

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KESIAPAN IBU
MENGHADAPI *MENOPAUSE* DI GAMPONG MEUNASAH
PAPEUN KECAMATAN KRUENG BARONA JAYA
KABUPATEN ACEH BESAR**

Sarah Nadia^{*1}, Nelva Riza², Mulia Putra³
^{1,2,3}Universitas Bina Bangsa Getsempena

Abstrak

Menurut *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2030, jumlah perempuan di seluruh dunia yang memasuki masa *menopause* diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang. *Menopause* merupakan suatu tahap dimana wanita tidak lagi mendapatkan siklus menstruasi yang menunjukkan berakhirnya kemampuan wanita untuk bereproduksi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar. Jenis penelitian ini "*analitik*" yaitu untuk mencari hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional* (studi potong lintang) yaitu suatu penelitian dimana variabel-variabel yang termasuk efek observasi sekaligus pada waktu yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang ada di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar pada saat penelitian dilakukan dengan sampel sebanyak 41 orang dengan cara *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 1 sampai dengan 7 November 2023 dengan metode pengisian kuesioner. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan uji *chi square*. Hasil analisis *bivariat* diperoleh bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* dengan nilai *p value* $0.001 < \alpha : 0,05$, terdapat hubungan antara sikap dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* dengan nilai *p value* $0.002 < \alpha : 0,05$ dan terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* dengan nilai *p value* $0.000 < \alpha : 0,05$. Diharapkan kepada responden agar tidak terlalu cemas dalam menghadapi masa *menopause* dan mengikuti senam lansia untuk menambah kebugaran.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Dukungan Keluarga, *Menopause*

Abstract

According to the *World Health Organization (WHO)*, in 2030, the number of women worldwide who will enter *menopause* is estimated to reach 1.2 billion people. *Menopause* is a stage where women no longer have menstrual cycles, which indicates the end of a woman's ability to reproduce. The aim of this research is to determine the factors related to maternal readiness to face *menopause* in Gampong Meunasah Papeun, Krueng Barona Jaya District, Aceh Besar Regency. This type of

*E-mail: Sarahnadia@gmail.com

research is "analytical", namely to look for the relationship between the independent variable and the dependent variable. The approach used is cross sectional (cross-sectional study), namely a study in which the variables included are observed simultaneously at the same time. The population in this study were all mothers in Gampong Meunasah Papeun, Krueng Barona Jaya District, Aceh Besar Regency at the time the research was conducted with a sample of 41 people using purposive sampling. This research was conducted from 1 to 7 November 2023 using a questionnaire method. Data processing was carried out using the chi square test. The results of the bivariate analysis showed that there was a relationship between knowledge and mothers' readiness to face menopause with a p value of $0.001 < \alpha : 0.05$, there was a relationship between attitudes and mothers' readiness to face menopause with a p value of $0.002 < \alpha : 0.05$ and there was a relationship between family support with the mother's readiness to face menopause with a p value of $0.000 < \alpha : 0.05$. It is hoped that respondents will not be too anxious about facing menopause and take part in elderly exercise to increase fitness.

Keywords: Knowledge, Attitude, Family Support, Menopause

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2030, jumlah perempuan di seluruh dunia yang memasuki masa *menopause* diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang. Di Indonesia, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta perempuan *menopause*. Pada tahun 2016 di Indonesia baru mencapai 14 juta perempuan *menopause* atau 7,4% dari total populasi yang ada dan pada tahun 2020 jumlahnya diperkirakan mencapai 11,54%. Angka harapan hidup perempuan terus meningkat dalam 10 tahun terakhir. Pada 2011, angka harapan hidup perempuan tercatat sebesar 72,02 tahun, angkanya lalu menyentuh 73 tahun pada tahun 2017 dan pada tahun 2020 menjadi 73,46 tahun. Sementara perkiraan umur rata-rata usia *menopause* di Indonesia adalah 48 tahun (Nababan, 2022).

Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) (2021) memperkirakan jumlah wanita *menopause* dengan usia rata - rata 45 - 64 tahun di Indonesia pada tahun 2035 sebanyak 37 juta orang (Bappenas, 2021). Selanjutnya data dari Dinas Kesehatan Provinsi Aceh tahun 2021 menunjukkan bahwa jumlah wanita *menopause* di Provinsi Aceh mencapai 1.624.120 orang (Dinkes Aceh, 2021).

Gejala-gejala *menopause* ini dialami oleh banyak wanita hampir di seluruh dunia yaitu sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika dan 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia. Dari penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat dan Eropa di perkirakan 9 %- 26% wanita dan 5% - 12% pria pernah menderita penyakit depresi yang gawat dalam kehidupan mereka. Setiap saat diperkirakan bahwa 4,5%-9,3% wanita dan 2,3%-3,2% pria akan menderita gangguan ini. Dengan demikian secara kasar

dapat dikatakan bahwa wanita dua kali lebih besar kemungkinan akan menderita depresi dari pada pria (Harahap, 2022).

Menopause merupakan suatu tahap dimana wanita tidak lagi mendapatkan siklus menstruasi yang menunjukkan berakhirnya kemampuan wanita untuk bereproduksi. Secara normal wanita akan mengalami *menopause* antara usia 40 tahun sampai 50 tahun. Pada saat *menopause*, wanita akan mengalami perubahan-perubahan di dalam organ tubuhnya yang disebabkan oleh bertambahnya usia. Usia dari hari ke hari akan terus berjalan dan setiap orang seiring dengan bertambahnya usia tidak akan lepas dari predikat tua. Dengan bertambahnya usia maka gerak-gerik, tingkah laku, cara berpakaian, dan bentuk tubuh mengalami suatu perubahan (Lastiko, 2017).

Menurut Proverawati (2017), perubahan yang sering dirasakan dan paling sering dijumpai pada masa *menopause* yaitu ketidakteraturan siklus haid, adanya semburan panas (*hot flushes*) dari dada keatas yang sering disusul dengan keringat banyak dan berlangsung selama beberapa detik sampai 5 menit, merasa pusing disertai sakit kepala, nafsu seks menurun, kekeringan pada vagina, rasa sakit saat berhubungan seksual, susah tidur, hipertensi, mudah terjadi fraktur pada tulang. Menurut Anwar (2018), keluhan psikis yang dirasakan yaitu merasa cemas, adanya ketakutan, lebih cepat marah, emosi kurang terkontrol, mudah tersinggung, sulit berkonsentrasi, gugup, rasa kesunyian, tidak sabar, rasa lelah, merasa tidak berguna, stres, dan bahkan hingga mengalami depresi, hal tersebut tentunya akan semakin memperbesar terjadinya *sindrom menopause*.

Kecemasan yang dirasakan ibu *menopause* umumnya dikarenakan berakhirnya masa reproduksi yang berarti berhentinya nafsu seksual, apalagi menyadari dirinya akan menjadi tua, yang berarti kecantikannya akan memudar. Seiring dengan hal itu, vitalitas dan fungsi organ-organ tubuh juga akan menurun. Hal ini tentu akan menghilangkan kebanggaannya sebagai wanita, dan keadaan ini dikhawatirkan akan mempengaruhi hubungannya dengan suami maupun lingkungan sosial. Selain itu usia yang semakin menua sering dikaitkan dengan usia rentan akan penyakit, jika kondisi ini tidak cepat diatasi maka akan mengakibatkan stres atau bahkan depresi (Hamdayani, 2020).

Menurut Meilan (2022), dampak perubahan pada fase *klimakterium* pada wanita yaitu wanita merasakan banyak keluhan, tetapi antara wanita yang satu dengan yang lainnya berbeda karena efek biologis dan reaksi individual akibat rendahnya estrogen sehingga menyebabkan gejala yang berbeda. Dampak yang ditimbulkan yaitu wanita menjadi kurang percaya diri karena mengalami atau adanya penerimaan yang kurang atas perubahan fisik dan psikis yang dialami. Kecemasan dan ketakutan yang berlebihan

ini dapat mempengaruhi tingkat kesiapan sehingga wanita memerlukan pengetahuan dan kesiapan yang baik terkait perubahan fisik maupun psikologi yang akan dihadapi. Tingkat kesiapan wanita *menopause* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor meliputi pengetahuan, pendidikan, sosial ekonomi, budaya lingkungan, riwayat kesehatan, dan usia. Faktor pengetahuan dapat menurunkan angka depresi dan kecemasan yang berlebihan sehingga dapat meningkatkan kesiapan secara fisik, psikis dan spiritual (Prawirohardjo, 2018).

Berdasarkan survei pendahuluan yang peneliti lakukan di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar masih terdapat permasalahan mengenai kesiapan ibu dalam menghadapi *menopause* yang ditandai dengan hasil wawancara yang dilakukan pada 10 orang ibu *menopause* didapatkan hanya 4 orang (40%) yang siap menghadapi menopause dan 6 orang (60%) mengatakan belum siap menghadapi menopause.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause* di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya pengetahuan ibu terhadap *menopause*, kurangnya perhatian dari suami akan semakin menamba beban terhadap ibu yang menghadapi masa *menopause*. Ibu menganggap bahwa keluhan yang dihadapi masa *menopause* merupakan suatu penyakit, maka untuk itu perlu diketahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar.

Agar penelitian lebih terfokus dan tidak meluas dari pembahasan dimaksudkan, maka skripsi ini membatasi ruang lingkup penelitian kepada Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause* yaitu pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga.

Berdasarkan latar belakang di atas yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar dengan rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah pengetahuan ibu tentang kesiapan menghadapi *menopause*?
2. Bagaimanakah sikap ibu terhadap kesiapan ibu menghadapi *menopause*?
3. Bagaimanakah dukungan keluarga terhadap kesiapan ibu menghadapi *menopause*?

Menopause merupakan sebuah kata yang mempunyai banyak arti yang terdiri dari kata *men* dan *pauseis* yang berasal dari bahasa Yunani yang pertama kali digunakan untuk menggambarkan berhentinya haid. Ini merupakan suatu akhir proses biologis dari siklus menstruasi yang terjadi karena penurunan produksi hormon *estrogen* yang dihasilkan *ovarium* (indung telur). *Menopause* mulai pada umur yang berbeda umumnya adalah sekitar umur 50 tahun, meskipun ada sedikit wanita memulai *menopause* pada umur 30-an (Prawirohardjo, 2018).

Menurut Noorma (2017), *menopopause* adalah saat didalam pertengahan kehidupan seseorang wanita dimana dia mengalami menstruasi terakhir kalinya. Pada saat ini kelenjar kandung telur atau *ovarium* tidak menghasilkan telur lagi, secara lambat laun.

Kesiapan merupakan kemampuan yang cukup, baik fisik maupun mental. Kesiapan fisik berarti tenaga yang cukup dan kesehatan yang baik, sementara kesiapan mental berarti memiliki minat dan motivasi yang cukup untuk melakukan kegiatan. Kesiapan juga dapat diartikan sebagai tingkatan atau keadaan yang harus dicapai dalam proses perkembangan perorangan pada tingkat pertumbuhan fisik, mental, dan sosial (Oemar, 2018).

Menurut Ismiyati (2017), kesiapan menghadapi *menopause* disini diartikan sebagai suatu keadaan wanita mempersiapkan dirinya untuk menghadapi menopause, baik secara fisik maupun mental atau psikologisnya. Masa *menopause* merupakan proses alami yang terjadi pada wanita. Masa ini merupakan bagian dari proses penuaan dimana fungsi tubuh mulai menurun. Kesiapan seorang wanita menghadapi masa menopause akan sangat membantu dalam menjalani masa menopause dengan lebih baik.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini bersifat *analitik*, yaitu untuk mencari hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional* (studi potong lintang) yaitu suatu penelitian dimana variabel-variabel yang termasuk efek observasi sekaligus pada waktu yang sama (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar.. Populasi dalam penelitian ini adalah dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang ada di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar dar berjumlah 70 orang. Penelitian ini dilakukan di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan

Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar. Pengumpulan data di lakukan melalui metode sebagai berikut:

1. Observasi yaitu pengamatan langsung di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar yang menjadi sasaran pengambilan sampel. Teknik ini dimaksudkan guna memperoleh informasi yang berhubungan dengan data yang akan dikumpulkan.
2. Kuesioner (angket), teknik ini merupakan *instrumen* penelitian yang digunakan untuk memperoleh data primer dari setiap responden. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini langsung diisi oleh responden.

Data yang telah dikumpul dari sejumlah kuesioner yang telah disebarkan kepada responden, kemudian diolah secara komputer dengan cara :

1. Pemeriksaan Data (*Editing*)

Hasil kuesioner atau pengamatan dari lapangan harus dilakukan penyuntingan (*editing*) terlebih dahulu. Secara umum *editing* adalah merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner.

2. Pemberian Kode (*Coding*)

Setelah semua kuesioner diedit atau disunting, selanjutnya dilakukan pengkodean atau "*coding*" yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.

3. Memasukkan Data (*Data Entry*) atau *Processing*

Data yakni jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk "kode" (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program atau "*software*" komputer.

4. Pembersihan Data (*Cleaning*)

Apabila semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan, perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi.

Analisa *univariat* yaitu untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel penelitian dan mencari persentase pada setiap variabel dengan memakai rumus yaitu :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Persentase
 f : Frekuensi
 n : Jumlah observasi

Analisa *bivariat* yaitu untuk mengetahui data dalam bentuk tabel silang untuk melihat hubungan antara variabel *independen* dan variabel *dependen* menggunakan uji *statistic (chi square)* dengan batas kemaknaan ($\alpha = 0,05$) atau *interval konfidensi (C1) = 95%*. Rumus yang digunakan sebagai berikut:

$$X^2 = \sum \frac{(f_o - f_e)^2}{f_e}$$

Keterangan :

$X^2 = Chi\ square$

$f_o = Frekuensi\ obseravasi$

$f_e = Frekurensi\ yang\ diharapkan$

Selanjutnya ditarik kesimpulan jika nilai $p < 0,05$ maka menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* dan jika nilai $p > 0,05$ maka menunjukkan tidak adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil yang sudah dilaksanakan dari tanggal 1 sampai dengan 7 November tahun 2023, didapat hasil sebagai berikut:

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
45-49 tahun	18	43,9
50-54 tahun	14	34,1
55-59 tahun	9	22
Pendidikan		
Tinggi	9	22
Menengah	19	46,3
Dasar	13	31,7
Pekerjaan		
Bekerja	15	36,6
Tidak Bekerja	26	63,4
Total	41	100

(Sumber : Pengolahan Data Primer, 2023)

Dari tabel 1. dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi umur responden di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar tahun 2023, sebagian besar berada pada kategori 45-49 tahun yaitu sebanyak 18 orang dengan persentase 43,9%, pendidikan responden sebagian besar pada kategori menengah yaitu 19 orang dengan persentase 46,3% dan pekerjaan responden sebagian besar pada kategori tidak bekerja yaitu 26 orang dengan persentase 63,4%.

2. Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause*

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause*

Kesiapan Ibu Menghadapi <i>Menopause</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Siap	16	39
Tidak Siap	25	61
Total	41	100

Dari tabel 2. dapat dilihat bahwa kesiapan ibu menghadapi *menopause* di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya tahun 2023, mayoritas berada pada kategori tidak siap yaitu sebanyak 25 orang dengan persentase (61%), dan minoritas pada kategori siap yaitu sebanyak 16 orang dengan persentase (39%).

3. Pengetahuan

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan

Pengetahuan Ibu	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	18	43,9
Kurang Baik	23	56,1
Total	41	100

Dari tabel 3. dapat dilihat bahwa pengetahuan ibu di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya tahun 2023, mayoritas berada pada kategori kurang baik yaitu sebanyak 23 orang dengan persentase (56,1%), dan minoritas pada kategori baik yaitu sebanyak 18 orang dengan persentase (43,9%).

4. Sikap

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Sikap Ibu

Sikap Ibu	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	19	46,3
Kurang Baik	22	53,7
Total	41	100

Dari tabel 4. dapat dilihat bahwa sikap ibu di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya tahun 2023, mayoritas berada pada kategori kurang baik yaitu sebanyak 22 orang dengan persentase (53,7%), dan minoritas pada kategori baik yaitu sebanyak 19 orang dengan persentase (46,3%).

5. Dukungan Keluarga

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga

Dukungan Keluarga	Frekuensi	Persentase (%)
Mendukung	19	46,3
Tidak Mendukung	22	53,7
Total	41	100

Dari tabel 5 dapat dilihat bahwa dukungan keluarga ibu di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya tahun 2023, mayoritas berada pada kategori tidak mendukung yaitu sebanyak 22 orang dengan persentase (53,7%), dan minoritas pada kategori mendukung yaitu sebanyak 19 orang dengan persentase (46,3%).

Analisa Bivariat1. Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause*Tabel 6 Distribusi Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause*

Pengetahuan	Kesiapan Ibu Menghadapi <i>Menopause</i>						Kemaknaan	
	Siap		Tidak Siap		Jumlah		α	<i>p-value</i>
	f	%	f	%	f	%		
Baik	11	61,1	7	38,9	18	100	0,05	0,001
Kurang Baik	5	21,7	18	78,3	23	100		
Jumlah	16	39	25	61	41	100		

(Sumber : Pengolahan Data Primer, 2023)

Hasil analisis silang menunjukkan terdapat 11 (61,1%) dari 18 orang yang memiliki pengetahuan baik cenderung siap dalam menghadapi *menopause*. Sedangkan ibu dengan pengetahuan yang kurang baik ada 18 (78,3%) dari 23 orang yang cenderung tidak siap dalam menghadapi *menopause*.

Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai p ($0,001 < 0,05$) berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause*.

2. Hubungan Sikap dengan Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause*Tabel 7 Distribusi Hubungan Sikap Dengan Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause*

Sikap	Kesiapan Ibu Menghadapi <i>Menopause</i>						Kemaknaan	
	Siap		Tidak Siap		Jumlah		α	<i>p-value</i>
	f	%	f	%	f	%		
Baik	10	52,6	9	47,4	19	100	0,05	0,002
Kurang Baik	6	27,3	16	72,7	22	100		
Jumlah	16	39	25	61	41	100		

(Sumber : Pengolahan Data Primer, 2023)

Hasil analisis silang menunjukkan terdapat 10 (52,6%) dari 19 orang yang memiliki sikap baik cenderung siap dalam menghadapi *menopause*. Sedangkan ibu dengan sikap yang kurang baik ada 16 (72,7%) dari 22 orang yang cenderung tidak siap dalam menghadapi *menopause*.

Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai p ($0,002 < 0,05$) berarti terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause*.

3. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause*

Tabel 8 Distribusi Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause*

Dukungan Keluarga	Kesiapan Ibu Menghadapi <i>Menopauses</i>				Jumlah		Kemaknaan	
	Siap		Tidak Siap		f	%	α	<i>p-value</i>
	f	%	f	%	f	%		
Mendukung	11	57,9	8	42,1	19	100	0,05	0,000
Tdk Mendukung	5	22,7	17	77,3	22	100		
Jumlah	16	39	25	61	41	100		

(Sumber : Pengolahan Data Primer, 2023)

Hasil analisis silang menunjukkan terdapat 11 (57,9%) dari 19 orang yang memiliki dukungan keluarga cenderung siap dalam menghadapi *menopause*. Sedangkan ibu dengan yang tidak memiliki dukungan keluarga ada 17 (77,3%) dari 22 orang yang cenderung tidak siap dalam menghadapi *menopause*.

Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai p ($0,000 < 0,05$) berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause*.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Dari hasil penelitian didapatkan karakteristik umur ibu di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar tahun 2023 sebagian besar berada pada kategori 45-49 tahun yaitu sebanyak 18 orang dengan persentase 43,9%, karakteristik pendidikan ibu sebagian besar berada pada kategori menengah yaitu sebanyak 19 orang dengan persentase 46,3% dan karakteristik pekerjaan ibu sebagian besar berada pada kategori tidak bekerja yaitu sebanyak 26 orang dengan persentase 63,4%.

Analisa *Univariat*

1. Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause*

Dari hasil penelitian didapatkan kesiapan ibu menghadapi *menopause* di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar tahun

2023 sebagian besar berada pada kategori tidak siap yaitu sebanyak 25 orang dengan persentase 61%.

Hasil ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wulan (2020) meneliti tentang Faktor yang Berhubungan Dengan Kesiapan Menghadapi *Menopause* Pada Ibu *Premenopause* di Kelurahan Gundaling 1 Kecamatan Berastagi Tahun 2019 dengan jenis penelitian *deskriptif* dengan desain studi "*cross sectional*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 58 responden yang siap menghadapi *menopause* hanya 20 responden (34,5%) dan responden yang tidak siap menghadapi *menopause* yaitu sebanyak 38 responden (65,5%).

Menurut teori Ismiyati (2017), kesiapan menghadapi *menopause* disini diartikan sebagai suatu keadaan wanita mempersiapkan dirinya untuk menghadapi *menopause*, baik secara fisik maupun mental atau psikologisnya. Masa ini merupakan bagian dari proses penuaan dimana fungsi tubuh mulai menurun. Kesiapan seorang wanita menghadapi masa *menopause* akan sangat membantu dalam menjalani masa *menopause* dengan lebih baik.

Menurut analisis peneliti, kesiapan ibu dalam menghadapi *menopause* harus disertai dengan informasi yang cukup tentang *menopause*. Informasi ini bisa didapat dari petugas kesehatan dan kader kesehatan yang ada di posyandu. Dengan informasi yang cukup, maka akan lebih meningkatkan pengetahuan dan ibu lebih siap menghadapi *menopause*.

2. Pengetahuan Ibu

Dari hasil penelitian didapatkan pengetahuan ibu di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar tahun 2023 sebagian besar berada pada kategori kurang baik yaitu sebanyak 23 orang dengan persentase 56,1%.

Hasil ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Asmaradana (2021) meneliti tentang Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Menghadapi *Menopause* Pada Wanita Usia *Premenopause* di Kelurahan Sadeng Gunungpati Tahun 2021 dengan jenis penelitian *deskriptif* dengan desain studi "*cross sectional*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 72 responden yang berpengetahuan tinggi hanya 31 responden (43,1%) dan responden yang berpengetahuan rendah sebanyak 41 responden (56,9%).

Menurut Notoatmodjo (2018), pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya) dengan sendirinya pada waktu pengindraan

sehingga menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda.

Menurut asumsi peneliti, pengetahuan ibu cenderung pada kategori kurang baik dikarenakan mayoritas pendidikan responden pada kategori menengah dan dasar sehingga akan berpengaruh dengan pengetahuan tentang menopause yang kurang baik pula. Karena semakin tinggi pendidikan seseorang ibu, maka semakin tinggi pula pengetahuan yang di perolehnya.

3. Sikap Ibu

Dari hasil penelitian didapatkan sikap ibu di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar tahun 2023 sebagian besar berada pada kategori kurang baik yaitu sebanyak 22 orang dengan persentase 53,7%.

Hasil ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Adesta (2019) meneliti tentang Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Menghadapi *Menopause* di Wilayah Kerja Puskesmas Beru Tahun 2019 dengan jenis penelitian *deskriptif* dengan desain studi "*cross sectional*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 93 responden yang bersikap positif hanya 21 responden (22,6%) dan responden yang bersikap negatif sebanyak 72 responden (77,4%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Purwanto (2017) yang menjelaskan bahwa sikap adalah cara seseorang mengkomunikasikan perasaannya kepada orang lain melalui perilaku. Sikap adalah keadaan mental dan saraf dari kesiapan yang diatur melalui pengalaman yang memberikan pengaruh dinamik atau terarah terhadap respon individu pada semua objek dan situasi yang berkaitan dengannya.

Menurut asumsi peneliti sikap ibu cenderung negatif terhadap kesiapan ibu menghadapi *menopause* ada kaitannya dengan pekerjaan ibu yang sebagian besar sebagai ibu rumah tangga. Ibu rumah tangga kurang mendapati informasi atau pengalaman dari teman-teman karena tidak bekerja. Ibu rumah tangga memiliki keterbatasan dalam menyerap dan mengolah informasi yang didapat, selain itu juga kurang memiliki kemampuan dalam menganalisis kebutuhan, sehingga menyebabkan sikapnya juga negatif terhadap kebutuhan untuk mengetahui perubahan fisik pada masa *menopause*.

4. Dukungan Keluarga

Dari hasil penelitian didapatkan dukungan keluarga ibu di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar tahun 2023 sebagian besar berada pada kategori tidak mendukung yaitu sebanyak 22 orang dengan persentase 53,7%.

Hasil ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Handayani (2022) meneliti tentang Hubungan Dukungan Keluarga, Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Kesiapan Menghadapi Perubahan Pada Masa Premenopause di Desa Kota Padang Tahun 2022 dengan jenis penelitian *kuantitatif* dengan desain pendekatan "*cross sectional*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 36 responden yang mendapat dukungan keluarga baik hanya 16 responden (44,4%) dan yang mendapat dukungan keluarga kurang baik sebanyak 20 responden (55,6%).

Menurut Harmoko (2018), dukungan keluarga merupakan bentuk dari perilaku keluarga yang diharapkan oleh orang lain sesuai kedudukannya dalam suatu sistem. Keluarga diharapkan dapat mengambil bagian untuk berperilaku sesuai dengan fungsinya masing-masing. Dukungan keluarga merupakan bentuk dari bantuan keluarga kepada wanita yang akan memasuki masa *menopause*.

Menurut asumsi peneliti dukungan keluarga lebih cenderung pada kategori tidak mendukung karena keluarga menganggap *menopause* sebagai hal yang wajar dan masing-masing keluarga memiliki kesibukan sendiri sehingga menganggap ibu tidak perlu dukungan apapun dalam menghadapi *menopause*.

Analisa Bivariat

1. Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause*

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* dengan nilai $p = 0.001$ sehingga $p < 0.05$, yang berarti bahwa pengetahuan mempunyai hubungan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause*.

Hasil ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Dewi, dkk (2022) meneliti tentang Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Ibu dalam menghadapi *menopause* di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan dengan menggunakan uji *Fisher's Exat Test*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan signifikan antara pengetahuan terhadap kesiapan ibu dalam menghadapi masa *menopause* dengan nilai *p-value* 0.000.

Menurut asumsi peneliti, banyaknya ibu yang belum siap menghadapi *menopause* ada kaitannya dengan pengetahuan ibu yang kurang baik. Ibu

membutuhkan informasi untuk meningkatkan pengetahuannya tentang *menopause*. Informasi yang dibutuhkan adalah pengetahuan yang memadai mengenai berbagai masalah *menopause* dan solusinya. Wanita yang mengetahui tentang *menopause* serta dapat berpikir secara wajar tentang *menopause*, dapat menerima hal-hal yang berhubungan dengan *menopause* secara wajar. Wanita tersebut tentu dapat menerima kenyataan bahwa dengan bertambahnya umur, setiap wanita akan mengalami berbagai peristiwa dalam hidupnya, seperti menstruasi, mengandung, melahirkan dan *menopause*.

2. Hubungan Sikap dengan Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause*

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* dengan nilai $p = 0.002$ sehingga $p < 0.05$, yang berarti bahwa sikap mempunyai hubungan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause*.

Hasil ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Oktarina, dkk (2022) meneliti tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu *Premenopause* dengan Kesiapan pada Masa *Menopause* dengan menggunakan *crosssectional* dengan pengumpulan data melalui kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan signifikan antara sikap terhadap kesiapan ibu dalam menghadapi *menopause* dengan nilai *p-value* 0.000.

Menurut teori Maki (2018), sikap wanita dalam menghadapi *menopause* merupakan penilaian wanita terhadap kesiapan menghadapi *menopause*. Mengatasi gejala-gejala pada saat memasuki *menopause*, wanita perlu mengenali gejala-gejalanya dan mengatasinya dengan bijak serta penting bagi wanita untuk sering berfikir positif bahwa kondisi tersebut merupakan sesuatu yang sifatnya alami.

Menurut asumsi peneliti, sikap wanita berpengaruh terhadap masa *menopause* sehingga sikap yang positif terhadap *menopause* sangat diperlukan. Sikap positif harus dimiliki oleh seseorang ibu dalam menghadapi *menopause* dengan jika ibu memiliki sikap yang positif, ibu akan melakukan hal-hal yang berhubungan dengan kesiapan dalam menghadapi *menopause* misalnya lebih rutin bertanya dan berkonsultasi mengenai *menopause*, misalnya ketika melakukan kunjungan ke sarana kesehatan dan bertanya langsung tentang *menopause* kepada tenaga kesehatan.

3. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause*

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* dengan nilai $p = 0.000$ sehingga

$p < 0.05$, yang berarti bahwa dukungan keluarga mempunyai hubungan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause*.

Hasil ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Handayani, dkk (2022) meneliti tentang Hubungan Dukungan Keluarga, Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Kesiapan Menghadapi Masa *Menopause* dengan menggunakan *crosssectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran / observasi variabel independen dan dependen pada saat yang bersamaan. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan signifikan antara dukungankeluarga terhadap kesiapan ibu dalam menghadapi masa *menopause* dengan nilai *p-value* 0.024.

Hal ini sesuai dengan teori Maki (2018), faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* yaitu pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga. Dukungan keluarga merupakan bentuk dari bantuan keluarga kepada wanita yang akan memasuki masa *menopause*.

Menurut asumsi peneliti kurang siapnya ibu menghadapi masa *menopause* ada kaitannya juga dengan dukungan keluarga yang kurang akan meningkat terjadinya perubahan perilaku pada wanita masa *menopause*, karena salah satu yang mempengaruhi perilaku *menopause* adalah dukungan keluarga, perubahan-perubahan fisik maupun psikologi yang terjadi menyebabkan wanita membutuhkan dukungan dari orang-orang disekitarnya untuk dapat menerima perubahan yang terjadi pada dirinya yang berkaitan dengan *menopause*. Perubahan dan masalah yang dialami para wanita yang menghadapi *menopause* mendorong mereka untuk untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialaminya dengan cara meminta atau mencari bantuan dari keluarga ataupun teman-temannya. Semakin baik dukungan keluarga yang diberikan maka semakin memperlihatkan adanya rasa kasih sayang yang diberikan oleh orang-orang terdekat sehingga akan menimbulkan dorongan kuat untuk mengatasi masalahnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* di Gampong Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar didapatkan bahwa:

1. Dari 58 responden yang siap menghadapi *menopause* hanya 20 responden (34,5%) dan responden yang tidak siap menghadapi *menopause* yaitu sebanyak 38 responden (65,5%).

2. Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* menggunakan uji *pearson chi-square* dengan nilai *p value* ($0.001 < a : 0,05$).
3. Ada hubungan yang bermakna antara sikap dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* menggunakan uji *pearson chi-square* dengan nilai *p value* ($0.002 < a : 0,05$).
4. Ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kesiapan ibu menghadapi *menopause* menggunakan uji *pearson chi-square* dengan nilai *p value* ($0.000 < a : 0,05$).

Berdasarkan hasil penelitian yang di peroleh melalui observasi dapat di tulis saran dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi responden agar tidak terlalu cemas dalam menghadapi masa *menopause* dan mengikuti senam lansia untuk menambah kebugaran.
2. Bagi tempat penelitian khususnya bidan desa dan kader agar dapat memberikan informasi bagi masyarakat khususnya ibu yang akan memasuki usia *menopause* bahwa gejala-gejala yang timbul menjelang usia *menopause* adalah hal yang wajar.
3. Bagi Universitas BIna Bangsa Getsempena agar dapat menambah referensi di perpustakaan yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi khususnya yang berhubungan dengan *menopause* dan hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan informasi penelitian selanjutnya dapat meneliti variabel - variabel lain dan melakukan analisa lebih mendalam tentang perilaku wanita masa *menopause*.
4. Bagi peneliti agar dapat mengaplikasikan ilmu yang didapatnya kepada masyarakat terutama kepada ibu ang akan memasuki usia *menopause* dengan cara memotivasi mereka agar dapat menjaga pola hidup sehat dan sebagai bahan perbandingan bagi peneliti selanjutnya yang meneliti tentang karya ilmiah yang sama dengan variabel yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, R. (2018). *Modul Konseling Asuhan kebidanan pada Ibu Menopause*. Jakarta: Sagung Seto.
- Asmaradana, dkk. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Menghadapi *Menopause* Pada Wanita Usia *Premenopause* di Kelurahan Sadeng Gunungpati. Semarang : Jurnal Kesehatan. <http://repository.unissula.ac.id/26675/>(Diakses tanggal 18 November 2023)
- Dewi, dkk. (2022). Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Ibu dalam menghadapi *menopause* di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan. *Bangka : Jurnal Kesehatan*. <https://stikesmitraadiguna.ac.id/e-jurnal/index.php/jkp/article/> (Diakses tanggal 5 November 2023)

- Hutafea, R. (2017). *Sehat & ceria di usia senja*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Indah, dkk. (2018). Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Ibu dalam Menghadapi *Menopause* di Dusun Krandon Malang Sumberagung Moyudan Sleman Yogyakarta. Yogyakarta . *Jurnal Kesehatan*. <http://digilib.unisayogya.ac.id/4407/> (Diakses tanggal 5 Desember 2023)
- Indiarti (2018). *Panduan Kesehatan Wanita*. Jakarta : Gramedia.
- Jeusafaria (2017). *Manajemen Emosi*. Jakarta :PT. Bumi Aksara.
- Mistinah, dkk. (2016). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi *Menopause* di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul. Yogyakarta . *Jurnal Kesehatan*. http://digilib.unisayogya.ac.id/1263/1/NASKAH%20PUBLIKASI%20TRI%20MISTINAH%20070201182_.pdf (Diakses tanggal 4 Desember 2023).
- Nababan, A.S. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus (DM) Tipe II Factors Affecting The Blood Sugar Content Of Diabetas Mellitus (DM) Type II. *Jurnal Dunia Gizi*, 3(1), 23–31. http://digilib.unisayogya.ac.id/5957/1/NASKAH_PUBLIKASI_KASRIANI_1910_201211_25-02-2021%5B1%5D.pdf (Diakses tanggal 10 Desember 2023).
- Noorma, N. (2017). Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup Wanita *Menopause* di Klinik Bank Tabungan Pensiunan Nasional Kota Makassar. *Jurnal Husada Mahakam*, Volume IV, Nomor 4, halaman 240-254. <https://core.ac.uk/download/pdf/322635697.pdf> (Diakses tanggal 23 November 2023).
- Norisa, dkk. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu *Premenopause* Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi *Menopause* di Gampong Ranub Dong Kecamatan Meureubo Kabupaten Aceh Barat. *Aceh : Jurnal Kesehatan*. <https://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/b/article/download/668/218> (Diakses tanggal 20 November 2023).
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Cetakan Revisi. Jakarta. PT Rineka Cipta.