



## PENGARUH PENGETAHUAN, SIKAP, DAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KESIAPAN WANITA MENGHADAPI MASA KLIMAKTERIUM

Munisah<sup>1</sup>, Rachmawati. I.S<sup>2</sup>, Suprapti<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Prodi S1 Bidan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

<sup>2</sup>Prodi S1 Kebidanan Ilmu Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

<sup>3</sup>Prodi Profesi Bidan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

### INFORMASI

### ABSTRACT

Korespondensi:  
munisahkistriyono@gmail.com

*Objective: Climacterium is a period of a woman's life when the situation changes from the reproductive stage to the senile stage (non-reproductive), followed by regression (deterioration) of ovarian function. Physical changes that occur in the form of irregular menstruation, heat fluctuations, difficulty sleeping, palpitations, dizziness, easy fainting, wrinkled skin, decreased libido, urinary disorders. While the psychological changes that occur are feelings of fear, anxiety, irritability, forgetfulness, inability to concentrate, stress, and even depression. The purpose of this study was to determine the influence between knowledge, attitudes and family support on women's readiness to face the climacterium period.*

*Methods: This research design uses analytic research using a cross sectional approach. The study population was all women aged 40-55 years in Gresik. Our research was conducted in December 2022, using the total population, with a sample size of 55 respondents and using a questionnaire*

*Keywords: Knowledge, Attitude, Family Support, Readiness, Climacterium*

*Results: The results of this study using the Chi square statistical test, and the results showed that there was an influence between knowledge and readiness of women facing the climacterium period with a p value = 0.000 < a (0.05), there was an influence on attitudes and readiness of women facing the climacterium period with a p value = 0.000 < a (0.05) and family support with the readiness of women in facing the climacterium period, as evidenced by a p value = 0.000 < a (0.05). Of the three factors in this study, all of them have a significant influence on women's readiness to face the climacterium period.*

*Conclusion: There is a significant influence between knowledge, attitudes and family support with women's readiness to face the climacteric period.*

## PENDAHULUAN

Klimakterium merupakan masa yang berpatokan masa kehidupan seorang perempuan disaat berganti situasi dari tahap reproduktif menuju ketahap senium (tidak reproduktif), diikuti regresi (kemunduran) fungsi ovarium (Bobak, 2005). Klimakterium adalah masa perubahan dari fase reproduksi menuju fase usia tua (senium) dan tidak produktif yang disebabkan karena ovarium fungsi generatif dan endrokinolitik yang menurun (Baziad, 2003). Fase terakhir dalam kehidupan wanita atau setelah masa reproduksi

Tanda, gejala, atau keluhan yang kemudian timbul sebagai akibat dari masa peralihan ini disebut tanda atau gejala premenopause. Periode ini berlangsung antara 5-10 tahun sekitar menopause (5 tahun sebelum dan 5 tahun sesudah menopause). Perubahan fisik yang terjadi berupa haid tidak teratur, gejala panas, sukar tidur, jantung berdebar, pusing, mudah pingsan, kulit keriput, libido menurun, gangguan berkemih. Sedangkan perubahan psikologis yang terjadi adalah perasaan takut, cemas, mudah tersinggung, lekas marah, sering lupa, tidak bisa konsentrasi, stres, bahkan sampai depresi (Sundari, 2013). Dengan adanya perubahan yang terjadi, akan menjadi masalah yang besar apabila seorang perempuan tidak mempunyai pengetahuan yang baik tentang klimakterium, mereka tidak bisa menentukan sikap yang positif. Apalagi kalau perempuan tersebut tidak mendapat dukungan dari keluarga, maka perempuan tersebut akan mengalami stres yang berkepanjangan sampai dengan mengalami depresi.

Dengan pengetahuan baik tentang klimakterium dan perubahan yang terjadi, akan sangat membantu seorang perempuan menyiapkan dirinya untuk menghadapi masa tersebut, serta berperilaku yang sehat dan dapat menentukan sikap yang positif dalam menjalani perubahan yang akan timbul yaitu perubahan fisik dan psikologis dan rasa ketidaknyamanan yang dialami pada masa klimakterium. Dengan sikap yang positif serta mendapatkan dukungan keluarga, membuat seorang perempuan akan siap menghadapi masa klimakterium dengan baik.. Dukungan keluarga adalah dukungan yang diterima oleh seorang perempuan dari orang yang ada dalam keluarga yaitu suami, anak-anak serta orang tua. Dengan dukungan tersebut, seorang perempuan merasa

mendapat perhatian, merasa dicintai dan dihargai. Dukungan yang berasal dari keluarga berwujud dukungan emosional, dukungan penghargaan instrumental serta dukungan informatif.

Akibat menurunnya produksi hormon esterogen yang terjadi dimasa klimakterium, yang mengakibatkan keluhan pada setiap perempuan. Tetapi setiap perempuan keluhannya berbeda-beda, ada perempuan yang mengalami keluhan yang ringan, sedang dan ada pula yang mengalami keluhan yang berat. Keluhan yang ringan dialami pada sosok perempuan yang telah siap dalam menghadapi masa menapausenya, tetapi perempuan dengan keluhan yang sedang dan berat dialami oleh perempuan yang belum siap dalam menjalani masa berhentinya bereproduksi. Dimana hal tersebut menurut mereka merupakan masa yang dirinya tidak berarti, tidak dibutuhkan oleh suami dan anak-anaknya, sehingga perempuan tersebut mengalami stres bahkan sampai depresi. Dengan kondisi yang kurang percaya diri dan ketakutan yang berlebihan tersebut, dapat berpengaruh terhadap kesiapan dalam menghadapi masa menopause yaitu masa berhentinya reproduksi. Supaya seorang perempuan siap dalam menghadapi tahap kehidupan tersebut, didukung oleh beberapa faktor diantaranya adalah pengetahuan, sikap, pendidikan, dukungan keluarga, budaya, sosial ekonomi, spiritual, dan riwayat kesehatan. Pengetahuan tentang klimakterium yang baik, sikap dan keluarga yang mendukung akan serta spiritual yang kuat, dapat menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kesiapan seorang perempuan secara fisik, mental dan spiritualnya. Kesiapan seorang perempuan menghadapi masa klimakterium ditunjukkan dengan mengikuti pola hidup yang sehat yaitu: mengkonsumsi makanan yang bergizi, menghindari stres, menghentikan konsumsi alkohol dan rokok, teratur berolahraga, selalu berkonsultasi dengan dokter secara berkala.

Peneliti telah melakukan survey pendahuluan di kelompok pengajian Al-Hidayah DPD Kabupaten Gresik, yang dilakukan pada Bulan November 2022, didapatkan hasil bahwa terdapat wanita yang berusia 42 tahun sudah mengalami menopause, sedangkan seorang lagi berusia 52 tahun tapi belum mengalami tanda tanda klimakterium. Dan ada juga 2 wanita yang mengeluh bahwa menstruasinya tidak teratur yang kurang tahu sebabnya sehingga wanita tersebut bingung harus bagaimana menghadapi kondisi seperti ini. Berdasarkan latar belakang yang

didapatkan oleh peneliti, maka kami tertarik untuk melakukan penelitian tentang faktor yang mempengaruhi kesiapan seorang wanita menghadapi mas klimakterium.

**METODE**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif analitik, pendekatan yang digunakan adalah pendekatan potong lintang atau cross sectional, yang maksudnya adalah penelitian yang dilakukan yang mempunyai tujuan utama adalah menjawab masalah yang dihadapi dalam situasi seseorang untuk melihat bagaimana hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga terhadap kesiapan wanita menghadapi masa klimakterium.

Penelitian ini sudah dilakukan diwilayah Gresik Kabupaten Propinsi Jawa Timur yang kami laksanakan pada Bulan Desember 2022. Populasi yang kami gunakan dalam penelitian ini adalah seluruh wanita yang memasuki masa klimakterium yaitu berusia 40 samapi 55 tahun di Kabupaten Gresik sejumlah 55 orang.

Penelitian ini menggunakan jenis data primer. Data terkumpul melalui kuesioner, yang terdiri dari 25 pertanyaan. Pengolahan data dengan tahapan editing, coding, entry data, dan cleaning. Uji statistik yang dipakai adalah analisis yang menggunakan uji chi square.

**HASIL**

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Keluarga Dengan Kesiapan Wanita Menghadapi Masa Klimakterium

Tingkat Pengetahuan	Kesiapan Menghadapai Klimakterium				Total		PR	P Value
	Tidak Siap		Siap		n	%		
	n	%	n	%				
<b>Kurang</b>	6	1,9	3	0,55	9	16,4	23,51	0,000
<b>Baik</b>	2	0,0	44	80	4	83,6		
	3		6					
<b>Sikap</b>								
<b>Kurang</b>	8	14	4	7,3	1	21,8	33,54	0,000
<b>Baik</b>	0	0	43	78,2	4	78,2		
	3							
<b>Dukungan</b>								

Keluar							
Tidak	8	14	4	7,3	1	21,8	33,54
Ya	0	0	43	78,2	4	78,2	83,6

**Pengaruh Pengetahuan Tentang Menopause dengan Kesiapan Wanita Menghadapi Masa klimakterium**

Berdasarkan hasil penelitian dari 55 responden perempuan yang berusia 40 sampai dengan 55 tahun, didapatkan sebagian besar perempuan yang siap menghadapi masa klimakterium adalah sebesar 85%, sedangkan perempuan yang tidak siap menghadapi masa klimakterium sebesar 15%. Dan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai p = 0,000. Yang menjelaskan bahwa Ha diterima dan Ho ditolak yang maksudnya adalah semakin baik pengetahuan, semakin siap pula seorang perempuan menghadapi masa klimakterium.

**PEMBAHASAN**

Penelitian ini sejalan penelitian yang dilakukan Nessi. M & Nurul. H (2022) menjelaskan bahwa dengan adanya peningkatan pengetahuan wanita tentang menopause, akan meningkatkan kesiapan seorang wanita dalam menghadapi masa yang akan dilaluinya yaitu masa menopause, dimana hasil penelitiannya nilai p=0,015, dan wanita dengan pengetahuan yang rendah punya kecenderungan 25 kali tidak siap menghadapi masa menapausenya. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Sasrawita (2017) yang hasilnya 40% perempuan mempunyai pengetahuan kurang, tidak siap dalam menjalani masa menopause, yang penyebabnya kurangnya kemauan wanita tersebut untuk memahami tentang menopause. Penelitian ini juga sepaham dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Misrina & Rizka.N (2021) yang hasil penelitiannya menjelaskan bahwa tingkat kepercayaan 95% (α=0,05) Ho ditolak dan Ha diterima yang mana artinya ada hubungan antara pengetahuan wanita tentang menopause dengan kesiapannya dalam menghadapi menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang. Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Mery.M (2016) yang hasil penelitiannya menunjukkan bahwa p=0,021, yang mana artinya Ha diterima dan Ho ditolak yang artinya bahwa semakin baik pengetahuan, semakin siap wanita menghadapi menopause. Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Merri. M (2016) yang menyatakan bahwa dengan

pengetahuan tentang menopause dengan kategori baik memiliki tingkat kesiapan menghadapi menopause dengan hasil OR 5,6 atau 6 kali lebih besar, yang mana dibuktikan dengan hasil  $p=0,021$ . Sejalan juga dengan penelitian Tri. S (2016) yang mendapatkan hasil tingkat pengetahuan tinggi dengan kesiapan menghadapi menopause tinggi sebanyak 85,1% dan didapatkan  $p=0,0039$  yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan responden dalam menghadapi masa menopause.

### **Pengaruh Sikap Terhadap Masa Klimakterium Terhadap Kesiapan Wanita Menghadapi Masa Klimakterium**

Berdasar hasil penelitian terdapat hasil bahwa perempuan dengan sikap yang baik sebesar 78,2%, sedangkan sikap yang kurang 21,8%. Dan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai  $p = 0,000$ . Yang menjelaskan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang maksudnya adalah semakin baik sikap, semakin siap pula seorang perempuan menghadapi masa klimakterium.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nopita dkk (2022) yang menyebutkan bahwa hasil uji Chi Square didapat nilai  $p \text{ value}=0,000$ , dimana hal ini menjelaskan bahwa ada hubungan antara sikap wanita dengan kesiapan menghadapi masa menopause. Hasil penelitian Ilafi.R (2018) dengan judul gambaran pengetahuan dan sikap ibu usia 48-55 tahun tentang menopause terhadap penerimaan perubahan yang terjadi masa menopause di Desa Weru Sukoharjo yang hasil  $p \text{ value}$  menunjukkan 0,01, yang maksudnya adalah ada hubungan yang signifikan bermakna antara sikap ibu yang positif dengan kesiapan menghadapi masa menopause. Penelitian Nur. L, dkk (2018) yang judulnya hubungan sikap premenopause terhadap kecemasan menghadapi menopause di PKM Garuda Pekan Baru yang hasilnya didapatkan responden yang bersikap positif baik sebesar 73,6%. Begitu juga dengan hasil penelitian Zulkarnain. Dkk (2017) dengan judul hubungan sikap ibu dalam menghadapi premenopause di Kelurahan Baru Bambu Medan Tuntungan dan hasil yang diperoleh sikap ibu yang menghadapi premenopause sebagian besar positif sebanyak 33 (51,6%) responden dengan  $p \text{ value}$  0,036  $<0,05$  yang berarti adanya hubungan antara sikap ibu menjelang premenopause.

### **Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Kesiapan Wanita Menghadapi Masa Klimakterium**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa perempuan dengan dukungan keluarga yang baik sebesar 78,2%, sedangkan dukungan keluarga yang kurang 21,8%. Dan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai  $p = 0,000$ . Yang menjelaskan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang maksudnya adalah semakin baik dukungan

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Mery. M (2016) menyebutkan bahwa hasil yang diperoleh menunjukkan nilai  $p=0,001$ , hasil OR yang diperoleh menunjukkan nilai 11,77 yang mempunyai arti bahwa responden yang memiliki dukungan keluarga yang baik memiliki tingkat kesiapan menghadapi menopause 11,77 atau 12 kali lebih besar dari responden yang memiliki dukungan keluarga tidak baik. Penelitian kami ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nessi.M & Nurul.H (2022) dengan judul penelitian faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan perempuan dalam menghadapi masa menopause dengan hasil sebagian besar respondennya memiliki kesiapan dalam menghadapi masa menopause dengan dukungan keluarga sebesar 87,5%.

Keluarga adalah orang yang berada paling dekat keberadaannya dengan wanita yang memasuki masa klimakterium. Peran keluarga kepada wanita dalam masa klimakterium adalah memberikan dukungan. Suami adalah anggota keluarga yang paling utama dalam memberikan dukungan kepada istrinya dalam menghadapi masa klimakterium. Karena tugas suami selain sebagai pendamping bagi istrinya, suami juga harus memberikan motivasi dan memberikan semangat kepada istrinya dalam menjalani masa klimakterium, yang mana masa itu merupakan tahapan yang berat bagi seorang wanita. Selain suami, anak dan anggota keluarga yang lain juga harus memberikan dukungan dan selalu memberikan semangat kepada wanita yang memasuki masa klimakterium.

Asumsi peneliti tentang hasil penelitian ini tentang pengaruh pengetahuan klimakterium dengan kesiapan seorang perempuan menghadapi masa klimakterium adalah dengan pengetahuan tentang klimakterium yang baik, selalu berfikir positif dalam menghadapi masa klimakterium, sehingga hal tersebut akan mempengaruhi perempuan tersebut untuk lebih siap menghadapi masa klimakterium. Dengan pengetahuan yang baik, dimana hal tersebut juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden juga berpendidikan tinggi yang akan lebih mudah mengakses informasi tentang klimakterium, mengembangkan dan menerapkan didalam kehidupannya. Dengan pendidikan yang tinggi maka



pengetahuan tentang klimakterium baik, yang akan berefek pada sikap wanita terhadap perubahan yang terjadi pada masa klimakterium menjadi baik. Keluarga adalah orang yang ada didekat seorang wanita dalam menghadapi masa klimakterium. Dukungan keluarga yang paling utama adalah suami dan anak-anak, dukungan itu berupa emosional, instrumental, informasional, penghargaan. Dengan dukungan seluruh aspek keluarga dalam rangka meningkatkan kenyamanan seorang wanita menghadapi masa klimakterium. Sehingga perempuan tersebut akan siap menghadapi masa klimakterium dan akan menerima dengan ikhlas bahwa perubahan yang terjadi pada fisik dan mentalnya merupakan suatu anugrah dari Allah yang harus dijalani dengan rasa syukur.

## KESIMPULAN

Ada pengaruh yang signifikan antara pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dengan kesiapan wanita menghadapi masa klimakterium. Dengan pengetahuan yang baik dengan dasar tingkat pendidikan yang tinggi, sikap positif wanita terhadap masa klimakterium dan dukungan keluarga yang baik, maka seorang wanita akan siap menghadapi masa klimakterium.

## DAFTAR PUSTAKA

- Baziad. Ali. (2008). Menopause dan Andropause. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Bobak, I.M., & Lowdermilk, D.L. (2005). Buku Ajar Keperawatan Maternitas, Edisi 4. Jakarta : EGC
- Ilafi. R, 2018, gambaran pengetahuan dan sikap ibu usia 48-55 tahun tentang menopause terhadap penerimaan perubahan yang terjadi masa menopause di Desa Weru Sukoharjo, Surabaya: Jurnal Biometrika dan Kependudukan, Vol.7 No.1
- Mery.M, 2016, Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Wanita Menghadapi Menopause Di Desa Sumarayar Kecamatan Langowan Timur, Manado : Fak. Kep. Universitas Katolik De La Salle.
- Misrina & Rizka.N, 2021, Hubungan Karakteristik Dengan Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause Di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang, Banda Aceh: Universitas Ubudiyah Indonesia.
- Nessi. M & Nurul. H, 2022, Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Perempuan Dalam Menghadapi Masa Menopause, Jakarta : Jurnal Fisioterapi dan Kesehatan Indonesia
- Nopita. S, Murdiningsih, Sri. H, 2022, Hubungan Dukungan Keluarga, Pengetahuan, Sikap Ibu Dengan Kesiapan Menghadapi Perubahan Pada Masa Premenopause. Palembang: Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Kader Bangsa
- Nur. L dkk, 2018, hubungan sikap premenopause terhadap kecemasan menghadapi menopause di PKM Garuda Pekanbaru
- Purbowati.N, Hajrah.W, Nuraini.N. 2019. Hubungan tingkat Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Mengatasi Ketidaknyamanan pada Masa Klimakterium. Palu : Jurnal Bidan Cerdas e-ISSN: 2654-9352 Vol. 2 No.1
- Sundari. M & Dyah. P, 2013, Klimakterium Masalah & Penangannya Dalam Perspektif Kebidanan, Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Tri Sabatini, 2016, Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesiapan Wanita Premenopause Dalam Menghadapi Menopause Di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta, Yogyakarta : FK & F.Kes Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- Zulkarnain. Dkk, 2017, hubungan sikap ibu dalam menghadapi premenopause di Kelurahan Baru Bambu Medan Tuntungan, Medan: Jurnal Darma Agung, Universitas Darma Agung Vol. 17, No.3