang di daerah khususnya pedesaan. Kurangnya pengetahuan tersebut akan mempengaruhi perilaku dan sikap pada saat menghadapi masa menopause.

Studi pendahuluan tentang pengetahuan tentang menopause pada bulan Oktober 2010 di dusun Jarakan, Sendangrejo, Kecamatan Minggir telah dilaksanakan. Jumlah ibu seluruhnya ada 203 orang. Jumlah ibu masa menopause (umur 40-60 tahun) ada 63 orang (31%) dan jumlah ibu premenopause (umur 40-50 tahun) ada 48 orang (23,1%). Pada 10 ibu yang diwawancarai, terdapat 8 orang ibu (80%) yang belum mengetahui tentang menopause. Ini dapat diasumsikan bahwa responden belum mengetahui tentang menopause, gejala-gejala menopause dan faktor-faktor yang mempengaruhi menopause. Dua orang ibu (20%) sudah mengetahui tentang menopause. Ibu-ibu tersebut mendapatkan informasi tentang menopause dari media massa dan majalah. Upaya meningkatkan pengetahuan tentang menopause dapat diatasi dengan diberikannya penyuluhan tentang menopause oleh tenaga kesehatan dari puskesmas terdekat. Namun upaya tersebut belum dapat dirasakan karena belum terjangkaunya program-program pemerintah seperti posyandu lansia dan penyuluhan-penyuluhan kesehatan di dusun ini. Oleh karena itu diharapkan dengan adanya penyuluhan, ibu-ibu premenopause dapat mengatasi masalahnya tentang menopause.

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan tentang menopause di dusun Jarakan, Minggir, Yogyakarta.

## **Pengetahuan**

Pengetahuan, menurut Notoatmodjo (2005) merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu.

### **Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan**

1. Tingkat pendidikan  
Semakin tinggi tingkat pendidikan dan pengetahuan seseorang, maka dia akan lebih mudah dalam menerima hal-hal baru, sehingga akan lebih mudah pula untuk menyelesaikan hal-hal baru tersebut.
2. Informasi  
Seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan memberikan pengetahuan yang jelas.
3. Budaya  
Budaya sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan seseorang, karena informasi-informasi baru akan disaring untuk sesuai dan tidaknya dengan kebudayaan yang ada dan agama yang dianut.
4. Pengalaman  
Pengalaman di sini berkaitan dengan umur dan pendidikan individu, maksudnya pendidikan yang tinggi pengalaman akan luas sedang umur senakain banyak (bertambah tua).
5. Sosial ekonomi  
Tingkatan seseorang untuk memenuhi kebutuhan hidup disesuaikan dengan penghasilan yang ada. Sehingga menuntut pengetahuan yang dimiliki harus dipergunakan semaksimal mungkin, begitupun dalam mencari bantuan ke sarana kesehatan yang ada, mereka disesuaikan dengan pendapatan keluarga (Notoatmodjo, 2005).

### **Penyuluhan/Pendidikan Kesehatan Masyarakat**

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak sadar, tahu dan mengerti, tetapi mau dan bisa melakukan suatu

anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Machfoedz, 2005).

### **Tujuan Pendidikan Kesehatan**

1. Tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.
2. Terbentuknya perilaku sehat pada individu, keluarga, kelompok dan masyarakat yang sesuai dengan konsep hidup baik sehat dan fisik, mental dan sosial sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian (Machfoedz, 2005).

### **Menopause**

Menopause merupakan sebuah kata yang mempunyai banyak arti. Men dan pauseis adalah kata Yunani yang pertama kali digunakan untuk menggambarkan berhentinya haid. *Webster's Ninth New Collegiate Dictionary* mendefinisikan menopause sebagai periode berhentinya haid secara alamiah yang biasanya terjadi antara usia 45 dan 50 tahun (Kasdu, 2002).

### **Fase-fase Menopause**

1. Fase permulaan (Pra Menopause)  
Fase ini seringkali bermula ketika seorang wanita pada usia awal 40 tahun dan dapat berlangsung empat atau lima tahun.
2. Fase kedua (Peri Menopause)  
Fase ini ditandai dengan ketidakteraturan siklus dan juga didapati perubahan beberapa fungsi.
3. Fase ketiga (Menopause)  
Fase ini ditandai dengan berheninya haid wanita atau wanita mendapatkan haid yang terakhir yang dikendalikan kerja indung telur normal.
- 4) Fase keempat (Pasca Menopause)

Masa tidak haid seorang wanita selama 12 bulan setelah menopause (Barokah, 2005).

**Tanda dan Gejala Fisik Menopause**

1. Perdarahan
2. Rasa panas (hot flush) dan keringat malam
3. Vagina menjadi kering dan kurang elastis
4. Saluran uretra mengering, menipis dan kubrang elastis
5. Perubahan fisik (lebih gemuk)
6. Imsomnia
7. Gangguan punggung dan tulang belulang
8. Linu nyeri
9. Perubahan pada indra perasa (Smart, 2010)

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *quasi experiment* yaitu kegiatan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang ditimbulkan sebagai akibat adanya intervensi atau perlakuan tertentu<sup>5</sup>. Pada penelitian ini pengaruh yang ditimbulkan adalah meningkatkan pengetahuan dalam tentang menopause, sedangkan intervensi adalah penyuluhan tentang menopause. Rancangan penelitian menggunakan desain *Non Equivalent Control Group Design*.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang sudah mengalami menopause maupun yang menjelang menopause dan berumur 40-50 tahun yang diambil dari dua dusun di desa Sendangrejo, Minggir Yogyakarta berjumlah 91 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh/total sampling. Pada penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 48 orang untuk kelompok eksperimen di dusun Jarakan, Minggir Yogyakarta sedangkan untuk kelompok kontrol digunakan 43 orang yang diambil dari dusun Jarakan, Minggir Yogyakarta.

Analisa data yang digunakan pada penelitian adalah menggunakan uji t dua sampel (uji t sampel *independent*). Untuk membuktikan  $H_0$  ditolak atau diterima, harga t hitung dibandingkan dengan t tabel dengan derajat

kebebasan atau  $dk = n-1$  dan taraf signifikansi 5%. Bila t hitung lebih besar atau sama dengan t tabel, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya ada pengaruh penyuluhan tentang menopause dalam meningkatkan pengetahuan tentang menopause.

**HASIL PENELITIAN**

Pengkategorian data variabel pengetahuan tentang menopause hasil *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen dapat disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 1. Kategori Pengetahuan tentang Menopause Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Eksperimen**

Kategori	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
Tinggi	6	12,5	10	20,83
Sedang	25	52,8	38	79,17
Rendah	17	35,42	0	0
Jumlah	48	100	48	100

Sumber: Data Primer Diolah (2011)

Tabel 1 menunjukkan pengetahuan tentang menopause hasil *pre-test* kelompok eksperimen yaitu 6 responden (12,5%) yang mempunyai pengetahuan tinggi dan 25 responden (52,8%) mempunyai pengetahuan sedang. Disimpulkan bahwa pengetahuan tentang menopause hasil *pre-test* kelompok eksperimen termasuk dalam kategori sedang.

Tabel 1 juga menunjukkan pengetahuan tentang menopause hasil *post-test* kelompok eksperimen yaitu 38 responden (79,17%) mempunyai pengetahuan sedang dan tidak ada responden yang mempunyai pengetahuan rendah. Disimpulkan bahwa pengetahuan tentang menopause hasil *post-test* kelompok eksperimen termasuk dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*, pengetahuan tentang menopause pada kelompok kontrol dapat disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 2. Kategori Pengetahuan tentang Menopause Hasil Pre-test dan Post-test Kelompok Kontrol**

Kategori	Pre-test		Post-test	
	Σ	%	Σ	%
Tinggi	5	11,90	5	11,9
Sedang	24	57,14	34	80,95
Rendah	13	30,95	3	7,14
Jumlah	42	100	42	100

Sumber: Data Primer Diolah (2011)

Tabel 2 menunjukkan pengetahuan tentang menopause hasil pre-test kelompok kontrol yaitu 5 responden (11,9%) yang mempunyai pengetahuan tinggi dan 24 responden (57,14%) mempunyai pengetahuan sedang. Disimpulkan bahwa pengetahuan tentang menopause hasil pre-test kelompok kontrol termasuk dalam kategori sedang.

Tabel 2 juga menunjukkan pengetahuan tentang menopause hasil post- test kelompok kontrol yaitu 34 responden (80,95%) mempunyai pengetahuan sedang dan 3 responden (7,14%) mempunyai pengetahuan rendah. Disimpulkan bahwa pengetahuan tentang menopause hasil post- test kelompok eksperimen termasuk dalam kategori sedang.

Hasil uji t terhadap beda dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3. Hasil Uji Beda dengan Uji t**

Kelompok	Rata-rata peningkatan	T hitung	T tabel ( $\alpha=0,05$ )	$\rho$
Eksperimen	2,979	3,274	>2,000	0,000
Kontrol	1,881	3,913		

Sumber: Data primer diolah (2011)

Hasil uji t tersebut diketahui bahwa rata-rata peningkatan kelas eksperimen adalah 2,979 dan rata-rata beda kelas kontrol adalah 1,881 didapat nilai t hitung untuk kelompok

eksperimen 3,724 dan kelompok kontrol 3,913 dengan signifikansi 0,000. Nilai t tabel dengan db=88 pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  adalah > 2,000. Oleh karena nilai t hitung > dari t tabel, maka  $H_0$  ditolak. Hal ini berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan antara ibu-ibu yang diberi penyuluhan dan leaflet dengan ibu-ibu yang hanya diberikan leaflet saja. Hal ini menunjukkan pemberian penyuluhan mempunyai pengaruh yang signifikan dibandingkan dengan pemberian leaflet.

**PEMBAHASAN**

**Pengetahuan tentang Menopause Sebelum Penyuluhan**

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan tentang menopause adalah dengan pemberian penyuluhan tentang menopause. Seseorang yang mempunyai pengetahuan yang baik, diharapkan akan memiliki perilaku yang baik dalam menghadapi menopause.

Salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan menurut WHO adalah dengan pemberian informasi yang dapat meningkatkan pengetahuan sehingga menimbulkan kesadaran dan dapat dilakukan dengan penyuluhan (Notoatmodjo, 2005).

Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan tentang menopause hasil pre- test pada kelompok eksperimen dalam kategori sedang yaitu 24 responden (52,8%) dan pengetahuan tentang menopause hasil pre-test pada kelompok kontrol juga dalam kategori sedang yaitu 24 responden (57,14%). Jika dilihat dari tingginya persentase yang mempunyai tingkat pengetahuan sedang, hal ini disebabkan karena kurangnya penyuluhan mengenai menopause dan juga disebabkan rendahnya penyebaran informasi melalui media cetak dan elektronik.

Pengetahuan kesehatan bisa diperoleh melalui kegiatan penyuluhan. Penyuluhan didefinisikan sebagai kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan sehingga masyarakat

sadar, tahu, mengerti dan mau melaksanakan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Machfoed, 2005). Penyuluhan tentang menopause dilakukan untuk memberikan pengetahuan kesehatan tentang menopause dengan harapan mampu meningkatkan pengetahuan ibu tentang menopause.

#### **Pengetahuan tentang Menopause Setelah Penyuluhan**

Peningkatan pengetahuan tentang menopause salah satunya dapat melalui pemberian penyuluhan tentang menopause. Penyuluhan tentang menopause dapat meningkatkan pengetahuan sehingga akan memiliki kesiapan dalam perilaku dan sikap menjalani masa menopause.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh pemberian penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan menopause. Setelah dilakukan penyuluhan dan pemberian leaflet pada kelompok eksperimen terjadi peningkatan pengetahuan tentang menopause. Kategori pengetahuan tinggi yang sebelumnya sebesar 12,5% meningkat menjadi 20,83%, kategori pengetahuan sedang yang sebelumnya sebesar 52,8% meningkat menjadi 79,17% dan kategori pengetahuan rendah yang sebelumnya sebesar 35,42% menurun menjadi 0%.

Peningkatan pengetahuan ibu sesudah diberikan penyuluhan pada kelompok eksperimen dapat dilihat pada tabel 2 dimana untuk masing-masing item pertanyaan tentang pengetahuan mengalami peningkatan. Peningkatan yang sangat signifikan terdapat pada pengetahuan tentang menopause. Setelah diberikan penyuluhan ibu terhadap menopause sudah baik dibandingkan sebelum penyuluhan. Di samping itu identitas ibu yang mencakup umur dapat mempengaruhi proses perubahan sikap dan perilaku. Umur ibu yang rata-rata masih dalam usia produktif memungkinkan mereka masih mampu untuk menerima informasi yang diberikan dan bisa mengingatkannya kembali.

Pada kelompok kontrol setelah diberikan leaflet juga terjadi peningkatan pengetahuan tentang menopause. Kategori pengetahuan tinggi yang sebelumnya sebesar 11,9% tetap menjadi 11,9%. Kategori pengetahuan sedang yang sebelumnya sebesar 57,14% meningkat menjadi 80,95%. Kategori pengetahuan rendah yang sebelumnya 30,95% menurun menjadi 7,14%.

Peningkatan pengetahuan ibu sesudah diberikan penyuluhan pada kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel 3. Namun peningkatan ini tidak sebanyak kelompok eksperimen. Pemberian dengan metode leaflet sangatlah berbeda dengan pemberian penyuluhan. Metode leaflet hanya memberikan informasi yang terbatas. Selain itu ketertarikan responden dengan leaflet sangat dipengaruhi minat ketertarikan seseorang terhadap leaflet.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa informasi dalam bentuk penyuluhan akan mempengaruhi tingkat pengetahuan. Sumber informasi yang banyak akan memperluas pengetahuan (Notoatmodjo, 2005). Maka dengan memberikan informasi dalam bentuk penyuluhan kesehatan secara baik dan ceramah meningkatkan pengetahuan tentang menopause.

#### **Pengaruh Pemberian Penyuluhan dalam Meningkatkan Pengetahuan tentang Menopause**

Pendidikan kesehatan adalah proses belajar. Pendidikan kesehatan membantu agar orang mengambil sikap yang bijaksana terhadap kesehatan dan kualitas hidup. Penyuluhan merupakan suatu metode dalam pendidikan kesehatan yang dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Hal ini terbukti setelah penyuluhan diberikan memberikan perubahan yang berarti dan sikap negatif menjadi lebih positif.

Hasil uji t terhadap beda nilai t hitung didapatkan bahwa hasil t hitung > dari t tabel pada taraf signifikan 5%. Selain itu, didapatkan juga rata-rata beda kelas eksperimen 2,979 dan rata-rata beda kelas kontrol 1,881. Hasil menunjukkan bahwa pengetahuan tentang



menopause kelas eksperimen lebih tinggi daripada kelas kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan tentang menopause. Penyuluhan yang telah diberikan efektif sehingga bisa meningkatkan pengetahuan tentang menopause.

Pemberian penyuluhan lebih efektif dibandingkan dengan hanya diberikan leaflet saja. Hal ini disebabkan pemberian leaflet hanya memberikan informasi yang terbatas. Bentuk leaflet yang berupa informasi yang tertulis relatif lebih untuk diserap dibandingkan dengan penyuluhan. Selain itu penyerapan informasi melalui leaflet juga dipengaruhi oleh motivasi dan minat orang untuk membaca.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya bahwa sebagian responden dalam penelitian tersebut adalah responden yang tidak bekerja. Dalam penelitian ini sebagian responden tidak bekerja (Ibu Rumah Tangga). Pekerjaan yang dijalani oleh wanita premenopause berhubungan dengan adanya kesempatan ibu melakukan sosialisasi dan menyerap informasi kesehatan (Barokah, 2005).

Pada penelitian yang lain yaitu sebagian responden berpendidikan minimal SMP. Dalam penelitian ini sebagian responden latar belakangnya berpendidikan SMP<sup>9</sup>. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa faktor tingkat pendidikan mempengaruhi pengetahuan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan semakin mudah menerima serta mengembangkan pengetahuan (Notoatmodjo, 2005).

Pemberian penyuluhan berpengaruh terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause. Pemberian penyuluhan dapat memberikan berbagai informasi mengenai menopause, sehingga kecemasan ibu dalam menghadapi menopause dapat teratasi (Lestari, 2008).

Pada kasus lain yaitu pengaruh penyuluhan ASI eksklusif terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil di Mukim Laure-E Kecamatan Simeulue Tengah Kabupaten Simeulue (NAD)

tahun 2008. Penyuluhan yang dilakukan mempengaruhi pengetahuan ibu hamil. Dimana terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan ASI eksklusif, diketahui bahwa pengetahuan sebelum ASI eksklusif hanya 11,5% yang memiliki pengetahuan baik. Setelah diberikan penyuluhan ASI eksklusif semua responden (100%) memiliki pengetahuan baik.

## KESIMPULAN

Ada pengaruh pemberian penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan tentang menopause pada ibu usia 40-50 tahun di dusun Jarakan, Minggir, Yogyakarta tahun 2011.

## SARAN

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan bisa mengkaji lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan pengetahuan tentang menopause. Selain itu juga pengambilan data jangan hanya menggunakan kuesioner tertutup, misalnya dengan kuesioner terbuka ataupun metode wawancara, karena dengan metode wawancara data yang diperoleh akan lebih obyektif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Barokah, L. 2005. Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Menopause dengan Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause di Dusun Saman Bangunharjo Sewon Bantul Tahun 2005. KTI tidak diterbitkan. Yogyakarta: Diploma III Kebidanan-STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Baziad, A. 2003. Menopause dan Andropause. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo: Jakarta.
- Esnaryati, T. 2003. Tingkat Pengetahuan Ibu Pre-menopause tentang Klimakterium di Desa Tersobo Kecamatan Prembun, Kebumen Tahun 2003. KTI tidak diterbitkan. Yogyakarta: Diploma III Kebidanan-STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.

- Hawari, D. 2004. Kanker Payudara Dimensi Psikoreligi. Balai Penerbit Fakultas Universitas Kedokteran Indonesia: Jakarta.
- Kasdu, D. 2002. Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause. Puspa Swara: Jakarta.
- Lestari, S. 2008. Pengaruh Pemberian Penyuluhan Kesehatan terhadap Tingkat Kecemasan Ibu-Ibu Usia 40-50 tahun dalam menghadapi menopause di RW 03 Gendingan Kec. Ngampilan Tahun 2008. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta: PSIK-STIKES' Aisyiyah Yogyakarta.
- Machfoed, I. 2005. Pendidikan Kesehatan Masyarakat. Fitramaya: Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S. 2005. Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta: Jakarta.
- \_\_\_\_\_ 2005. Promosi Kesehatan dan Teori Aplikasinya. Rineka Cipta: Jakarta.
- Pakasi, L. 2000. Menopause Masalah dan Penanggulangannya. FKUI: Jakarta.
- Proverawati, A. 2010. Menopause dan Sindrom Menopause. Nuha Medika: Yogyakarta.
- Smart, A. 2010. Bahagia di Usia Menopause. A-Plus Book: Yogyakarta.