

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI MASA MENOPAUSE DI DESA WAJOK HILIR TAHUN 2023

Katarina Iit¹, Liza Erviana², Febrina Millennia³

STIKes Panca Bhakti Pontianak

Email korespondensi: katarinaiit17@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Menopause merupakan suatu gejala dalam kehidupan wanita yang ditandai dengan berhentinya siklus menstruasi. Menopause tidak hanya ditandai dengan berhentinya menstruasi, namun juga adanya beberapa perubahan, mulai dari penampilan fisik, kondisi psikologis. Wanita dikatakan menopause jika sudah tidak menstruasi lagi selama 1 tahun. Jumlah wanita premenopause di kabupaten Mempawah sebanyak 68.406 jiwa, dan di desa wajok hilir berjumlah 344 jiwa. Dari hasil wawancara dengan responden, didapatkan, 1 diantaranya tidak mengetahui apa itu menopause, 3 orang lainnya tidak mengetahui tanda-tanda menopause, dan 4 orang lainnya tidak mengetahui perubahan-perubahan apa yang kemungkinan akan terjadi.

Tujuan penelitian: Untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan menghadapi masa menopause di desa wajok hilir tahun 2023.

Metode Penelitian: menggunakan deskriptif kuantitatif, dengan pendekatan cross sectional, lokasi penelitian ini dilakukan di Desa Wajok Hilir tahun 2023. Sampel berjumlah 33 orang, teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dan teknik analisa data menggunakan uji chi square.

Hasil penelitian: Sebagian dari responden berpengetahuan kurang sebanyak 14 responden (42,4%), sebagian dari responden siap menghadapi menopause sebanyak 17 responden (51,5%). uji Statistic menunjukkan nilai pvalue sebesar $0,005 < 0,05$ yang artinya, H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat perbedaan signifikan, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause.

Kesimpulan: Ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu usia 40-49 tahun Di Desa Wajok hilir Tahun 2023.

Saran: Agar pihak Desa Wajok Hilir dapat memberikan penyuluhan tentang menopause, supaya ibu dapat menambah wawasan pengetahuan tentang menopause sebagai upaya dalam mempersiapkan diri menjelang masa menopause.

Kata Kunci: Pengetahuan, Kesiapan, Menopause

ABSTRACT

Background: Menopause is a symptom in a woman's life which is marked by the cessation of the menstrual cycle. Menopause is not only marked by the cessation of menstruation, but also by several changes, starting from physical appearance and psychological conditions. A woman is said to be in menopause if she has not menstruated for 1 year. The number of premenopausal women in Kabutaen Mempawah is 68,406 people, and in Wajok downstream village there are 344 people. From the results of interviews with respondents, it was found that 1 of them did not know what menopause was, 3 other people did not know the signs of menopause, and 4 other people did not know what changes were likely to occur.

Research objective: To determine the relationship between maternal knowledge about menopause and readiness to face menopause in Wajok Hilir Village in 2023.

Research Method: This type of research is quantitative descriptive research, with a cross sectional approach, the location of this research was carried out in Wajok Hilir Village in 2023. The sample was 33 people, the data collection technique used a questionnaire and the data analysis technique used the chi square test.

Research results: Some of the respondents had little knowledge as many as 14 respondents (42.4%), some of the respondents were ready to face menopause as many as 17 respondents (51.5%). The statistical test shows a pvalue of $0.005 < 0.05$, which means that H_0 is rejected and H_a is accepted, meaning there is a significant difference. Thus it can be concluded that there is a relationship between maternal knowledge about menopause and readiness to face menopause. Conclusion: There is a relationship between maternal knowledge about menopause and readiness to face menopause in mothers aged 40-49 years in Wajok downstream village in 2023.

Suggestion: For Wajok Village to Downstream can provide counseling about menopause, so that mothers can increase their knowledge about menopause as an effort to prepare themselves for the menopause.

Keywords: Knowledge, Readiness, Menopause

¹Dosen Stikes Panca Bhakti Pontianak

²Dosen Stikes Panca Bhakti Pontianak

³Dosen Stikes Panca Bhakti Pontianak

⁴Mahasiswa Stikes Panca Bhakti Pontianak

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO), memperkirakan di tahun 2030 akan ada sekitar 1,2 miliar wanita yang berusia di atas 50 tahun. Sebanyak 80% diantaranya tinggal di negara berkembang dan populasi wanita menopause meningkat 3% persen setiap tahunnya (Nurlina, 2021) dalam (Susanti & Indrajati, 2022).

Indonesia saat ini memiliki 7,4% wanita menopause dari total populasi dan tahun 2020 diperkirakan mencapai 11,54% dengan usia rata-rata menopause 49 tahun. Peningkatan populasi wanita menopause pada umumnya disertai berbagai tingkat dan jenis masalah yang kompleks sehingga berdampak pada peningkatan masalah kesehatan yang dialami wanita menopause tersebut (Setiawan et al., 2020).

Menurut Badan Pusat Statistik Jumlah penduduk wanita di provinsi Kalimantan barat pada tahun 2022 sebanyak 634.627 jiwa dengan jumlah wanita yang berusia 45 – 44 tahun 207.145 jiwa, usia 45-49 tahun 172.979 jiwa, usia 50-54 tahun 144.832 jiwa dan usia 55-59 tahun 109.641 jiwa dan diperkirakan wanita yang memasuki masa menopause 6.856 jiwa.

Berdasarkan data yang didapatkan dari Badan Pusat Statistik Kabupaten Mempawah, Jumlah penduduk wanita di kabupaten mempawah pada tahun 2020 sebanyak 115.920 jiwa dengan jumlah wanita yang berusia 45 – 44 tahun 35.750 jiwa, usia 45-49 tahun 32.656 jiwa, usia 50-54 tahun 27.085 jiwa dan usia 55-59 tahun 20.429 jiwa.

Pengetahuan yang cukup tentang menopause dapat membantu wanita premenopause menyiapkan dirinya menjalani masa menopause, melalui pengetahuan ini merupakan salah satu peran dalam mempengaruhi keputusan seorang wanita untuk berperilaku sehat nantinya. Pengetahuan merupakan faktor penting dalam membentuk tindakan seseorang yang berasal dari hasil tidak tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan untuk mempertahankan dan mengembangkan hidup (Zhou et al., 2020).

Kesiapan merupakan keadaan siap untuk menanggapi sesuatu atau suatu derajat pertumbuhan dari sebuah kedewasaan atau kematangan yang dapat bermanfaat dalam menerapkan sesuatu. Kesiapan seorang wanita dalam memasuki usia menopause meliputi kesiapan baik secara fisik seperti menerima

proses menopause dengan memperhatikan gaya

hidup meliputi berolahraga secara teratur, mengonsumsi makanan sehat dan bergizi, menghindari rokok dan alkohol dan berkonsultasi dengan dokter, kesiapan psikis meliputi berpikiran positif melalui penerimaan yang baik dan menghindari stress, dan spiritual dengan lebih mendekatkan diri, memperkuat ibadah sehingga menimbulkan penerimaan yang positif (Mardiyanti & Januriwasti, 2022)

Menopause merupakan suatu gejala dalam kehidupan wanita yang ditandai dengan berhentinya siklus menstruasi dimana indung telur atau ovarium mengalami penurunan fungsi sehingga kadar hormon estrogen pada wanita menjadi rendah. Menopause tidak hanya ditandai dengan berhentinya menstruasi, namun juga adanya beberapa perubahan, mulai dari penampilan fisik, kondisi psikologis hingga hasrat seksual (Juliana et al., 2021).

Gejala menopause bervariasi di setiap populasi wanita menopause, pemahaman yang penting pada menopause bermanfaat untuk merencanakan intervensi yang efektif dalam meningkatkan kualitas hidup. Gejala psikologis pada wanita menopause terjadi pada sekitar 25-50 % wanita. Ada perdebatan mengenai apakah gejala ini terkait dengan kurangnya estrogen atau indikasi untuk gejala lainnya, sedangkan Gejala psikologis wanita menopause, yaitu penurunan memori dan fungsi neurologis, depresi, kegelisahan, sifat lekas marah, kelesuan, kekurangan energi, gugup dan kebingungan (Betristasia, 2020).

Dampak menopause yang sering terjadi di masyarakat adalah gangguan emosi rasa takut menjadi tua dan tidak menarik, sukar tidur atau cepat bangun, mudah tersinggung dan mudah marah, sangat emosional dan spontan, merasa tertekan dan sedih tanpa diketahui sebabnya. Situasi demikian dapat terjadi bila individu belum siap untuk menghadapi menopause. Menopause juga berdampak pada segi psikologis karena kebanyakan wanita menganggap menopause sebagai gerbang selamat datang usia lanjut, pudarnya daya pikat fisik dan seksual, bahkan pikiran yang menganggap bahwa usia lanjut adalah anggota masyarakat yang tidak produktif yang menambah beban dalam hidup. Hal ini menyebabkan wanita merasa murung, merasa tidak disayangi, mudah tersinggung dan marah. (Susanti & Indrajati, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian

(Asmaradana, 2021) Hasil penelitian menunjukkan bahwa 56,9% wanita premenopause memiliki pengetahuan yang tinggi dan 15,3% siap menghadapi menopause. Uji korelasi spearman Rho diperoleh nilai p-value 0,01 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan menopause dengan kesiapan menghadapi menopause pada wanita usia premenopause di Kelurahan Sadeng Gunungpati.

Penelitian (Susanti & Indrajati, 2022) mengatakan Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang menopause adalah kurang (48,5%) dan tingkat kesiapan menghadapi menopause adalah kurang siap (58,5%). Lebih lanjut, hasil analisis juga menemukan adanya ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu menopause dengan pvalue 0,000.

Menurut penelitian (Ulya & Andanawarih, 2021) hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang berpengetahuan baik dan sudah siap dalam menghadapi menopause sebanyak 24 responden (80%) dan tidak siap sebanyak 9 responden (45%). Sedangkan berdasarkan hasil analisis dengan uji Chi Square Test didapatkan p value yaitu 0,010 ($p \text{ value} < 0,05$) yang artinya H_0 diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang menopause terhadap kesiapan responden dalam menghadapi menopause.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di Desa Wajok Hilir didapatkan data wanita usia premenopause sejumlah 334 jiwa. Dari hasil wawancara, didapatkan, pada 1 ibu tidak mengetahui apa itu menopause, 3 orang ibu tidak mengetahui tanda-tanda menopause, dan 4 orang ibu tidak mengetahui perubahan-perubahan apa yang kemungkinan akan terjadi. Kurangnya pengetahuan tentang menopause menyebabkan ketidakmampuan ibu dalam menghadapi dan

HASIL DAN PEMBAHASAN

mempersiapkan diri menghadapi masa menopause. Hal ini menjadikan ibu tidak mampu melakukan upaya pencegahan dini untuk memasuki umur menopause tanpa mengalami keluhan yang berat (Susanti & Indrajati, 2022).

Karena masih ditemukannya masalah pada Desa Wajok hilir tersebut, penelitian mengenai pengetahuan tentang menopause sangat penting dilakukan. Jika pengetahuan wanita tentang menopause kurang, hal tersebut dapat berdampak pada kesiapannya dalam menghadapi menopause. Pengetahuan yang kurang menyebabkan Wanita menjadi tidak tahu perubahan fisik apa yang akan terjadi, seperti kulit vagina menjadi tipis, ukuran vagina yang menyusut. Hal tersebut akan berdampak pada keharmonisan dalam rumah tangga. Sehingga pentingnya pengetahuan tentang menopause bagi wanita premenopause.

Oleh sebab itu berdasarkan data diatas dan di desa tersebut masih didapatkan wanita yang pengetahuannya kurang tentang menopause, yang berdampak pada kesiapannya dalam menghadapi menopause. maka peneliti tertarik meneliti dengan judul “Hubungan pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan menghadapi masa menopause di Desa Wajok Tahun 2023”.

METODE

penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. penelitian kuantitatif, adalah metode yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, dan analisis data bersifat kuantitatif atau statistik yang bertujuan menguji hipotesis yang sudah ditetapkan. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pada penelitian ini populasinya adalah wanita premenopause dengan populasi 334 jiwa, dari profil desa Wajok hilir tahun 2023.

a. Hasil**Tabel 1. Pengetahuan Responden tentang Menopause**

NO	Pengetahuan tentang menopause	Jumlah	
		N	%
1	kurang	14	42,2%
2	Cukup	13	39,4%
3	Baik	6	18,2%
Total		33	100%

Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui sebagian dari responden berpengetahuan kurang yaitu 14 responden (42,4%), dan sangat sedikit dari responden berpengetahuan baik yaitu 6 responden (18,2%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kesiapan Responden

NO	Kesiapan menghadapi menopause	jumlah	
		N	%
1	Ya	17	51,5%
2	Tidak	16	48,5%
Total		33	100%

Berdasarkan tabel 2 di atas kesiapan menghadapi menopause sebagian responden siap menghadapi menopause yaitu 17 responden (51,5%), dan sebagian dari responden tidak siap menghadapi menopause yaitu 16 responden (48,5%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause

Pengetahuan tentang menopause		kesiapan				or
		siap	Tidak siap	total	P = value	
Baik	N	14	5	19	0,005	10,265
	%	42,2%	15,2%	57,6%		
Kurang	N	3	11	14		
	%	9,1%	33,3%	42,4%		
Total	N	17	16	33		
	%	51,5%	48,5%	100,0%		

Berdasarkan tabel 3 sebagian dari responden siap menghadapi menopause dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 14 orang (42,2%), sangat sedikit dari responden siap menghadapi menopause pada kategori pengetahuan kurang yaitu 3 orang (9,1%), sedangkan sebagian kecil dari responden tidak siap menghadapi menopause dengan pengetahuan kurang yaitu 11 orang (33,3%), dan sangat sedikit dari responden tidak siap dengan pengetahuan baik yaitu 5 orang (15,2%).

Setelah dilakukan analisis uji chi square dengan menggunakan spss dengan taraf signifikan ($\alpha=0,05$), diperoleh koefisien nilai p-value sebesar $0,005 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat perbedaan signifikan (ada hubungan), sehingga dari hasil perhitungan dapat dinyatakan bahwa ada hubungan antara

pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause. Dengan nilai Odd ratio yaitu 10,265 yang artinya pengetahuan tentang menopause baik, cukup dan kurang, 10,265 kali dapat mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi menopause.

b. Pembahasan**1) Pengetahuan tentang menopause**

Hasil penelitian di Desa Wajok tahun 2023 menunjukkan Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui sebagian dari responden berpengetahuan kurang yaitu 14 responden (42,4%), sebagian kecil dari responden berpengetahuan cukup yaitu 13 orang (39,4%), dan sangat sedikit dari responden berpengetahuan baik yaitu 6 responden (18,2%).

Tingkat pendidikan dapat

mempengaruhi penerimaan seseorang terhadap penerimaan informasi baru sehingga mempengaruhi tentang pendapatnya. Dalam penelitian ini informasi tentang kesiapan responden menghadapi menopause.

Hasil penelitian ini dikuatkan oleh teori Notoadmojo (2010) bahwa tingkat pendidikan bisa mempengaruhi pendapat seseorang untuk bisa menerima ide-ide dan teknologi yang baru, pendidikan adalah suatu faktor yang bisa mempengaruhi pendapat seseorang, Karena bisa membuat seseorang lebih mudah untuk mengambil keputusan dan lebih mudah untuk bertindak. Pengetahuan tentang menopause merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesiapan bagi seorang wanita dalam menghadapi menopause. Pengetahuan sangat penting dimiliki oleh seorang wanita sebelum dirinya memasuki masa menopause, sehingga dapat menghadapi perubahan yang ditimbulkan oleh masa menopause dan strategi apa yang dapat dilakukan dalam mengelola perubahan-perubahan yang terjadi pada masa transisi. Pengetahuan dalam hal ini tentang menopause merupakan suatu hal yang berhubungan erat dengan indikator hasil yaitu kesiapan menghadapi menopause. (Dewi et al., 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian kusumawati 2019 yang mengatakan bahwa Pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pendidikan, pekerjaan, umur, lingkungan dan sosial budaya. Pengetahuan sangat penting untuk semua orang karena dengan pengetahuan kita akan lebih tahu tentang segala aspek yang sangat berguna bagi diri sendiri atau orang lain.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan bahwa pengetahuan dapat mempengaruhi cara seseorang dalam menyikapi sesuatu, terutama dalam hal kesiapan menghadapi menopause, pengetahuan seseorang yang baik, memiliki wawasan yang luas dapat menjadi informasi baru bagi seseorang dalam menyiapkan diri menghadapi masa menopause.

2) Kesiapan tentang menopause

Hasil penelitian di Desa Wajok tahun 2023 menunjukkan kesiapan menghadapi menopause sebagian responden siap menghadapi menopause yaitu 17 responden (51,5%), dan sebagian dari responden tidak siap menghadapi menopause yaitu 16 responden (48,5%).

Kesiapan merupakan keadaan siap untuk menanggapi sesuatu atau suatu derajat pertumbuhan dari sebuah kedewasaan atau kematangan yang dapat bermanfaat dalam menerapkan sesuatu. Kesiapan disini dapat diartikan sebagai salah satu keadaan ibu untuk mempersiapkan dirinya dalam menghadapi menopause, baik secara fisik, secara psikologis, maupun secara spiritual. Seorang wanita yang menjelang menopause sebaiknya selalu berpikir positif bahwa kondisi tersebut merupakan sesuatu yang sifatnya alami. 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. 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.

Hasil penelitian ini dikuatkan oleh teori Menurut Nugraha (2007) faktor yang mempengaruhi kesiapan Wanita dalam menghadapi menopause adalah psikis, peran keluarga, informasi dan budaya Sedangkan menurut Notoadmojo (2003) faktor yang mempengaruhi kesiapan wanita dalam menghadapi menopause adalah pendidikan, umur, pekerjaan, sosial ekonomi dan pengetahuan (Meilan & Huda, 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan susanti dan indrajati 2022 yang mengatakan bahwa Kesiapan ibu diartikan sebagai suatu keadaan ibu untuk mempersiapkan dirinya dalam

menghadapi menopause, baik secara fisik, psikologis, maupun spiritual. Seorang wanita yang menjelang menopause sebaiknya selalu berpikir positif bahwa kondisi tersebut merupakan sesuatu yang sifatnya alami.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan bahwa kesiapan adalah keadaan dimana kita siap dalam menghadapi atau menyikapi suatu hal yang akan terjadi. Salah satunya kesiapan seorang wanita dalam menghadapi menopause. Menjelang masa menopausenya diharapkan wanita dapat menyikapi dan menganggap bahwa menopause adalah suatu bagian dari siklus kehidupan wanita.

3) Hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause

Hasil penelitian menunjukan sebagian dari responden siap menghadapi menopause dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 14 orang (42,2%), sedangkan sebagian kecil dari responden tidak siap menghadapi menopause dengan pengetahuan kurang yaitu 11 orang (33,3%).

Diperoleh koefisien nilai p-value sebesar $0,005 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat perbedaan signifikan (ada hubungan), sehingga dari hasil perhitungan dapat dinyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause.

Proses terjadinya menopause akan dipengaruhi oleh kesiapan yang memadai dalam menghadapi menopause, apabila wanita tersebut mempunyai kesiapan yang tinggi maka ia akan menjalani masa menopause dengan lebih baik. Pengetahuan menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesiapan. Pengetahuan tentang menopause sangat diperlukan untuk menghadapi masa menopause seperti pengertian menopause, penyebab menopause lebih dini dan proses terjadinya menopause, tanda dan gejala menopause, dan cara mengatasi keluhan yang digunakan untuk menghadapi menopause (Susanti & Indrajati, 2022).

Pengetahuan merupakan hasil tahu seseorang terhadap objek melalui panca indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Faktor pengetahuan mengenai menopause sangat berpengaruh dalam menghadapi masa menopause tersebut. Jenis dan sifat pengetahuan ini pengetahuan ini tergantung kepada sumbernya dan dengan cara dan alat apa pengetahuan itu diperoleh, serta ada pengetahuan yang benar dan ada pengetahuan yang salah seseorang wanita mempunyai pengetahuan yang memadai agar mampu mempersiapkan diri dengan lebih baik sehingga mampu melakukan upaya yang dilakukan untuk mencegah suatu keluhan yang dialami nantinya. akan tanpa mengalami keluhan (Sari & Yuniliza, 2020).

Menurut jurnal (Monika et al., n.d.) Kaum wanita dalam menghadapi menopause penting memiliki pengetahuan yang baik tentang menopause yang dapat membantunya untuk memahami dan mempersiapkan diri menghadapi menopause. Pada umumnya wanita yang memiliki pengetahuan yang baik tentang menopause akan memiliki sikap yang positif dalam menghadapi menopause dengan mempersiapkan diri menjelang menopause sehingga lebih siap dalam menghadapi menopause. Seorang wanita yang memiliki pengetahuan yang baik pada umumnya akan kesiapan menghadapi dan mengatasi masalah yang muncul saat memasuki masa menopause. Sedangkan seorang wanita yang memiliki pengetahuan yang kurang tentang menopause dapat mempengaruhi kondisi psikologis menjadi mudah tersinggung, cemas, stress dan depresi. Selain itu juga menjadi kurang percaya diri, mengalami ketakutan, merasa tidak menarik lagi, serta merasa tidak berguna lagi.

Dan menurut jurnal (Nurma Yunita, 2021) pengetahuan memiliki hubungan dengan kesiapan ibu menghadapi menopause. Penelitian lain yang mendukung hasil penelitian ini adalah Sasrawita yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang

signifikan antara pengetahuan, Pengetahuan salah satunya didukung oleh pendidikan, pendidikan yang memadai akan memudahkan seseorang memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang menopause. Pemahaman yang baik tentang seluk beluk menopause akan menunjang kesiapan wanita dalam menghadapi menopause, Pengetahuan tentang menopause memiliki peran penting pada masa menopause, karena dengan pengetahuan yang tinggi maka akan dapat meningkatkan kemampuan perempuan dalam menghadapi dan mengelola menopause.

Penelitian ini sejalan dengan k.asmaradana (2021) yang menjelaskan Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu premenopause karena pada penelitian ini diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden mempunyai pengetahuan tinggi dan siap menghadapi menopause. Pengetahuan akan membentuk kepercayaan dan akan memberikan dasar bagi pengembangan selanjutnya dan menentukan sikap terhadap objek tertentu. Pengetahuan yang luas

menyebabkan seseorang lebih siap dan matang dalam menjalani segala persoalan yang terjadi dengan baik.

Penelitian ini juga sejalan dengan oleh susanti dan indrajati tahun 2022 dengan hasil penelitian mengungkapkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang menopause adalah kurang (48,5%) dan tingkat kesiapan menghadapi menopause adalah kurang siap (58,5%). Lebih lanjut, hasil analisis juga menemukan adanya ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu menopause dengan pvalue 0,000. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan bahwa tingkat pengetahuan seseorang dapat mempengaruhi kesiapan, dimana pengetahuan tersebut dapat menjadi cara seseorang menanggapi atau menyikapi suatu hal. pengetahuan wanita mengenai menopause tersebut akan mempengaruhi kesiapan wanita dalam menghadapi menopause, kesiapan tersebut dapat berupa kesiapan untuk memberikan respons terhadap masalah menopause, kesiapan untuk bertindak, dan kesiapan untuk menghadapi masalah menopause.

KESIMPULAN

Setelah melaksanakan penelitian dengan jumlah responden sebanyak 33 ibu usia 40-49 tahun berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Desa Wajok Hilir dapat disimpulkan bahwa :

a. Analisis Univariat

1. Sebagian dari responden 14 (42,4%) ibu usia 40-49 berpengetahuan kurang.

2. Sebagian dari responden 17 (51,5%) ibu usia 40-49 siap menghadapi menopause.

b. Analisis Bivariat

Ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Desa Wajok tahun 2023 dengan diperoleh koefisien nilai p-value sebesar 0,005 <0

DAFTAR PUSTAKA

- Adventus. (2019). Pengertian Perilaku. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, 1(69), 5–24.
- Asifah, M. (2021). Pengetahuan Wanita Dalam Menghadapi Menopause Di Pedukuhan Gowok. *JKM Jurnal Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 8, 180–191. <https://www.jurnal.stikescendekiauta.makudus.ac.id/index.php/JKM/article/view/682>
- Asmaradana, K. (2021). *Hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause pada wanita usia premenopause di kelurahan sadeng gunungpati.* 1–73.
- Ayustiningrum, M. (2019). *ketepatan kode diagnosis kasus Chronic Kidney Disease.* 7(2), 107–115.
- Betristasia, P. (2020). *Hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan wanita premenopause*

- dalam menghadapi masa menopause. 9(2), 115–119.
- Brier, J., & lia dwi jayanti. (2020). hubungan pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause di Desa Molosipat, Kec. Popayato Barat, Kab. Pohuwato. 21(1), 1–9. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>
- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 13.
- Haryati, L. (2020). *Pengetahuan Tentang Kesiapan Menghadapi Menopause pada Wanita Madya*.
- Juliana, D., Anggraini, D., & Amalia, N. (2021). Hubungan Antara Karakteristik Wanita Dengan Keluhan Pada Masa Menopause Di Wilayah Kerja Upk Puskesmas Perumnas Ii Pontianak. *Borneo Nursing Journal*, 3(1), 33–38. <https://akperyarsismd.e-journal.id/BNJ>
- Kusumawati, S. (2019). *Dalam menghadapi menopause Di Desa Berangas Timur Menopause dikenal sebagai berhentinya menstruasi , yang disebabkan oleh hilangnya aktifitas folikel ovarium . Masa ini sangat komplek bagi perempuan karena berkaitan dengan keadaan fisik dan ke*. 13–20.
- Mardiyanti, S., & Januriwasti, D. E. (2022). Pengetahuan dan Kesiapan Ibu Pramenopause Menghadapi Gejala Vegetatif Masa Menopause. *Buletin Ilmu Kebidanan Dan Keperawatan*, 1(02), 47–52. <https://doi.org/10.56741/bikk.v1i02.124>
- Mayang Wulan. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu Pramenopause. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 69–77.
- Meilan, N., & Huda, N. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan perempuan dalam menghadapi masa menopause Program Studi DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta III. *Jurnal Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia*, 2(1), 2807–8020.
- Monika, C., Simanjuntak, F., Utami, L., & Simbolon, A. R. (n.d.). *Menopause pada waita masa dewasa akhir di tambun Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus Universitas Indonesia Menopause merupakan proses fisiologis yang akan dialami oleh setiap wanita lanjut usia akibat hilangnya aktivitas folikuler ovarium*. 5(1), 25–33.
- Moshinsky, M. (2020). Hipertesi pada wanita menopause. In *Nucl. Phys.* (Vol. 13, Issue 1).
- Nanda, I. N., Sayfullah, H., Pohan, R., Windariyah, D. S., Fakhurrazi, Kherrmarinah, & Mulasi, S. (2021). Pnelitian Tindakan Kelas Untuk Guru Inspiratif. In *CV Adanu Abimata*.
- Nurma Yunita, A. E. (2021). The Correlation of The Knowledge About Menopause With The Readiness Ahead of Menopause For Pre-menopause Women. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 9(2), 68. <https://doi.org/10.20961/placentum.v9i2.52843>
- Prabayoni, A. B. (2021). Gambaran Keluhan Fisik Dan Psikologis Wanita Menopause Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Bebandem Tahun 2021. *Jurnal Keperawatan*, 1, 1–67. <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7651/>
- Sari, N. W., & Yuniliza. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan ibu menghadapi menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang. *Menara Ilmu*, XIV(1), 90–98.
- 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>
- Setiyani, H., & Ayu, S. M. (2019). Hubungan Tingkat Pendidikan, Pendapatan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Pada Wanita Menopause Di Desa Jobohan, Bokoharjo, Sleman 2016. *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(2), 105. <https://doi.org/10.35842/mr.v14i2.179>
- Susanti, E. T., & Indrajati, U. (2022). Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 8(2), 78–84. <https://doi.org/10.56186/jkbb.107>
- Ulya, N., & Andanawarih, P. (2021). Kesiapan Wanita Usia 45-55 Tahun dalam Menghadapi Perubahan Masa Menopause. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 8(1), 7–13. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol8.iss1.115>
- Zaitun, Rizkiyah, D., Nurmasiyah, Z. A. Q., & Muna, K. (2020). P *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Kesehatan)*, 2(1), 61–68.
- Zhou, Yang, & Wang. (2020). hubungan pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kesiapan menjelang menopause pada ibu premenopause. *Jurnal Ilmiah Indonesia p-ISSN: 2541-0849 e-ISSN: 2548-1398 Vol. 5, No. 11, November 2020*, 21(1), 1–9.