
PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG MENOPAUSE

Lisda Maria¹, Lia Permatasari²

Program Studi S1 Keperawatan STIKES Mitra Adiguna Palembang^{1,2}

*lisdamaria83@gmail.com*¹

*liapermatasari1729@gmail.com*²

ABSTRAK

Latar Belakang: Menopause merupakan fase alami kehidupan perempuan yang ditandai dengan berakhirnya siklus menstruasi dan perubahan fisiologis yang signifikan. Pengetahuan menopause sangat diperlukan karena banyak wanita merasa takut mencapai masa menopause dan enggan membicarakan fase menopause, karena diharapkan sikap wanita premenopause untuk meningkatkan perilaku dan coping menjadi lebih baik. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang menopause **Metode:** Penelitian *preeksperimental* dengan desain *one group pretest-posttest design*. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Merdeka Palembang pada bulan Januari Tahun 2025. Sampel diambil dari 30 responden dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang menopause. Uji untuk mengetahui analisa data menggunakan uji *wilcoxon*. **Hasil:** Didapatkan nilai rata-rata pengetahuan sebelum intervensi pendidikan kesehatan adalah 56.13 sedangkan sesudah intervensi adalah 79.17. Ada peningkatan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause, semua responden mengalami perubahan pengetahuan tentang menopause setelah dilakukan pendidikan kesehatan dimana hasil nilai statistic diperoleh $p\text{-value} = 0,00$ dimana $p\text{-value} < 0,05$ hal tersebut menyatakan signifikan 0,000 ($p < 0,05$). Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause di Puskesmas Merdeka Palembang **Saran:** Diharapkan agar pelayanan kesehatan lebih meningkatkan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi dan konseling yang berkaitan dengan Menopause, untuk memberikan informasi tentang menopause dan cara untuk menghadapi masa menopause.

Kata Kunci: *Menopause, Disfungsi Seksual, Pelvic Floor Physical Therapy*

ABSTRACT

Background: Menopause is a natural phase of women's life which is characterized by the end of the menstrual cycle and significant physiological changes. Menopausal knowledge is very necessary because many women feel afraid to reach menopause and are reluctant to discuss the menopause phase, because it is expected that the attitude of premenopausal women to improve behavior and coping is better. **Objective:** Knowing the effect of health education on knowledge about menopause **Methods:** Pre-experimental study with one group pretest-posttest design. This research was conducted at the Merdeka Health Center Palembang in January Year 2025. The sample was taken from 30 respondents with purposive sampling technique. The instrument used was a knowledge questionnaire about menopause. Test to determine data analysis using the wilcoxon test. **Results:** The mean value of knowledge before the health education intervention was 56.13 while after the intervention was 79.17. There is an increase in health education on maternal knowledge about menopause, all respondents experienced changes in knowledge about menopause after being carried out health education where the results of statistical values obtained $p\text{-value} = 0.00$ where $p\text{-value} < 0.05$ it states significant 0.000 ($p < 0.05$). There is an effect of health education on mothers' knowledge about menopause at the Merdeka Palembang Health Center **Suggestions:** It is hoped that health services will further improve reproductive health counseling activities and counseling related to menopause.

Keywords: *Menopause, Sexual Dysfunction, Pelvic Floor Physical Therapy*

PENDAHULUAN

Menopause merupakan suatu fase alami dalam kehidupan seorang perempuan yang ditandai dengan berakhirnya siklus menstruasi dan berbagai perubahan fisiologis yang signifikan. Masa menopause berhubungan dengan masalah penyesuaian yang muncul oleh sistem endokrin yang menurunkan kadar estrogen dalam tubuh dan menyebabkan perubahan fisiologis dan psikologis yang memengaruhi seksualitas perempuan (Mentari dan Natosba, 2023).

Kondisi ini membuat perubahan besar yang melibatkan perubahan fisik, endokrin, dan psikologi seseorang, salah satunya adalah turunya kualitas seksual (Khairani, 2021). Menopause merupakan tahap akhir proses biologis yang dialami wanita berupa penurunan produksi hormon seks wanita yaitu estrogen dan progesteron dari indung telur (Estiani, Dhuhana, 2015).

Kementerian Kesehatan mempunyai peran dan tujuan berkontribusi dalam tercapainya seluruh Nawa Cita terutama dalam meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia. Serta memiliki dua tujuan pada tahun 2015-2019 yaitu yang pertama meningkatnya status kesehatan masyarakat dan meningkatnya daya tanggap (*responsiveness*) dan perlindungan masyarakat terhadap risiko sosial dan finansial di bidang kesehatan. Peningkatan status kesehatan masyarakat dilakukan pada

semua kontinum siklus kehidupan (*lifecycle*) yaitu bayi, balita, anak usia sekolah, remaja, kelompok usia kerja, maternal, dan kelompok lansia (Kemenkes RI, 2015).

Hal yang membuat tidak maksimalnya pelaksanaan promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat adalah terbatasnya kapasitas promosi kesehatan di daerah akibat kurangnya tenaga promosi kesehatan. Diketahui bahwa jumlah tenaga penyuluh kesehatan masyarakat di Puskesmas hanya 4.144 orang di seluruh Indonesia. Tenaga tersebut tersebar di 3.085 Puskesmas (34,4%). Rata-rata tenaga promosi kesehatan di Puskesmas sebanyak 0,46 per Puskesmas. Itu pun hanya 1% yang memiliki basis pendidikan atau pelatihan promosi kesehatan (Kemenkes RI, 2015).

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) Pada tahun 2030, diperkirakan 1,2 miliar wanita di seluruh dunia akan mengalami menopause. Pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta wanita menopause di Indonesia, angka harapan hidup wanita di Indonesia 72,4 tahun lebih tinggi dibandingkan pria 68,4 tahun, dapat dikatakan sepertiga kehidupan wanita akan berada pada masa menopause dan mengalami perubahan hormonal (Apriliyeni & Rohmah, 2024).

Menurut Apriliyeni & Rohmah

dalam Cory'ah (2024) di Indonesia data Badan Pusat Statistik menunjukkan 15,2% juta wanita memasuki masa menopause dari 118 juta wanita Indonesia, tentunya hal ini perlu mendapatkan perhatian bagaimana kesehatan reproduksinya karena pada masa ini akan terjadi perubahan fisik dan psikologis yang dapat menimbulkan berbagai macam keluhan pada kesehatan.

Menurut Kemenkes RI, tahun 2017 jumlah perempuan menopause di Sumatera Selatan sebesar 69,43% dan meningkat pada tahun 2018 menjadi 69,65%. Tahun 2017 di Sumatera Selatan jumlah wanita menopause 196.83 (Emilia, 2020).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Pengetahuan mengenai menopause sangatlah diperlukan oleh wanita karena banyak wanita merasa takut mencapai masa menopause dan enggan membicarakan fase menopause, karena ada anggapan umum bahwa ini adalah pintu yang harus dilalui menuju masa tua. Dengan peningkatan pengetahuan pada wanita premenopause tentang menopause, diharapkan sikap wanita premenopause tentang menopause menjadi lebih baik (Agustiawati dan Sulistiyarningsih, 2017).

Agar pengetahuan ibu yang mengalami menopause bertambah perlu diberikan informasi melalui pendidikan

kesehatan pemberian pendidikan kesehatan akan membantu perempuan untuk mengembangkan pengetahuan, sikap dan perilaku dalam mengatasi perubahan dan permasalahan selama masa menopause sehingga mampu beradaptasi terhadap berbagai perubahan serta gejala yang terjadi pada masa tersebut. Selain itu pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi untuk meningkatkan perilaku dan coping perempuan dalam mengatasi gejala menopause (Rotem et al., 2015).

Pendidikan kesehatan adalah suatu kegiatan atau usaha penyampaian pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Pemberian pendidikan kesehatan akan membantu perempuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku (Notoatmodjo, 2015).

Salah satu faktor pendukung dalam peningkatan pengetahuan adalah tingkat pendidikan. Menunjukkan bahwa sebagian besar pendidikan responden SMA yaitu 36 orang (50,7%), sedangkan tingkat pendidikan responden paling sedikit SD yaitu 6 orang (8,5%). bahwa pendidikan yang pernah ditempuh seseorang merupakan faktor yang akan mendukung kemampuan seseorang untuk menerima informasi, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin luas cara pandang dan cara pikir dalam menghadapi suatu permasalahan yang terjadi di sekitarnya.

menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause. Pengetahuan yang lebih baik akan memberikan pengaruh yang besar terhadap sikap yang positif dalam menghadapi menopause (Makahanap, Kundre dan Bataha 2013).

Berdasarkan penelitian terdahulu dari Wardhani, Desi Ayu (2021) dengan hasil penelitian dimana penilaian kuesioner menunjukkan bahwa nilai pengetahuan peserta terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan mengenai perubahan yang terjadi saat menopause dan pengelolaannya yang dibuktikan dengan terjadi peningkatan nilai pengetahuan pada hampir semua peserta.

Sedangkan penelitian Verina, Yusrika (2021) dengan hasil penelitian didapatkan data diperoleh p -value sebesar 0,000 ($<0,05$) ada pengaruh pendidikan kesehatan berbasis video terhadap peningkatan pengetahuan ibu menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Ratu Agung. Sedangkan menurut penelitian Marlen, Reny (2025) dimana didapatkan hasil penelitian menunjukkan rerata tingkat pengetahuan wanita menopause sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media audiovisual sebesar 32,50 dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media audiovisual sebesar 80,00. Hasil

analisa data diperoleh p -value = 0,001 $< 0,05$, terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan media audiovisual terhadap pengetahuan wanita menopause.

Adapun penelitian dari Utami, Safitri (2022) dimana berdasarkan hasil sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan, didapatkan sebanyak 16 orang (38,0%) ibu mengalami kecemasan ringan. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan, sebagian besar ibu tidak mengalami kecemasan sebanyak 28 orang (66,6%). Hasil uji analisis wilcoxon diperoleh p -value 0,000 $< \alpha$ (0,05) artinya penyuluhan kesehatan berpengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi masa menopause.

Hal ini diperkuat dari penelitian yang dilakukan Arma N. Silaban (2019) menunjukkan hasil metode penelitian ini merupakan penelitian pre eksperimental dengan desain one group pre-posttest design. Penelitian ini dilakukan di Desa Tuntungan II Kecamatan pancur Batu. Sampel diambil dari 15 responden dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang menopause. Uji untuk mengetahui analisa data menggunakan uji wilcoxon. dengan nilai signifikan ,000 dimana $p < 0,05$. Nilai pretest kurang (86,7) dan nilai posttest adalah baik (86,7) menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap

pengetahuan tentang menopause pada Ibu di Desa Tuntungan II Kecamatan pancur Batu. Bagi pendidikan kesehatan diharapkan agar lebih meningkatkan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi dan konseling yang berkaitan dengan Menopause, untuk memberikan informasi tentang menopause dan cara untuk menghadapi masa menopause.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji sejauh mana pendidikan kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan perempuan tentang menopause. Melalui pendekatan ini, diharapkan perempuan dapat lebih memahami perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama masa menopause. Pendidikan kesehatan yang tepat dapat membantu mengurangi ketakutan dan kekhawatiran yang sering dialami wanita dalam menghadapi fase ini. Selain itu, peningkatan pengetahuan diharapkan mendorong wanita untuk lebih proaktif dalam menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan rutin. Dengan demikian, risiko komplikasi kesehatan seperti osteoporosis dan penyakit jantung dapat diminimalkan.

Berdasarkan hasil data dari wilayah kerja Puskesmas Merdeka selama tiga bulan terakhir, yaitu Agustus, September, dan Oktober 2024, menunjukkan adanya 8 pasien yang didiagnosis dengan kista ovarium. Seluruh pasien tersebut

memerlukan tindakan medis berupa pengangkatan kista untuk mencegah komplikasi yang lebih parah. Tingginya jumlah pasien ini menunjukkan kurangnya kesadaran dan pencegahan dini terhadap risiko yang dapat muncul selama masa menopause. Berdasarkan catatan rekam medis, banyak pasien datang ke Puskesmas setelah kondisi kista berkembang cukup besar dan menimbulkan gejala yang mengganggu. Data ini memperlihatkan urgensi peningkatan edukasi dan layanan kesehatan yang fokus pada deteksi dini serta penanganan masalah reproduksi pada wanita menopause.

Permasalahan lain yang memperburuk kondisi ini adalah minimnya program edukasi kesehatan khusus yang ditujukan bagi wanita menopause di tingkat komunitas. Dalam banyak kasus, tidak tersedia platform yang memadai untuk memberikan informasi terkait menopause dan kesehatan reproduksi. Hal ini memperparah ketidakmampuan wanita dalam mengenali gejala yang mereka alami dan langkah pencegahan yang perlu diambil. Keterbatasan program edukasi ini juga membuat wanita cenderung mengabaikan tanda-tanda awal penyakit yang mungkin muncul selama menopause. Akibatnya, banyak wanita terjebak dalam situasi di mana tindakan medis baru dilakukan setelah penyakit berkembang

lebih lanjut.

Stigma sosial dan rasa ketidaknyamanan dalam membicarakan isu kesehatan reproduksi juga menjadi hambatan besar dalam meningkatkan kesadaran akan menopause. Dalam beberapa komunitas, pembicaraan mengenai menopause masih dianggap tabu, sehingga banyak wanita enggan mencari informasi atau berkonsultasi dengan tenaga kesehatan. Hal ini mengakibatkan banyak masalah kesehatan yang seharusnya dapat dicegah menjadi lebih sulit ditangani. Kurangnya komunikasi terbuka mengenai menopause membuat wanita merasa sendirian dalam menghadapi perubahan fisiologis yang terjadi. Upaya untuk menghapus stigma ini menjadi krusial agar wanita dapat lebih terbuka dalam membicarakan dan mengatasi masalah kesehatan yang mereka alami.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Pre Eksperimen* menggunakan pendekatan *one-group pretest-posttest*. Pada penelitian ini dilakukan pretest sebelum diperlakukan yang berguna untuk mengukur pengetahuan ibu terlebih dahulu, membandingkan dengan keadaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Penelitian telah dilaksanakan di

Puskesmas Merdeka Palembang pada bulan Januari 2025 dan telah mendapatkan ijin penelitian. Populasi dalam penelitian adalah keseluruhan objek atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang menjadi fokus atau sasaran penelitian.

Populasi dalam penelitian adalah keseluruhan objek atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang menjadi fokus atau sasaran penelitian. Populasi pada penelitian ini berdasarkan data Puskesmas 3 bulan terakhir yakni pada bulan November, Desember dan Januari sebanyak 100 responden yang berusia premenopause. Teknik pengambilan sampel dalam peneliti ini adalah *teknik purposive sampling*. Sampel berjumlah 30 orang.

Data yang telah dikumpul, dianalisa dan dilakukan pengolahan data yang terdiri dari beberapa tahapan. Pertama, *editing* yaitu tahap penyuntingan, untuk mengecek dan perbaikan isian formulir atau kuesioner. Kedua, *coding* adalah mengubah data menjadi huruf atau bilangan (peng''kodean''), lalu *entry data atau processing* dengan mengisi kolom atau kartu kode sesuai jawaban dari setiap pertanyaan. Selanjutnya, *tabulating* yaitu membuat tabel-tabel data, sesuai dengan yang diinginkan peneliti dan pengolahan data dengan menggunakan komputer.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

Analisa ini dilakukan dengan melihat distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia, agama, suku, dan pendidikan. Distribusi frekuensi

variabel pengetahuan responden sebelum dan sesudah intervensi pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause. Dapat dilihat pada Tabel berikut ini;

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Agama, suku, dan Pendidikan.

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Usia		
	45-50 tahun	16	53,3
	51-55 tahun	14	46,7
2	Agama		
	Islam	23	76,7
	Katolik	1	3,3
	Kristen	6	20,0
3	Suku		
	Jawa	17	56,7
	Melayu	13	43,3
4	Pendidikan		
	SD	3	10,0
	SMP	8	26,7
	SMA	14	46,7
	S1	5	16,6
	Jumlah	30	100

Berdasarkan distribusi frekuensi karakteristik responden diperoleh data berdasarkan Usia responden mayoritas berusia 45-50 tahun sebanyak 16 orang (53.3%) lebih banyak dari responden yang berusia 51-55 tahun. Berdasarkan agama responden mayoritas beragama Islam yakni sebanyak 23 orang (76.7) lebih

banyak dari responden yang beragama katolik dan kristen. Berdasarkan suku responden mayoritas bersuku Jawa sebanyak 17 orang (56.7%) daripada suku Melayu. Berdasarkan Pendidikan responden mayoritas berpendidikan SMA lebih banyak 14 orang (46.7%) daripada kategori pendidikan S1, SMP dan SD.

Tabel 2.

Pengetahuan Responden Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan		
Pengetahuan Ibu	<i>Pre</i>	Intervensi
	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Baik	3	10
Kurang	15	50
Cukup	12	40
Total	30	100

Berdasarkan tabel 2 diperoleh data bahwa sebelum diberikan intervensi pendidikan kesehatan, mayoritas pengetahuan responden kurang lebih

banyak 15 orang (50%), daripada responden yang memiliki pengetahuan baik dan responden yang memiliki pengetahuan cukup.

Tabel 3.

Pengetahuan Responden Setelah diberikan Pendidikan Kesehatan		
Pengetahuan Ibu	<i>Post</i>	Intervensi
	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Baik	23	76.7
Kurang	3	10.0
Cukup	4	13.3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 3 diperoleh data bahwa setelah dilakukan intervensi diperoleh data bahwa responden mayoritas memiliki pengetahuan baik

sebanyak 23 orang (76.7%) daripada responden yang memiliki pengetahuan kurang dan responden yang memiliki pengetahuan cukup.

Tabel 4.

Perbedaan Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu tentang Menopause

Pengetahuan	f	Mean	Std.deviation	Sig.(2-tailed)
Sebelum Intervensi	30	56.13	9.066	0.000
Sesudah Intervensi	30	79.17	14.256	

Berdasarkan tabel 4 diperoleh hasil rata-rata pengetahuan sebelum intervensi pendidikan kesehatan nilai mean adalah

56.13 sedangkan sesudah intervensi nilai mean adalah 79.17 dan nilai *std.deviation* sebelum intervensi 9.066. Sedangkan

sesudah intervensi nilai *std.deviation* 14.256. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause di Puskesmas Merdeka Palembang.

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh $p=0,000$ dimana $p < 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh yang bermakna sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause di Puskesmas Merdeka Palembang.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Responden Sebelum dilakukan Intervensi

Pengetahuan responden sebelum dilakukan intervensi pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause di Puskesmas Merdeka Palembang. Berdasarkan jumlah 30 responden sebelum dilakukan intervensi pendidikan kesehatan, mayoritas pengetahuan responden adalah kurang lebih banyak banyak 15 orang (50%) daripada responden yang memiliki Pengetahuan baik, dan responden yang memiliki pengetahuan cukup. Hal ini disebabkan pengetahuan menopause ada pernyataan tentang pengertian menopause, tanda gejala menopause, perubahan psikologis, faktor yang mempengaruhi menopause, cara

menghadapi masa menopause. Hal ini bisa dilihat hasil kuesioner berdasarkan Pendidikan responden mayoritas lebih banyak berpendidikan SMA sebanyak 14 orang (46.7%), daripada responden yang berpendidikan S1, SMP dan SD.

Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber seperti, media, poster, kerabat dekat, media masa, media elektronik, buku petunjuk, petugas kesehatan dan sebagainya. (Makahanap, at al 2015).

Menurut Shabani, at al (2016) Mengatakan bahwa memiliki pendidikan dasar. Juga tidak jelas bahwa seseorang dengan pendidikan sekolah tinggi memiliki pemahaman tentang pentingnya perilaku mempromosikan kesehatan Sebagai kesimpulan, tampaknya tingkat pendidikan wanita dapat memprediksi kepatuhan wanita menopause terhadap perilaku yang meningkatkan kesehatan. Oleh karena itu, orang-orang yang kurang berpendidikan tampaknya memerlukan pelatihan dan perencanaan yang lebih hati-hati dalam hal ini. Selain itu, kepatuhan yang lebih buruk terhadap perilaku gaya hidup mempromosikan kesehatan pada wanita membutuhkan perhatian yang lebih besar dari pembuat kebijakan kesehatan untuk mengadakan program pelatihan kesehatan yang menargetkan kelompok wanita

menopause ini.

Menurut Stuart & Sundeen (2019) Pendidikan yang rendah akan menyebabkan orang tersebut mudah mengalami kecemasan, tingkat pendidikan seseorang atau individu akan berpengaruh terhadap kemampuan berfikir, semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin mudah berfikir rasional dan menangkap informasi baru termasuk dalam menguraikan masalah yang baru.

Wanita harus diberi tahu tentang perubahan yang akan dialami dalam periode ini agar mereka siap. Sebuah studi yang dilakukan di Portugal menunjukkan bahwa bahkan wanita berpendidikan tidak memiliki pengetahuan yang cukup tentang menopause, Mayoritas wanita ditemukan memiliki kurangnya pengetahuan mengenai gaya hidup sehat dan pendekatan perawatan diri selama periode menopause. Dalam hal ini, wanita perlu diberi tahu tentang gejala menopause dan praktik kesehatan selama menopause (Alan, et al 2016).

Menurut Maulana (2019) pendidikan kesehatan membutuhkan komunikasi yang baik. Pendidikan kesehatan yang diberikan kepada para ibu membuat adanya perubahan pada penurunan tingkat kecemasan yang dialami. Pada kenyataannya sebelum pemberian pendidikan kesehatan responden sebagian besar mengalami kecemasan ringan dan

setelah pemberian pendidikan kesehatan responden mengalami penurunan tingkat kecemasan menjadi tidak ada kecemasan, hal tersebut dikarenakan pendidikan kesehatan mampu mengurangi tingkat kecemasan yang dialami oleh seseorang, hal ini berkaitan dengan penelitian ini, dimana adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kecemasan pada ibu yang akan menghadapi menopause.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sopia (2020) dimana hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat kecemasan sebelum dilakukan pendidikan hampir seluruhnya (90%) adalah ringan. Tingkat kecemasan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan didapatkan seluruhnya (100%) adalah tidak cemas. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p \text{ value} = 0,0304 < 0,05$, yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menopause terhadap tingkat kecemasan wanita premenopause.

Sedangkan menurut penelitian dari Baiq Ricca Afrida, et al (2022) dimana hasil penelitian nya didapatkan bahwa hasil dari pre test rata-rata pemahaman lansia sebanyak 5,75% dan hasil post test meningkat menjadi 7,76% dan hasil ini menunjukan semua peserta mengalami peningkatan pengetahuan sebanyak 20%. Rencana tindak lanjut yang dapat dilakukan oleh pemerintah adalah peningkatan

keterampilan berkelanjutan bagi lansia dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

Begitu pula penelitian terkait tentang penelitian ini dimana Elizabet C, Jusuf (2023) mendapatkan 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.

Adapun asumsi peneliti bahwa terdapat pengetahuan yang kurang sebelum diberikan pendidikan kesehatan karena salah satu faktor mempengaruhi pengetahuan adalah tingkat pendidikan, pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber seperti, media, poster, kerabat dekat, media masa, media elektronik, buku petunjuk, petugas kesehatan dan sebagainya. Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, pengetahuan dapat diperoleh

salah satunya adalah dari mendengar dan membaca, pendidikan kesehatan sangat berpengaruh dengan pengetahuan seseorang karena mendapatkan pendidikan kesehatan dengan materi yang diberikan secara berulang. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran (telinga) dan indra penglihatan (mata). Pengetahuan melibatkan perubahan-perubahan dalam kemampuan dan pola berpikir, kemahiran dalam menyikapi suatu masalah secara objektif, cara individu memperoleh pengetahuan dari lingkungan aktifitasnya dan menceritakan pengalaman merupakan proses kognitif dan perkembangan sikap pengetahuan seseorang. Penerimaan informasi baru kepada ibu-ibu yang mengalami menopause dan pemberian pendidikan kesehatan secara berulang sehingga bisa meningkatkan pengetahuan ibu tentang menopause.

Pengetahuan Responden Sesudah Dilakukan Intervensi Pendidikan Kesehatan.

Pengetahuan responden sesudah dilakukan intervensi pendidikan kesehatan Pada penelitian ini, pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menopause, diperoleh data bahwa pengetahuan menjadi meningkat dimana pengetahuan dengan kategori Baik sebanyak 23 orang (76.7%), responden

yang memiliki pengetahuan Kurang sebanyak 3 orang (10%) dan responden yang memiliki pengetahuan Cukup sebanyak 4 orang (13.3%). Hal ini membuktikan bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, pengetahuan dapat diperoleh salah satunya adalah dari mendengar dan membaca, dan didapatkan dari hasil penelitian bahwa pendidikan kesehatan sangat berpengaruh dengan pengetahuan seseorang karena dimana seseorang mendapatkan pendidikan kesehatan dengan materi yang diberikan secara berulang.

Berdasarkan hasil penelitian oleh Suryati (2011) dimana didapatkan hasil Tingkat pengetahuan ibu premenopause sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang menopause di Dusun Saman wilayah Puskesmas Sewon II Bantul Yogyakarta tergolong sedang. Hasil uji t-test menunjukkan tingkat pengetahuan tentang menopause sebelum dan sesudah penyuluhan didapatkan nilai t sebesar 7,2 pada df 33 dengan taraf signifikansi (p) 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap tingkat pengetahuan ibu premenopause menghadapi menopause di Dusun Saman wilayah Puskesmas Sewon II Bantul Yogyakarta.

Hasil penelitian dari Dwi Suprpti (2020) dimana dididatpkann hasil Hasil

penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pemberian KIE tentang menopause terhadap tingkat kecemasan ibu pra menopause pada pre-test tingkat kecemasan ringan sebanyak 40,0%, cemas sedang 55,0%, dan cemas berat 5,0% dan mengalami penurunan pada saat post-test dengan tingkat kecemasan ringan 60,0%, sedang 35,0%, dan berat tidak ada kecemasan 0% dengan p-value = 0,000 ($p < 0,05$). Dan pada hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan KIE tentang menopause rata-rata skor kecemasan ibu sebesar 16,40, kemudian berkurang menjadi 13,15 setelah diberikan KIE tentang menopause.

Asumsi peneliti dimana sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran (telinga) dan indra penglihatan (mata). Pengetahuan melibatkan perubahan-perubahan dalam kemampuan dan pola berpikir, kemahiran dalam menyikapi suatu masalah secara objektif, cara individu memperoleh pengetahuan dari lingkungan aktifitasnya dan menceritakan pengalaman merupakan proses kognitif dan perkembangan sikap pengetahuan seseorang. Makna asli penyuluhan adalah pemberian penerangan dan informasi, Maka setelah dilakukan penyuluhan kesehatan seharusnya akan terjadi peningkatan pengetahuan oleh masyarakat. Pengetahuan sesudah

diberikan pendidikan kesehatan tentang menopause meningkat dikarenakan penerimaan informasi baru kepada ibu-ibu yang mengalami menopause dan pemberian pendidikan kesehatan dilakukan secara berulang sehingga bisa meningkatkan pengetahuan ibu tentang menopause.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Menopause

Pada penelitian ini, diperoleh hasil bahwa rata-rata pengetahuan sebelum intervensi pendidikan kesehatan nilai *mean* adalah 56.13 sedangkan sesudah intervensi nilai *mean* adalah 79.17 dan nilai *std.deviation* sebelum intervensi 9.066. Sedangkan sesudah intervensi nilai *std.deviation* 14.256. Berdasarkan hasil tersebut bahwa ada peningkatan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause, secara manual dari hasil penelitian, semua responden mengalami perubahan pengetahuan tentang menopause setelah dilakukan pendidikan kesehatan, berdasarkan nilai statistic, hasil diperoleh *p-value* = 0,00 dimana *p-value* < 0,05 hal tersebut menyatakan signifikan 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause di Puskesmas Merdeka Palembang.

Pada penelitian yang telah dilakukan di Puskesmas Merdeka

Palembang terhadap pengetahuan ibu, didapatkan hasil bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu dengan ditunjukkan nilai rata-rata yang meningkat sesudah dan sebelum intervensi, hal ini terjadi karena proses pengindraan yang dilakukan oleh responden. Dimana responden fokus dan aktif mengikuti pendidikan kesehatan. Hal ini juga didukung dengan alat yang digunakan saat melakukan pendidikan kesehatan, dimana peneliti menggunakan leaflet dengan topik dan gambar yang menarik minat baca ibu dalam proses pendidikan kesehatan. Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan ada dampak yang baik pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause di Puskesmas Merdeka Palembang, maka pendidikan kesehatan tentang menopause ini dapat dijadikan menjadi salah satu teknik untuk meningkatkan pengetahuan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Novianti, Rima (2021) dari hasil analisa terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan antara sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) dilakukan edukasi kesehatan sebesar 32.534 dan hasil bivariat menggunakan Uji *T-Dependent* didapat *P value* 0,000 ($< \alpha$ 0,05). Sedangkan berdasarkan hasil penelitian dari Virani Nurianisa (2024) dimana ditemukan bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu

yang mengalami menopause sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan berbasis video rata-rata sebesar 65,62.

Penelitian oleh Faizah, Wannda Chamarul (2024) efektifitas pendidikan pra menopause dimana hasil penelitian ini menunjukkan tingkat ansietas responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan terapi spiritual sebesar 21,51 dan standar deviasi 8,092. Tingkat ansietas responden sesudah diberikan pendidikan kesehatan dan terapi spiritual sebesar 11,87 dan standar deviasi 7,146.

Adapun asumsi peneliti bahwa pendidikan kesehatan tentang menopause meningkatkan pengetahuan dan sikap wanita yang diteliti, sehingga program pendidikan kesehatan diarahkan agar wanita perlu diintegrasikan dalam sistem perawatan kesehatan. satunya didapatkan melalui pendidikan atau proses belajar. Berdasarkan hal ini, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause didapatkan hasil yang sangat berbeda sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan sangatlah terpengaruh dimana Pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dapat meningkatkan pengetahuan seseorang dimana metode ini paling mudah diterapkan dalam masyarakat dengan pengetahuan yang berbeda-beda. Adapun keunggulan

dari metode ceramah ini adalah seperti pemberi ceramah mudah dalam menguasai pertemuan tersebut, dapat diikuti oleh banyak orang, relatif mudah dalam penyiapan dan pelaksanaan. Teknik ceramah yang baik mendukung tercapainya penyerapan dan pemahaman optimal sehingga menambah pengetahuan seseorang.

KESIMPULAN

1. Pengetahuan responden sebelum dilakukan intervensi pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause di Puskesmas Merdeka Palembang, mayoritas pengetahuan responden adalah Kurang sebanyak 15 orang (50%), responden yang memiliki Pengetahuan Baik sebanyak 3 orang (10%), responden yang memiliki Pengetahuan Cukup sebanyak 12 orang (40%). Hal ini disebabkan pengetahuan menopause ada pernyataan tentang pengertian menopause, tanda gejala menopause, perubahan psikologis, faktor yang mempengaruhi menopause, cara menghadapi masa menopause.
2. Pengetahuan responden sesudah dilakukan intervensi pendidikan kesehatan Pada penelitian ini, pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang

Menopause, diperoleh data bahwa pengetahuan menjadi meningkat dimana pengetahuan dengan kategori Baik sebanyak 23 orang (76.7%), responden yang memiliki pengetahuan Kurang sebanyak 3 orang (10%) dan responden yang memiliki pengetahuan Cukup sebanyak 4 orang (13.3%). Hal ini membuktikan bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, pengetahuan dapat diperoleh salah satunya adalah dari mendengar dan membaca, dan didapatkan dari hasil penelitian bahwa pendidikan kesehatan sangat berpengaruh dengan pengetahuan seseorang karena dimana seseorang mendapatkan pendidikan kesehatan dengan materi yang diberikan secara berulang.

3. Berdasarkan hasil nilai rata-rata pengetahuan sebelum intervensi pendidikan kesehatan adalah 56.13 sedangkan sesudah intervensi adalah 79.17. Berdasarkan hasil tersebut bahwa ada peningkatan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause, secara manual dari hasil penelitian, semua responden mengalami

perubahan pengetahuan tentang menopause setelah dilakukan pendidikan kesehatan, hasil nilai statistic diperoleh $p\text{-value} = 0,00$ dimana $p\text{-value} < 0,05$ hal tersebut menyatakan signifikan 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menopause di Puskesmas Merdeka Palembang.

SARAN

Bagi masyarakat agar dapat lebih meningkatkan pengetahuan ibu-ibu tentang menopause, sehingga masyarakat tidak merasa takut menghadapi menopause dan meningkatkan masyarakat menuju tempat pelayanan kesehatan untuk memperoleh informasi tentang menopause.

Bagi pelayanan kesehatan diharapkan agar pelayanan kesehatan lebih meningkatkan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi dan konseling yang berkaitan dengan Menopause, untuk memberikan informasi tentang menopause dan cara untuk menghadapi masa menopause.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiawati, Sulistiyaningsih (2017) Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap ibu premenopause terhadap kesiapan dalam menghadapi masa menopause di desa padangan kecamatan winong tahun 2017 Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Vol.8 No.2 (2017) 25-31

Alan, (2016) *Effects of Menopause on the Life of Women Who Experience Hot Flashes and their Health-Seeking Behaviours*

Atlanta, (2017) *The Effect of Husbands' Education Regarding Menopausal Health on Marital Satisfaction of Their Wives*

Baiq Ricca Afrida, at al (2022) Pendidikan Kesehatan Pada Menopause Untuk Membentuk Lansia Yang Sehat dan Produktif. Jurnal Masyarakat Mandiri. Vol.6 No.3

Creswell, Jhon. (2019). *Research design Qualitative, Quantitative and mixed methods Approaches third edition*. American: Sage.

Divya, (2018) *Health education program about postmenopausal changes toperi menopausal women in anurban slum area, Coimbatore*.

Dwi Suprpti (2020) Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Pra Menopause Sebelum Dan Sesudah Diberi Konseling Informasi Edukasi (Kie) Tentang Menopause. Jurnal Borneo Cendikia Volume 4 No.2 Tahun 2020.

Elizabet C,Jusuf (2023). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Menopause Pada Kader Kesehatan Dan Tokoh Masyarakat di Makassar. Jurnal Dinamika Pengabdian. Volume 9 No.1 <https://journal.unhas.ac.id/index.php/jdp/issue/view/1356>

Estiani, Dhuhana (2015) Hubungan pendidikan dan pengetahuan wanita pramenopause terhadap sikap menghadapi menopause di desa sekar jaya kabupaten ogan komering ulu Jurnal Keperawatan Sriwijaya, Volume 2 - Nomor 2, Juli 2015, ISSN No 2355 5459.

Faizah,Wannda Chamarul (2024) Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dan Terapi Spiritual Terhadap Ansietas Pada Ibu Pre Menopause Dalam Persiapan Menghadapi Masa Menopause Di Srongol Wetan. Institutional Repository Unissulla, 2024.

Fitriani (2023) Hubungan Aktifitas Fisik dan Pendidikan Kesehatan dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menopause pada Ibu Perimenopause di Puskesmas Curug Kecamatan Jasinga Kabupaten Bogor. Vol. 2 No. 2 (2023): Indonesia Journal of Midwifery Sciences (IJMS)

Marlen, Reny (2025) Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Wanita Menopause di Desa Jati Agung Kabupaten Pringsewu. Health Research Journal Of Indonesia. Volume 3 No.3 Tahun 2025. <https://wpcpublisher.com/jurnal/index.php/HRJI/article/view/582>

Novianti, Rima (2021) Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Tanda dan Gejala Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Ibu dalam Menghadapi Menopause di Desa Hegarmanah Kecamatan Cikarang Timur Kabupaten Bekasi Tahun 2021. Jurnal Kesehatan Bakti Husada Vol.7 No.2 (2021)

Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 4.*Jakarta : Salemba Medika

Sasrawita. (2017) Hubungan pengetahuan, sikap tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause di puskesmas pekanbaru.Journal Endurance 2(2) June 2017 (117-123)

Sophia (2020) Pemberian Pendidikan Kesehatan Tentang Menopause Untuk Mengurangi Kecemasan Wanita Premenopause. Prosiding PIN-LITABMAS II Volume 2 No.1 Tahun 2020.

Serena, Roberto, Colombo (2015) *Informing Women on Menopause and Hormone Therapy: Know the Menopause a Multidisciplinary Project Involving Local Healthcare System*
Shabani, Hamzehgarde, Shahhossein (2015) *Health Promoting Lifestyle Behaviors in Menopausal Women: A Cross-Sectional Study*

Utami, Safitri (2022). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Menopause di Dusun Jabung, Pandowoharjo, Sleman, Yogyakarta. Vol.11 No.2 (2022) Jurnal Genta Kebidanan.

Verina, Yusrika (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Video terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Ratu Agung Tahun 2021. Jurnal Poltekkes Kepmenkes Bengkulu, 2021.

Wardhani, Desi Ayu (2021) Pendidikan Kesehatan Mengenai Perubahan Yang Terjadi Pada Perempuan Menopause dan Pengelolaannya. Vol.1 No.1 Jurnal Pengabdian Masyarakat Ners Wiyata.

Wawan at al (2019). Teori Dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia.Yogyakarta : Nuha Medika.