

Penyuluhan tentang Menopause pada Perempuan Lansia di Puskesmas Minasa Upa

Menopause Socialization to Elderly Women at Minasa Upa Primary Health Care

^{1,2}Elizabet Catherine Jusuf, ^{1,2}Rudy B. Leonardy, ^{1,2}A. Mardiah Tahir,
^{1,2}Suzana S. Pakasi, ^{1,2}Umar Malinta, ¹Julius Calvin, ¹Najmiah Djakaria,
¹Gina Magda Riana

¹Departemen Obstetri dan Ginekologi, Universitas Hasanuddin, Makassar

²Divisi Obstetri dan Ginekologi Sosial, Departemen Obstetri dan Ginekologi, Universitas Hasanuddin, Makassar

Korespondensi: E.C. Jusuf, obginsosfkuh@gmail.com

Naskah Diterima: 20 Januari 2022. Disetujui: 5 Nopember 2022. Disetujui Publikasi: 19 Maret 2023

Abstract. Menopause is the period of permanent cessation of menstruation after losing ovarian activity. Data from the Ministry of Health of the Republic of Indonesia, in 2009, postmenopausal women in Indonesia reached 7.4%, and in 2020 is estimated to get 11.54%. The increase in the population of menopausal women is generally accompanied by various problems that impact the health and quality of life experienced by these menopausal women. Most premenopausal women worldwide do not know about menopause, even though knowledge is significant in shaping one's behavior. Women with knowledge related to peri/post menopause will be able to understand and be confident in dealing with problems that arise when changes occur. Health programs related to menopause have not received serious attention; women's reproductive health services at primary health care have been limited to maternal pregnancy check-ups, delivery assistance, and family planning services. One way to prepare women for this menopause is to change their cognitive abilities through counseling. This counseling can increase knowledge that can change health beliefs and improve the health behavior of postmenopausal women. The results of this counseling showed an increase in the average level of knowledge from the pre-test 56, and after counseling, it increased to 81.33. A significant increase of 25.33 ($p < 0.05$) indicated that the counseling method effectively increased knowledge about menopause in poly prolansis women.

Keywords: *Menopause, socialization, primary health care.*

Abstrak. Menopause adalah masa terjadinya penghentian menstruasi permanen setelah hilangnya aktivitas ovarium. Data dari Departemen Kesehatan RI pada tahun 2009 wanita menopause di Indonesia mencapai 7,4% dan tahun 2020 diperkirakan mencapai 11,54% dengan usia rata-rata menopause 49 tahun. Peningkatan populasi wanita menopause pada umumnya disertai berbagai masalah yang kompleks sehingga berdampak pada kesehatan dan kualitas hidup yang dialami wanita menopause tersebut. Sebagian besar wanita premenopause di dunia tidak memiliki pengetahuan mengenai menopause, padahal pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk membentuk perilaku seseorang. Wanita yang memiliki pengetahuan terkait menopause akan dapat memahami dan percaya diri dalam menangani masalah yang timbul saat terjadi perubahan. Program kesehatan yang terkait dengan menopause belum mendapat perhatian serius, pelayanan kesehatan reproduksi wanita di Puskesmas, hingga saat ini terbatas pada pemeriksaan kehamilan ibu, pertolongan persalinan dan pelayanan keluarga berencana. Salah satu cara untuk menyiapkan wanita menghadapi

masa menopause ini adalah dengan cara mengubah kognitifnya melalui penyuluhan. Penyuluhan ini mampu meningkatkan pengetahuan, mengubah keyakinan kesehatan dan meningkatkan perilaku kesehatan wanita menopause. Hasil dari penyuluhan ini menunjukkan adanya peningkatan rata-rata tingkat pengetahuan dari *pre-test* 56 dan setelah dilakukan penyuluhan meningkat menjadi 81,33. Terdapat peningkatan yang signifikan sebesar 25,33 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa metode penyuluhan efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang menopause pada wanita poli prolans.

Kata Kunci: *Menopause, penyuluhan, puskesmas.*

Pendahuluan

Menopause adalah masa terjadinya penghentian menstruasi permanen setelah hilangnya aktivitas ovarium (Baziad, 2003). Masa transisi menopause merupakan periode dimana seorang wanita mengalami menstruasi yang tidak teratur sampai berhenti menstruasi. Transisi menopause berlangsung 3-9 tahun pada usia antara 45-55 tahun (Kohen, 2006). Data dari World Health Organization tahun 2010, total populasi wanita menopause di dunia mencapai 894 juta jiwa, dan pada tahun 2030 jumlahnya diperkirakan meningkat mencapai 1,2 milyar. Data dari Departemen Kesehatan RI pada tahun 2009 wanita menopause di Indonesia mencapai 7,4% (Pusat Data Dan Informasi Kesehatan, 2007).

Keluhan peri atau pasca menopause adalah keluhan subjektif yang dialami oleh seorang wanita akibat adanya perubahan kadar hormon estrogen yang dapat terjadi sebagai konsekuensi dari proses penuaan sistem reproduksi atau akibat dipicu oleh suatu kondisi tertentu. Keluhan ini terdiri dari gejala vasomotor, psikologis dan psikosomatis, yang mana seluruhnya dapat menurunkan kualitas hidup wanita menopause (Hale & Burger, 2009). Sebanyak 80,9% wanita menopause di dunia, tidak memiliki pengetahuan tentang menopause itu sendiri, padahal pengetahuan ini merupakan domain yang sangat penting untuk membentuk perilaku seseorang. Wanita yang memiliki pengetahuan terkait menopause akan mampu memahami dan percaya diri dalam menangani masalah yang timbul saat terjadi perubahan pada dirinya. Sebaliknya apabila wanita tidak memiliki pengetahuan yang cukup, maka bisa berdampak pada kurangnya kesiapan dan kepercayaan diri menghadapi menopause yang akhirnya bisa menyebabkan stres (Setiawan dkk., 2020).

Program penyuluhan dan promosi kesehatan sampai saat ini masih efektif dalam meningkatkan pengetahuan, perilaku dan keterampilan masyarakat (Widia dkk., 2022). Program kesehatan yang terkait dengan menopause belum mendapat perhatian serius, misalnya, belum diberikan edukasi kesehatan tentang persiapan wanita dalam menghadapi masa menopause yang dilaksanakan oleh pihak Puskesmas. Pelayanan kesehatan reproduksi wanita di Puskesmas, terbatas pada pemeriksaan kehamilan ibu, pertolongan persalinan dan pelayanan keluarga berencana. Sehingga, dapat dikatakan bahwa program pemerintah yang ada saat ini masih kurang menyentuh sasaran usia lanjut usia. Salah satu cara untuk menyiapkan wanita menghadapi masa menopause ini adalah dengan cara meningkatkan pengetahuannya melalui penyuluhan. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan yang dilakukan oleh MPPDS dan dosen Divisi Obstetri Ginekologi Sosial FKUH di Puskesmas Minasa Upa Kota Makassar diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman wanita-wanita pre, peri dan pasca menopause.

Pemahaman yang baik terkait permasalahan di masa menopause bukan hanya dipengaruhi oleh status pendidikan ibu yang tinggi, tetapi juga karena ibu selalu terpapar melalui sosialisai dan penyuluhan yang dilakukan oleh petugas kesehatan. Beberapa kegiatan penyuluhan sebelumnya tentang menopause pada wanita usia lanjut usia telah dilakukan di berbagai daerah. Yuneta dkk melakukan penyuluhan tentang menopause di Kabupaten Karanganyar (Yuneta dkk., 2020),

demikian pula penyuluhan yang dilakukan oleh Noervadila dkk di Kabupaten Batang (Noervadila dkk., 2020). Hal serupa juga dilakukan oleh Maharani di Kabupaten Jambi (Maharani, 2019). Penyuluhan sebelumnya menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan dan tingginya antusias masyarakat khususnya wanita usia lanjut dalam mengikuti penyuluhan tentang menopause. Hal ini menjadi dasar kuat dari penyelenggaraan pengabdian ini, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan wanita lanjut usia tentang masa menopause. Adapun manfaat yang diharapkan, dari pengetahuan tersebut wanita usia lanjut lebih siap secara fisik dan psikis dalam menghadapi masa menopause sehingga dapat mengurangi masalah-masalah yang dihadapi selama masa menopause.

Metode Pelaksanaan

Tempat dan Waktu. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Selasa 15 Juni 2021 di Puskesmas Minasa Upa Kota Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia.

Khalayak Sasaran. Sasaran kegiatan ini adalah ibu-ibu yang mengikuti kegiatan prolanis di Puskesmas Minasa Upa yang berusia 45 tahun atau lebih (masa perimenopause/menopause) sebanyak 30 orang.

Metode Pengabdian. Metode yang diterapkan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu metode penyuluhan berupa penyampaian materi dan tanya jawab. Materi yang disampaikan terkait dengan menopause. Penyampaian materi ini disampaikan secara oral dengan media bantu berupa *PowerPoint*.

Indikator Keberhasilan. Jumlah peserta mencapai target dan sasaran sebanyak 30 orang, serta terjadi peningkatan pengetahuan rata-rata responden dan mencapai nilai ≥ 80 dari skala nilai 0-100.

Metode Evaluasi. Metode evaluasi pengabdian ini dinilai dari adanya peningkatan nilai *pre-test* ke *post-test* secara signifikan ($p < 0,05$) pada peserta yang diukur menggunakan uji statistik t-berpasangan. Analisis univariat digunakan untuk mengukur rata-rata tingkat pengetahuan responden sebelum dan setelah mengikuti penyuluhan. Analisis bivariat menggunakan uji t berpasangan dengan derajat kepercayaan 95% ($p < 0,05$) dilakukan untuk menilai adanya peningkatan pengetahuan yang bermakna pada responden setelah mendapatkan materi penyuluhan

Hasil dan Pembahasan

A. Penyuluhan Menopause pada Wanita Poli Prolanis

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 15 Januari 2022 di aula pertemuan Puskesmas Minasa Upa Kota Makassar. Jumlah peserta pada kegiatan ini yakni sebanyak 30 orang didampingi oleh 2 orang bidan dari bagian promosi kesehatan di puskesmas tersebut.

Dalam pelaksanaan kegiatan semua peserta tampak antusias menerima materi yang disajikan. Hal ini terlihat dari keseriusan peserta saat materi penyuluhan disajikan maupun pada saat sesi tanya jawab. Adapun materi penyuluhan yang disampaikan yaitu: pengertian menopause, gejala-gejala menopause, dan tatalaksana pada pasien menopause baik melalui perubahan pola hidup dan terapi hormonal.

B. Analisis Pengaruh Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan

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



Gambar 1. Penyajian materi menopause, tanya jawab dengan peserta dan foto bersama

sebelum dan sesudah penyuluhan dilaksanakan. Hasil dari kegiatan ini yaitu untuk menambah informasi dan pengetahuan peserta tentang menopause dan bagaimana cara untuk menghadapinya. Analisis pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan responden dilihat dari hasil akhir (*post-test*). Pengaruh yang baik dari penyuluhan ditunjukkan dengan pencapaian rata-rata nilai *post-test* yang lebih dari sama dengan 80 dari skala nilai 0-100.

C. Keberhasilan Kegiatan

Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan terjadi peningkatan hasil tes sebesar 25,33 (68%), bahkan terdapat 14 peserta yang dapat menjawab semua pertanyaan *post-test* dengan benar yang pada *pre-test* tidak ada satupun peserta yang bisa menjawab semua pertanyaan dengan benar. Hal ini dapat diartikan bahwa ada peningkatan pengetahuan peserta setelah materi penyuluhan diberikan.

Tabel 1. Tingkat pengetahuan responden sebelum dan setelah intervensi serta peningkatan masing-masing responden

Responden	Tingkat pengetahuan		
	Sebelum penyuluhan	Setelah penyuluhan	Perubahan
1	40,00	100,00	60,00
2	40,00	100,00	60,00
3	60,00	80,00	20,00

4	60,00	80,00	20,00
5	80,00	60,00	-20,00
6	80,00	80,00	0,00
7	80,00	100,00	20,00
8	40,00	100,00	60,00
9	60,00	80,00	20,00
10	20,00	100,00	80,00
11	20,00	60,00	40,00
12	40,00	80,00	40,00
13	80,00	100,00	20,00
14	80,00	40,00	-40,00
15	60,00	60,00	0,00
16	40,00	100,00	60,00
17	60,00	80,00	20,00
18	40,00	100,00	60,00
19	60,00	80,00	20,00
20	80,00	60,00	-20,00
21	80,00	80,00	0,00
22	80,00	100,00	20,00
23	40,00	100,00	60,00
24	20,00	100,00	80,00
25	60,00	80,00	20,00
26	20,00	60,00	40,00
27	40,00	80,00	40,00
28	80,00	100,00	20,00
29	80,00	40,00	-40,00
30	60,00	60,00	0,00
Mean	56,00	81,33	25,33

Uji t berpasangan dilakukan untuk menilai peningkatan tingkat pengetahuan yang bermakna dari peserta penyuluhan dengan derajat kepercayaan sebesar 95% ($p < 0,05$) dengan memasukkan nilai *pre-test* dan *post-test* dari responden. Hasilnya menunjukkan bahwa rata-rata nilai rata-rata *pre-test* sebesar 56,00 (21,27) dan *post-test* sebesar 81,33 (18,89). Sedangkan dilaporkan terapat peningkatan nilai rata-rata yang bermakna sebesar 25,34 (31,91) dengan nilai p sebesar $< 0,001$ (Lihat pada Tabel 2). Kegiatan pengabdian masyarakat melalui penyuluhan kesehatan masyarakat pada wanita poli prolans diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang menopause karena dengan pengetahuan yang benar akan melahirkan perilaku yang sehat (Asiah, 2016).

Hasil dari analisa data pada studi ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan tingkat pengetahuan tentang menopause sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan rata-rata peningkatan 25,33 ($p < 0,05$). Hal ini berarti bahwa pemberian penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi dengan sesi tanya jawab efektif dalam meningkatkan pengetahuan terkait kesehatan reproduksi khususnya menopause. Hasil ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Evayanti dkk, pada tahun 2019 yang memberikan penyuluhan tentang menopause kepada wanita yang berusia 50-55 tahun dan hasilnya dilaporkan pemberian penyuluhan tersebut secara signifikan meningkatkan tingkat pengetahuan sebesar 45% dari sebelum mengikuti penyuluhan ($p < 0,05$) (Evayanti dkk., 2019). Keberhasilan metode penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan responden telah dijelaskan sebelumnya

oleh Notoatmodjo (2014) yang menyatakan bahwa pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan proses penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penyuluhan dapat memotivasi peserta untuk mendalami pengetahuan yang mereka miliki dengan mengaktifkan kembali pengetahuan yang sudah dimiliki sebelumnya, mengelola pengetahuan lalu mengorganisasikan pengetahuan tersebut sehingga pengetahuan yang didapatkan mampu bertahan erat dalam sistem memori yang sulit dilupakan (Notoatmodjo, 2014).

Tabel 2. Uji T-berpasangan perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian intervensi

Tingkat Pengetahuan	N	Mean (SD)	Mean Difference (SD)	p-value
<i>Pre-test</i>	30	56,00 (21,27)	25,33 (31,91)	<0,001*
<i>Post-test</i>	30	81,33 (18,89)		

Berbeda signifikan ($p < 0.05$)

Keberhasilan dari kegiatan ini dapat dilihat dari hasil analisis rerata *post-test* dari responden. Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui nilai rata-rata pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan menjadi 81,33. Hasil ini menjadi indikator bahwa kegiatan penyuluhan menopause pada wanita poli prolans berhasil dan efektif dengan menggunakan metode ceramah yang disertai sesi tanya-jawab. Hasil ini sesuai dengan studi oleh Cahyati dkk, yang melaporkan bahwa peningkatan pengetahuan tentang kesehatan sejalan dengan peningkatan sikap peduli terhadap kesehatan (Cahyati & Azinar, 2011), sehingga masalah-masalah terkait menopause bisa dicegah dan ditangani bagi wanita yang sedang menghadapi masalah tersebut. Tentunya, kami menyarankan untuk dilakukan lebih banyak penyuluhan tentang kesehatan wanita khususnya menopause dan mencoba mencari metode-metode lain yang bisa lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja terkait kesehatan reproduksinya.

Kesimpulan

Kegiatan ini dirasakan bermanfaat di dalam upaya meningkatkan pemahaman tentang menopause khususnya bagi mereka yang akan memasuki masa menopause maupun mereka yang sedang berada di masa menopause. Sehingga dari kegiatan ini diharapkan kedepannya para perempuan yang akan memasuki masa menopause sudah lebih siap dan memahami perubahan yang akan dialami selama masa menopause dan mengerti bagaimana cara penanganannya.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada Dinas Kesehatan Kota Makassar, pihak Puskesmas Minasa Upa serta masyarakat atas partisipasinya selama kegiatan pengabdian ini.

Referensi

- Asiah, N. (2016). Pengaruh Penyuluhan dalam Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja pada Pengurus Pusat Informasi dan Konseling Mahasiswa UHAMKA. *ARKESMAS*, 1(2).
- Baziad, A. (2003). *Menopause dan Andropause*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

- Cahyati, W. H., & Azinar, M. (2011). Peningkatan Pengetahuan dan Sikap tentang Kesehatan Reproduksi pada Remaja di Desa Margosari Kecamatan Limbangan Kabupaten Kendal. *Jurnal Abdimas*, 15(2), 110–115.
- 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.
- Hale, G. E., & Burger, H. G. (2009). Hormonal changes and biomarkers in late reproductive age, menopausal transition and menopause. *Best Practice & Research. Clinical Obstetrics & Gynaecology*, 23(1), 7–23.
- Kohen, D. (2006). Menopause: A Mental Health Practitioner's Guide. *Psychiatric Bulletin*, 30, 438–438.
- Maharani, S. (2019). Edukasi Usia Lanjut tentang Menopause. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 1(3).
- Noervadila, I., Puspitasari, Y., Kartika, L., Idayani, D., & Rasyidi, A. (2020). Peningkatan Pengetahuan Lansia Melalui Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Lansia Pre-Menopause di Desa Sumberejo Kecamatan Banyuputih. *Dedication : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4, 49–62.
- Notoatmodjo S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pusat Data Dan Informasi Kesehatan. (2007). Peta Kesehatan Indonesia 2007. *Departemen Kesehatan Republik Indonesia*.
- Setiawan, R., Iryanti, I., & Muryati, M. (2020). Efektivitas Media Edukasi Audio-visual dan Booklet terhadap Pengetahuan Premenopause, Efikasi Diri dan Stres pada Wanita Premenopause di Kota Bandung. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 2(1), 1.
- Widia, C., Kurnia, A., & Kurniasih, E. (2022). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Masyarakat Menghadapi Berita Hoaks Masa Pandemi Covid-19. *Panrita Abdi Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat LP2M Unhas*.
- Yuneta, A. E. N., Hardiningsih, H., Yunita, F. A., & Sulaeman, E. S. (2020). Penyuluhan Persiapan Menghadapi Menopause. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(2), 77–80.

Penulis:

- Elizabeth Catherine Jusuf**, Divisi Obstetri dan Ginekologi Sosial, Departemen Obstetri dan Ginekologi, Universitas Hasanuddin, Makassar. E-mail: obginsosfkuh@gmail.com
- Rudy B. Leonardy**, Divisi Obstetri dan Ginekologi Sosial, Departemen Obstetri dan Ginekologi, Universitas Hasanuddin, Makassar. E-mail: rudybleonardy@gmail.com
- A. Mardiah Tahir**, Divisi Obstetri dan Ginekologi Sosial, Departemen Obstetri dan Ginekologi, Universitas Hasanuddin, Makassar. E-mail: mardiahtahir@yahoo.com
- Suzana S. Pakasi**, Divisi Obstetri dan Ginekologi Sosial, Departemen Obstetri dan Ginekologi, Universitas Hasanuddin, Makassar. E-mail: suzanaspakasi@gmail.com
- Umar Malinta**, Divisi Obstetri dan Ginekologi Sosial, Departemen Obstetri dan Ginekologi, Universitas Hasanuddin, Makassar. E-mail: malinta.umar@gmail.com
- Julius Calvin**, Departemen Obstetri dan Ginekologi, Universitas Hasanuddin, Makassar. E-mail: juliusccchalim@gmail.com
- Najmiah Djakaria**, Departemen Obstetri dan Ginekologi, Universitas Hasanuddin, Makassar. E-mail: najmiahn.djakaria@gmail.com
- Gina Magda Riana**, Departemen Obstetri dan Ginekologi, Universitas Hasanuddin, Makassar. E-mail: Ginamagdariana8111@gmail.com

Bagaimana men-sitasi artikel ini:

Jusuf, E.C., Leonardy, R.B., Tahir, AM., ... Riana, G.M. (2023). Penyuluhan tentang Menopause pada Perempuan Lansia di Puskesmas Minasa Upa. *Jurnal Panrita Abdi*, 7(2), 363-369.