



UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG MENOPAUSE PADA KADER KESEHATAN DAN TOKOH MASYARAKAT DI MAKASSAR

Improvement of Menopause Knowledge for Healthcare Assistants and Community Leaders in Makassar

Elizabet C. Jusuf ^{*1)}, Rudy Butje Leonardy¹⁾, Abdul Rahman¹⁾, Susiawaty Mustafa¹⁾,
Abadi Aman¹⁾, Sri Hardianti Putri Dolo²⁾, dan Karnel Singh²⁾

*e-mail: obginsosfkuh@gmail.com

¹⁾ Divisi Obstetri dan Ginekologi Sosial, Departemen Obstetri dan Ginekologi,
Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia.

²⁾ Departemen Obstetri dan Ginekologi, Fakultas Kedokteran,
Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia.

Diserahkan tanggal 4 Oktober 2023, disetujui tanggal 24 Oktober 2023

ABSTRAK

Menopause merupakan suatu keadaan alamiah yang terjadi pada perempuan dimana haid terhenti secara permanen yang disertai dengan berbagai gejala seperti gejala fisik dan psikis. Tingkat pengetahuan masyarakat terkait dengan masalah menopause masih sangat rendah, oleh karena itu, kami melakukan penyuluhan kepada para kader kesehatan dan tokoh masyarakat di Puskesmas Tamangapa, Makassar sehingga diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup pada perempuan menopause. Terdapat 45 responden yang ikut dalam penelitian. Evaluasi dilakukan dengan *pre-test*, ceramah, sesi tanya jawab dan diskusi kemudian dengan *post-test*. Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata hasil *pre-test* yaitu 5,28(1,48) dan nilai rata-rata hasil *post-test* yaitu 8,75(1,29) dengan nilai maksimal yaitu 10. Pada studi ini setelah diberikan penyuluhan terkait menopause menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan ($p < 0,05$) yang menunjukkan semua responden mengalami peningkatan pengetahuan tentang menopause yang signifikan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan tentang menopause pada kader kesehatan dan tokoh masyarakat setelah dilakukan penyuluhan.

Kata kunci: Menopause, konseling, kader.

ABSTRACT

Menopause is a natural process on women that is a permanent cessation of ovulation, followed by symptoms, there are physic and psychic disturbances. The level of knowledge related to menopausal problems is still very low, therefore, we conducted counseling for healthcare assistants and community leaders at Puskesmas Tamangapa, Makassar so women can improve quality of life during menopause. Forty-five respondents participated in this research.



Elizabet C. Jusuf, Rudy Butje Leonardy, Abdul Rahman, Susiawaty Mustafa, Abadi Aman, Sri Hardianti Putri Dolo, Karnel Singh: *Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Menopause pada Kader Kesehatan dan Tokoh Masyarakat di Makassar.*

Evaluation is carried out by pre-test, lecture, question and answer session with discussion then by post-test. The results showed that the average value of the *pre-test* was 5.28 (1.48) and the average value of the *post-test* was 8.75 (1.29) with a maximum score of 10. In this study after being given counseling related to menopause showed that there was a significant effect ($p < 0.05$) which showed that all respondents experienced a significant increase in knowledge about menopause. The results showed that there was an increase in knowledge about menopause among healthcare assistants and community leaders after counseling.

Keywords: Menopause, counseling, healthcare assistants.

PENDAHULUAN

Menopause adalah fase normal dari kehidupan, merupakan pengalaman universal dari tanda penuaan seorang perempuan. Menopause dapat terjadi secara alami (spontan) ataupun karena diinduksi oleh operasi (histerektomi dengan atau tanpa ooforektomi bilateral) (Gracia & Freeman, 2018). Menopause menandakan berhentinya menstruasi secara permanen dan berakhirnya potensi reproduksi. Secara biologis, menopause diartikan sebagai berhentinya ovulasi secara permanen, yang ditandai dengan berhentinya menstruasi (Minkin, 2019). Seorang perempuan dikatakan telah mencapai menopause ketika perempuan tersebut mengalami amenore selama 12 bulan berturut-turut dan terdapat bukti perubahan biokimia berupa peningkatan kadar *follicle stimulating hormone* (FSH) dan *luteinizing hormone* (LH) dan penurunan kadar estradiol ("NICE Guidance - Urinary Incontinence and Pelvic Organ Prolapse in Women," 2019). Berdasarkan penelitian *cross-sectional*, usia rata-rata menopause

diperkirakan antara 50-52 tahun (Peacock & Ketvertis, 2022).

Transisi menopause dimulai dengan munculnya ketidakteraturan menstruasi dan berakhir setelah amenore yang berlangsung selama 1 tahun, yang didefinisikan sebagai (*final menstrual period*) FMP (Geraghty, 2022). Ada 2 tahap dari transisi menopause, yaitu *early transition*, dimana siklus hampir selalu teratur dan *late transition*, yaitu ketika amenore menjadi lebih panjang dan berlangsung setidaknya selama 60 hari. Selama masa transisi menopause, perubahan fisiologis akibat respon dari variasi perubahan hormon terjadi dan dapat menimbulkan yang dapat mengganggu kualitas hidup. Santoro et al (2021) membagi gejala ini ke dalam 4 domain besar yaitu gejala vasomotor, vaginal, insomnia, dan *mood*. Gejala vasomotor menyerang sebagian besar perempuan selama masa transisi menopause, meskipun tingkat keparahan, frekuensi, dan durasinya sangat bervariasi. *Hot flush* dilaporkan oleh hingga 85% perempuan menopause. *Hot flush* muncul pada sebanyak 55% perempuan bahkan sebelum fase transisi menopause

dan insiden serta keparahannya meningkat saat memasuki menopause (Santoro et al., 2021).

Jaringan urogenital sangat sensitif terhadap estrogen, dan fluktuasi estrogen yang terjadi selama transisi menopause, dan kadar estrogen yang rendah setelah menopause, dapat membuat jaringan ini rapuh dan menyebabkan gejala yang mengganggu. Beberapa penelitian berbasis populasi dan komunitas mengkonfirmasi bahwa sekitar 27%-60% perempuan melaporkan gejala *vaginal dryness* atau dispareunia sedang hingga berat terkait dengan menopause. Penyempitan dan pemendekan vagina dan rahim prolaps juga dapat terjadi, yang menyebabkan tingginya tingkat dispareunia. Selain itu, saluran kemih mengandung reseptor estrogen di uretra dan kandung kemih, dan saat hilangnya estrogen, pasien dapat mengalami inkontinensia urin (O'Neill & Eden, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Rathnayake et al (2019) terhadap *Quality of Life* (QOL) perempuan *pre* dan *postmenopause* menunjukkan prevalensi dan keparahan dari semua gejala menopause lebih tinggi pada perempuan pascamenopause. Pada perempuan pramenopause, gejala menopause yang paling sering dilaporkan adalah kelelahan mental (49,5%), ketidaknyamanan sendi dan otot (48,5%), dan mudah tersinggung (41,3%). Kelelahan fisik dan mental (53%), mudah tersinggung

(48,2%), mood depresi (43,4%), dan *hot flushes* (42,2%) adalah gejala menopause yang paling sering dilaporkan pada perempuan pascamenopause (Rathnayake et al., 2019). Studi saat ini menunjukkan bahwa prevalensi dan keparahan gejala menopause dan gangguan kualitas hidup secara signifikan lebih tinggi pada perempuan pascamenopause, dibandingkan dengan perempuan pramenopause. Gejala menopause sebagian besar berkontribusi pada kualitas hidup yang lebih buruk pada perempuan *pre* dan *postmenopause* (Monteleone et al., 2018).

Kondisi yang berkaitan dengan menopause sangat beragam terkait masalah kesehatan dan masalah sosial sehingga membutuhkan identifikasi dan skrining (Chotiyarnwong et al., 2022). Identifikasi faktor risiko seharusnya dapat dilakukan di fasilitas layanan kesehatan primer (Smail et al., 2020). Pelayanan kesehatan primer sebaiknya memiliki pengetahuan dalam mengidentifikasi dan skrining masalah kesehatan dan sosial menopause.

Tingkat pengetahuan masyarakat terkait dengan masalah menopause masih sangat rendah dan dampak dari kurangnya pengetahuan atau informasi tentang menopause ini dapat menyebabkan suatu kecemasan dalam menghadapi masa menopause (Damayanti, 2022). Peningkatan pengetahuan terkait menopause merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kesiapan ibu

Elizabet C. Jusuf, Rudy Butje Leonardy, Abdul Rahman, Susiawaty Mustafa, Abadi Aman, Sri Hardianti Putri Dolo, Karnel Singh: Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Menopause pada Kader Kesehatan dan Tokoh Masyarakat di Makassar.

dalam menghadapi menopause baik secara kesehatan dan sosial. Edukasi pada masyarakat dapat memperbaiki gejala fisik dan psikis yang terjadi pada perempuan menopause (Elkordy & Farahat, 2019).

Oleh karena itu, kami melakukan penyuluhan mengenai menopause dengan tujuan agar perempuan dapat mengenali dan memahami gejala dari menopause sehingga perempuan menopause tidak menjadi khawatir saat memasuki masa menopause tersebut.

METODE PELAKSANAAN

Pendekatan yang digunakan pada kegiatan penyuluhan ini adalah *pre-test-post-test design* sehingga dapat mengetahui keberhasilan dari suatu intervensi berupa pemberian materi secara oral dengan metode ceramah.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan hari Sabtu, 24 November 2022 pada pukul 09.00 – 13.00 WITA Puskesmas Tamangapa di Kota Makassar. Sasaran kegiatan ini adalah para kader kesehatan dan tokoh masyarakat yang berjumlah 45 orang di wilayah kerja Puskesmas Tamangapa, Kota Makassar, Sulawesi Selatan.

Metode yang diterapkan pada kegiatan penyuluhan ini yaitu berupa penyampaian materi dan tanya jawab. Materi yang disampaikan terkait dengan menopause. Penyampaian materi ini disampaikan secara oral

dengan media bantu berupa PowerPoint dengan bantuan LCD proyektor.

Adanya peningkatan pengetahuan dari *pre-test* ke *post-test* yang bermakna pada peserta menjadi tolak ukur keberhasilan dari kegiatan penyuluhan ini. Metode evaluasi penyuluhan ini dinilai dari analisis perubahan nilai dari *pre-test* ke *post-test*. Soal *pre-test* dan *post-test* merupakan soal multiple choice dengan total 10 butir yang berkaitan dengan menopause, tiap butir soal yang dijawab benar akan mendapatkan nilai 1. Setelah dilakukan *pre-test* dan *post-test*, nilai akan direkapitulasi kemudian dianalisis. Analisis univariat digunakan untuk mengukur rata-rata tingkat pengetahuan responden sebelum dan setelah mengikuti penyuluhan. Analisis bivariat menggunakan uji-t berpasangan jika data terdistribusi normal dan menggunakan uji Wilcoxon jika data tidak terdistribusi normal dengan derajat kepercayaan 95% ($p < 0,05$) jika data terdistribusi normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini diikuti oleh 45 kader kesehatan dan tokoh masyarakat, kegiatan diawali dengan pengisian daftar hadir untuk peserta, serta pemberian kuesioner yang sudah disesuaikan dengan materi penyuluhan yang akan diberikan. Pemberian kuesioner *pre-test* dilakukan sebelum pemberian materi untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta tentang menopause.

Hasil *pre-test* didapatkan nilai paling kecil adalah 3, sedangkan nilai paling besar adalah 8. Setelah dilakukan penyuluhan, dilakukan pemberian *post-test*, hasilnya diperoleh nilai yang paling rendah adalah 5 dan nilai tertinggi adalah 10. Rata-rata nilai *pre-test* yaitu 5,28 poin yang menunjukkan masih kurangnya pengetahuan kader kesehatan dan tokoh masyarakat tentang menopause sebelum mendengarkan penyuluhan. Setelah dilakukan penyuluhan dilakukan *post-test* dan hasilnya menunjukkan nilai rata-rata *post-test* yaitu 8,75 poin (Tabel 1).

Selanjutnya, dilakukan uji normalitas data nilai *pre-test* dan *post-test*, karena jum-

lah data ≤ 50 sampel, maka peneliti menggunakan uji Shapiro-Wilk. Hasilnya menunjukkan bahwa data *pre-test* dan *post-test* tidak terdistribusi normal (Tabel 2) (Gambar 1). Berdasarkan hasil uji normalitas, untuk menguji adanya peningkatan pengetahuan responden tentang menopause, dilakukan uji Wilcoxon untuk menilai signifikansi dari peningkatan pengetahuan responden. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat peningkatan nilai rata-rata yang signifikan pada kader kesehatan dan tokoh masyarakat setelah dilakukan penyuluhan tentang menopause ($p < 0,05$) (Tabel 3).

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

Responden	Tingkat Pengetahuan		
	Sebelum Penyuluhan	Setelah Penyuluhan	Perubahan
1	3	6	3
2	6	8	2
3	7	9	2
4	7	8	1
5	4	8	4
6	6	10	4
7	4	7	3
8	4	8	4
9	3	10	7
10	5	10	5
11	3	5	2
12	7	8	1
13	6	10	4
14	7	10	3
15	7	8	1
16	5	8	3
17	6	10	4
18	6	7	1
19	4	8	4
20	4	7	3
21	3	10	7
22	4	8	4
23	5	6	1
24	5	10	5

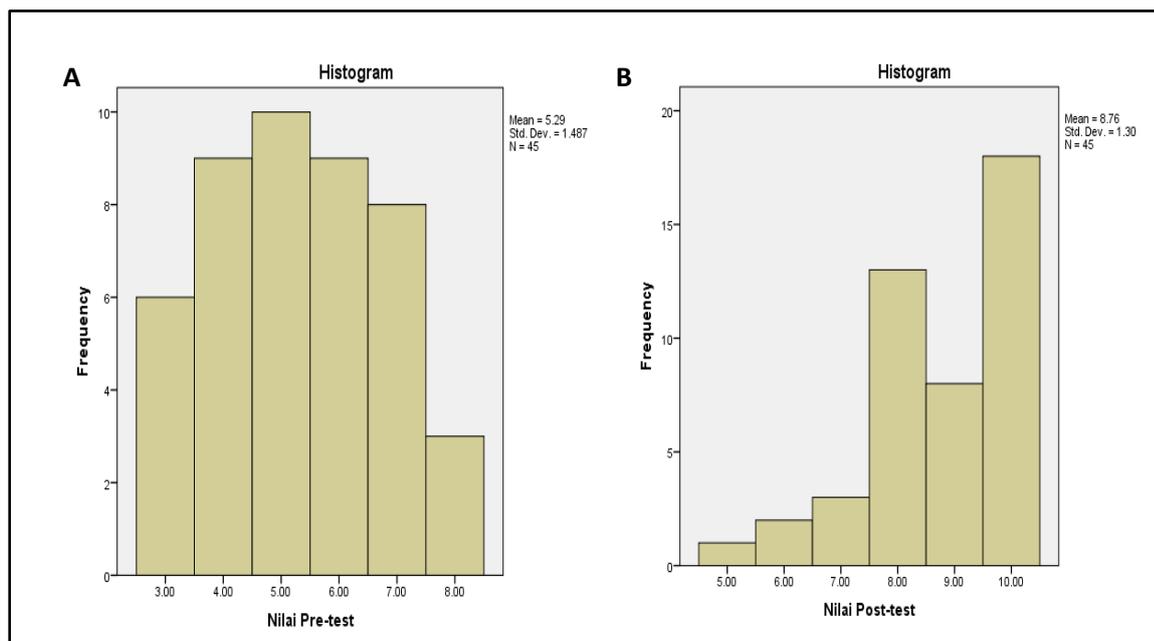
Elizabeth C. Jusuf, Rudy Butje Leonardy, Abdul Rahman, Susiawaty Mustafa, Abadi Aman, Sri Hardianti Putri Dolo, Karnel Singh: Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Menopause pada Kader Kesehatan dan Tokoh Masyarakat di Makassar.

25	6	10	4
26	7	9	2
27	4	8	4
28	5	10	5
29	3	10	7
30	4	8	4
31	5	9	4
32	6	10	4
33	7	10	3
34	8	9	1
35	5	10	5
36	6	10	4
37	3	8	5
38	7	9	2
39	5	10	5
40	8	10	2
41	5	9	4
42	6	8	2
43	8	9	1
44	4	10	6
45	5	9	4
Rata-Rata	5,29	8,76	3,47

Tabel 2 Uji Saphiro-Wilk untuk distribusi data.

Variabel	Uji Normalitas (Saphiro-Wilk)
<i>Pre-test</i>	0,011*
<i>Post-test</i>	0,001*

* $p > 0.05$ (Data tidak terdistribusi normal).



Gambar 1. Box plot uji normalitas Shapiro-Wilk A) *Pre-test*, B) *Post-test*

Tabel 3. Perbedaan tingkat pengetahuan tentang menopause sebelum dan setelah pemberian intervensi.

Nilai	Mean(SD)	p-value
Pre-test	5,28(1,48)	0,001*
Post-test	8,75(1,29)	

*p-value <0.05 (Uji Wilcoxon).



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan Menopause di Puskesmas Tamangapa Makassar.

Sasaran utama dari kegiatan ini adalah kader kesehatan dan tokoh masyarakat yang berinteraksi langsung dengan masyarakat yang berkaitan dengan identifikasi dan skrining menopause. Dengan harapan terdapat peningkatan pengetahuan para kader kesehatan dan tokoh masyarakat dalam mening-

katkan kewaspadaan pada masalah kesehatan dan sosial terkait menopause. Dengan meningkatnya pengetahuan, mereka akan peduli terhadap dampak menopause. Hal ini dapat mengurangi permasalahan sosial dan kesehatan terkait menopause.

Elizabet C. Jusuf, Rudy Butje Leonardy, Abdul Rahman, Susiawaty Mustafa, Abadi Aman, Sri Hardianti Putri Dolo, Karnel Singh: Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Menopause pada Kader Kesehatan dan Tokoh Masyarakat di Makassar.

Hasil evaluasi menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan tentang menopause terhadap penyuluhan yang dilakukan tentang menopause. Berdasarkan hasil *pre-test*, pengetahuan kader kesehatan dan tokoh masyarakat tentang menopause masih kurang dengan rata-rata 5,28 poin. Namun, setelah mendapatkan penyuluhan, pengetahuan kader kesehatan dan tokoh masyarakat mengalami peningkatan yang signifikan dengan nilai rata-rata 8,75 poin. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sukmawati et al., (2022) yang melaporkan tingkat pengetahuan tentang menopause yang rendah di Ciamis, Jawa Barat (Sukmawati et al., 2022).

Hasil studi ini juga sejalan dengan studi Setiawan et al., (2020) yang melakukan penelitian tentang pengaruh penyuluhan terhadap partisipasi aktif masyarakat terkait dengan masalah sosial dan kesehatan yang berkaitan dengan menopause (Setiawan et al., 2020). Pada penelitian Distinarista et al., (2021) didapatkan peningkatan pengetahuan pada kader kesehatan setelah diberikan penyuluhan tentang menopause melalui pembentukan kelompok pemantauan subjek dengan menopause (Distinarista et al., 2021).

Hasil ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan adalah efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader kesehatan dan tokoh masyarakat tentang menopause. Rendahnya pengetahuan tentang meno-

pause menjadi sumber masalah kesehatan dan sosial. Tingkat pengetahuan rendah tentang menopause mengakibatkan masalah kesehatan dan sosial tidak teridentifikasi dan berisiko bagi subjek dengan menopause dengan menurunkan kualitas hidup (Mediawati & Setyarini, 2020)

Kegiatan penyuluhan ini dapat dikatakan berhasil berdasarkan indikator yaitu adanya peningkatan dari pengetahuan peserta terkait topik penyuluhan yang diberikan yaitu pengetahuan tentang menopause. Oleh karena itu sebaiknya kegiatan seperti ini tetap dilaksanakan dengan frekuensi yang lebih sering, sehingga diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan kader kesehatan dan tokoh masyarakat terkait menopause dan dampaknya.

SIMPULAN

Metode Penyuluhan adalah metode yang efektif yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan kader kesehatan dan tokoh masyarakat tentang menopause. Hal ini dapat memberikan kontribusi agar masyarakat dapat meningkatkan kualitas hidup saat menjelang menopause.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Kepala Puskesmas Tamangapa Makassar beserta staf, Ketua Departemen Obstetri dan Ginekologi Universitas Hasanuddin, Ketua Program Studi Obstetri dan Ginekologi

Universitas Hasanuddin, Ketua dan seluruh staf Divisi Obstetri dan Ginekologi Sosial Departemen Obstetri dan Ginekologi FKUH, kader kesehatan dan tokoh masyarakat dalam ruang lingkup Puskesmas Tamangapa.

DAFTAR PUSTAKA

- Chotiyarnwong, P., McCloskey, E., Harvey, N., Lorentzon, M., Prieto-Alhambra, D., Abrahamsen, B., Adachi, J., Borgström, F., Bruyère, O., & Carey, J. (2022). Is it time to consider population screening for fracture risk in postmenopausal women? A position paper from the International Osteoporosis Foundation Epidemiology/Quality of Life Working Group. *Archives of Osteoporosis*, 17(1), 1–24.
- Damayanti, F. N. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Upaya Penanganan Ibu Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Kelurahan Genuksari Kecamatan Genuk Kota Semarang.
- Distinarista, H., Wuriningsih, A. Y., & Haiya, N. N. (2021). Pembentukan Kelompok Pendamping Optimalization Menopause Affection (KP-OMA) Guna Meningkatkan Kualitas Hidup Ibu Menopause. *Community Empowerment*, 6(4), Article 4. <https://doi.org/10.31603/ce.4540>
- Elkordy, N. A. E., & Farahat, D. N. H. (2019). Health Education for improving Quality Of Life among Menopausal Women. 6(2), 12.
- Geraghty, P. (2022). Physiology of Menopause. In *Each Woman's Menopause: An Evidence Based Resource* (pp. 69–90). Springer.
- Gracia, C. R., & Freeman, E. W. (2018). Onset of the menopause transition: The earliest signs and symptoms. *Obstetrics and Gynecology Clinics*, 45(4), 585–597.
- Mediawati, M., & Setyarini, A. I. (2020). Studi Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Lansia Dan Gangguan Yang Menyertainya. 4(1), 7.
- Minkin, M. J. (2019). Menopause: Hormones, lifestyle, and optimizing aging. *Obstetrics and Gynecology Clinics*, 46(3), 501–514.
- Monteleone, P., Mascagni, G., Giannini, A., Genazzani, A. R., & Simoncini, T. (2018). Symptoms of menopause—Global prevalence, physiology and implications. *Nature Reviews Endocrinology*, 14(4), 199–215. <https://doi.org/10.1038/nrendo.2017.180>
- NICE Guidance - Urinary incontinence and pelvic organ prolapse in women: Management: © NICE (2019) Urinary incontinence and pelvic organ prolapse in women: management. (2019). *BJU International*, 123(5), 777–803. <https://doi.org/10.1111/bju.14763>
- O'Neill, S., & Eden, J. (2017). The pathophysiology of menopausal symptoms. *Obstetrics, Gynaecology & Reproductive Medicine*, 27(10), 303–310. <https://doi.org/10.1016/j.ogrm.2017.07.002>
- Peacock, K., & Ketvertis, K. (2022). Menopause. StatPearls. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing.
- Rathnayake, N., Lenora, J., Alwis, G., & Lekamwasam, S. (2019). Prevalence and severity of menopausal symptoms and the quality of life in middle-aged

Elizabet C. Jusuf, Rudy Butje Leonardy, Abdul Rahman, Susiawaty Mustafa, Abadi Aman, Sri Hardianti Putri Dolo, Karnel Singh: Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Menopause pada Kader Kesehatan dan Tokoh Masyarakat di Makassar.

women: A study from Sri Lanka. Nursing Research and Practice, 2019.

Santoro, N., Roeca, C., Peters, B. A., & Neal-Perry, G. (2021). The menopause transition: Signs, symptoms, and management options. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, 106(1), 1–15.

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.

<https://doi.org/10.47034/ppk.v2i1.3876>

Smail, L., Jassim, G., & Shakil, A. (2020). Menopause-specific quality of life among Emirati women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), 40.

Sukmawati, I., Rahayu, Y., & Marliany, H. (2022). Peningkatan Pengetahuan Kader kesehatan Melalui Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Mengenai Menopause. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(4), 4.