

## Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Premenopause Di Desa Silau Paribuan Kecamatan Silau Kahean

### *The Relationship Between Knowledge And attitudes Of Mothers About Premenopause In Silau Paribuan Village Silau Kahean District*

Irma Nurianti\*

<sup>1</sup> Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam  
Jln. Sudirman No.38 Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara – Indonesia  
Email: irmanurianti41@gmail.com

---

#### Abstrak

Premenopause merupakan hal yang sangat dikhawatirkan dan ditakuti oleh setiap ibu. Perubahan yang terjadi selama masa premenopause akan menimbulkan produksi hormon estrogen menurun disertai dengan keluhan psikologi maupun fisik, yang ditandai dengan siklus haid yang tidak teratur dengan perdarahan haid yang memanjang dan ukuran perdarahan banyak yang disertai nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang pre menopause. Jenis penelitian ini analitik dengan desain *cross sectional* dalam penelitian ini populasi 60 orang ibu premenopause. Sampel penelitian ini adalah 38 orang dengan teknik pengambilan *purposive sampling*. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi-square dengan signifikansi dibawah 0.05. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang premenopause ( $p=0,00$ ). Pengetahuan ibu dalam menghadapi premenopause adalah kurang dan sikap ibu dalam menghadapi premenopause positif. Pengetahuan ibu kurang karena disebabkan ibu belum pernah mendapatkan informasi tentang premenopause dan belum pernah mendapatkan penyuluhan kesehatan tentang premenopause. Sikap ibu yang positif disebabkan karena ibu mampu mengalihkan perasaan yang tidak menyenangkan ke hal-hal positif dengan cara melakukan berbagai aktifitas, dan menganggap bahwa hal yang dialami selama premenopause merupakan hal wajar yang akan dialami oleh setiap ibu. Diharapkan kepada petugas kesehatan agar memberikan penyuluhan kesehatan tentang premenopause, dan kepada ibu premenopause diharapkan proaktif untuk mencari informasi yang berkaitan dengan premenopause.

**Kata kunci:** Pengetahuan; Sikap; Ibu; Premenopause

#### Abstract

*Premenopause is something that is very worried and feared by every mother. Changes that occur during the premenopause period will lead to decreased estrogen hormone production accompanied by psychological and physical complaints, which are characterized by irregular menstrual cycles with prolonged menstrual bleeding and large bleeding sizes accompanied by pain. This study aims to determine the relationship between knowledge and attitudes of mothers about pre menopause. This type of research is analytic with a cross-sectional design in this study a population of 60 premenopausal women. The sample of this study was 38 people with purposive sampling technique. Data were analyzed univariately and bivariately using the chi-square test with significance below 0.05. The results showed that there was a relationship between knowledge and attitudes of mothers about premenopause ( $p = 0.00$ ). Mother's knowledge in dealing with premenopause is lacking and mother's attitude in dealing with premenopause is positive. Mother's knowledge is lacking because the mother has never received information about premenopause and has never received health education about premenopause. A positive mother's attitude is caused because the mother is able to divert unpleasant feelings into positive things by doing various activities, and assumes that what is experienced during premenopause is a natural thing that will be experienced by every mother. It is hoped that health workers will provide health education about premenopause, and premenopausal mothers are expected to be proactive in seeking information related to premenopause.*

**Keywords:** Knowledge; Attitude; Mother; Premenopause

---

\*Corresponding Author: Irma Nurianti. Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Deli Serdang, Indonesia

E-mail : irmanurianti41@gmail.com

Doi : [10.35451/jkk.v7i1.2343](https://doi.org/10.35451/jkk.v7i1.2343)

Received : September 05, 2024. Accepted: October 29, 2024. Published: October 30, 2024

Copyright (c) 2024 Irma Nurianti. Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

## 1. PENDAHULUAN

Premenopause merupakan periode dimana keadaan wanita sebelum mengalami menopause yang umumnya muncul saat berusia 40 tahun ke atas. Waktu premenopause dapat dikenali dengan kondisi haid yang tidak teratur, diawali dengan lamanya perdarahan dan naiknya kuantitas perdarahan. Saat normal, wanita harus menghadapi enam tahap perkembangan selaras dengan perubahan fisiknya. Tahapan diawali dari masa pra pubertas, pubertas, reproduksi, klimakterium, menopause hingga masa tua [1].

Organisasi Kesehatan Dunia menyatakan bahwa jumlah perempuan yang masuk periode premenopause di tahun 2030 diprediksi akan berada pada angka 1,2 miliar orang [2]. Sindrom premenopause banyak terjadi dunia, yang mana 70-80% ada di Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, dan 18% perempuan di Cina, [3]. Sementara angka perempuan premenopause Indonesia di tahun 2025 adalah 60 juta. Jumlah wanita di Sumatera utara yang berumur 40-45 tahun pada tahun 2017 adalah 1.743.072 jiwa, atau berada di posisi 15 secara nasional (7,58%) [4].

Beberapa laporan menyatakan bahwa penyebab jumlah premenopause yang berbeda di tiap negara dikarenakan pola makan yang tidak sehat. Kebanyakan keluhan yang sering dialami saat premenopause adalah perubahan suasana hati, hot flushes, sakit kepala, depresi, merasa lemas, fokus dan daya ingat menurun, gangguan tidur, nyeri tulang dan otot. Periode premenopause umumnya tidak sama yang kadang datang lebih awal atau juga terlambat [5,6]

Pengetahuan yang baik akan berpengaruh terhadap sikap ibu premenopause saat mengalami menopause. Dalam menghadapi premenopause, maka ibu memerlukan konseling sehingga dapat menekan kecemasan yang dirasakan [7]. Wanita Tingkat pengetahuannya rendah cenderung untuk lebih mudah untuk menjadi cemas. Dalam menghadapi situasi ini, wanita juga harus mendapatkan dukungan moral dan informasi dari keluarga [8].

Sikap ibu dalam menghadapi perimenopause biasanya mengarah pada prosedur dalam memberikan respon secara mental, emosional, dan fisik atas perubahan yang muncul saat kejadian. Sikap ini meliputi adaptasi ibu terhadap naik turunnya hormonal, siklus menstruasi yang tidak menentu, kondisi hati yang labil, dan gangguan tidur [9].

Riset Suci Aulia (2018) menyatakan bahwa kebanyakan wanita premenopause tidak menyadari gejala menopause sehingga sering bersikap santai saja dalam menghadapi situasi tersebut karena keterbatasan pengetahuannya [10]. Nanda Norisa *et al* (2022) juga membuktikan bahwa pengetahuan memiliki hubungan yang erat saat ibu menghadapi menopause dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 [11].

Data jumlah wanita di Kec.Silau Kahean Kab. Simalungun usia 40-45 tahun berjumlah 10.080 jiwa. Jumlah wanita usia 40-45 tahun di Desa Silau Paribuan sebanyak 60 jiwa. Atas permasalahan ini, maka peneliti ingin meneliti tentang hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang pre menopause. Melalui kegiatan penelitian ini, diharapkan agar ibu dapat memiliki pengetahuan yang cukup dan sikap yang baik saat menghadapi pre menopause.

## 2. METODE

Metode penelitian menerapkan jenis penelitian observasional yang bersifat analitik, yang mana alat ukur yang dipakai adalah kuesioner. Rancangan penelitian ini menerapkan cross sectional melalui pendekatan, observasi, dan pengumpulan data [12]. Populasi penelitian ini adalah ibu premenopause usia 40-45 tahun yang mana sampel dipilih menggunakan *purposive sampling* sehingga diperoleh sampel sebanyak 38 orang.

Prosedur dalam pelaksanaan penelitian diawali dari penjelasan tentang teknis pelaksanaan penelitian, kemudian responden mengisi dan menandatangani surat persetujuan sebagai responden. Kemudian melakukan penelitian yang mana data akan dianalisis secara univariat terhadap distribusi frekuensi responden dan analisis bivariat untuk mengkaji hubungan antara pengetahuan dan sikap ibu dalam menghadapi premenopause.

## 3. HASIL

### 3.1 Karakteristik Responden

Jumlah responden sebanyak 38 orang ditentukan karakteristiknya berdasarkan umur, pendidikan, dan pekerjaan responden. Distribusi karakteristik responden ditentukan berdasarkan frekuensi dan persentase responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentase Responden

Umur	Frekuensi (F)	Persentase (%)
40-42 tahun	21	55.3
43-45 Tahun	17	44.7
<b>Pendidikan</b>		
SMA	21	55.3
SMP	5	13.2
SD	8	21.1
<b>Pekerjaan</b>		
Bekerja	16	42,1
Tidak Bekerja	22	57,9

Hasil menunjukkan bahwa responden kebanyakan merupakan wanita yang berusia 40-42 tahun yang berjumlah 21 orang (55.3%), berpendidikan SMA sebanyak 21 orang (55.3%), dan umumnya tidak bekerja sebanyak 22 orang (57.9%).

### 3.2 Analisis Bivariat

Analisis terhadap data pengetahuan dan sikap wanita dalam menghadapi premenopause diuji menggunakan *chi-square* dengan signifikansi harus lebih rendah dari 0.05

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Wanita Tentang Premenopause

Pengetahuan	Sikap Positif		Sikap Negatif		Total		<i>p-value</i>
	F	%	F	%	F	%	
Baik	21	55.3	0	0.0	21	55.3	0.000
Kurang Baik	0	0.0	17	44.7	17	44.7	

Hasil menunjukkan bahwa sebanyak 21 (55.3%) responden memiliki pengetahuan yang baik dan bersikap positif terhadap keadaan premenopause. Di sisi lain, ada 17 (44.7%) responden yang berpengetahuan kurang baik dan bersikap negatif. Nilai signifikansi yang diperoleh adalah sebesar 0.000 yang berarti ada hubungan yang erat antara pengetahuan dan sikap wanita dalam menghadapi kejadian premenopause Di Desa Silau Paribuan.

## 4. PEMBAHASAN

Usia senantiasa berkorelasi dengan banyaknya pengalaman yang dialami oleh seseorang, yang mana pengalaman menjadi modal yang bagus dalam menambah wawasan dan kematangan sikap dalam menjalani proses kehidupan beserta dengan permasalahannya [13]. Kedalaman wawasan menjadi faktor utama yang berpengaruh terhadap banyak sedikitnya pengetahuan ibu premenopause. Jenjang pendidikan yang semakin baik mengartikan bahwa kemampuan seorang dalam menerima dan memahami informasi dapat dieksekusi dengan baik juga melalui tindakan dan sikap [14]. Rutinitas wanita ataupun ibu juga berdampak terhadap gaya hidup kualitas hidupnya. Melalui pekerjaan yang dijalani seorang wanita, maka akan dapat meningkatkan pengetahuan dan mendapatkan pertukaran informasi serta wawasan yang luas dari lingkungan kerjanya [15].

Pengetahuan menjadi produk atas keadaan yang terjadi pada manusia, pengalaman ini diperoleh melalui indera yang dimiliki terhadap suatu objek. Pengetahuan yang baik akan menghantarkan manusia dalam proses pengambilan tindakan dan sikap yang efektif terhadap suatu keadaan [16]. Sikap yang positif terhadap suatu kondisi akan membantu seseorang dalam mengatasi kecemasan yang terjadi sehingga dapat bersikap lebih tenang dalam melaksanakan Tindakan yang tepat dalam mengatasi gangguan Kesehatan misalnya [17].

Pengetahuan dan sikap punya kaitan yang erat terhadap premenopause, karena pemahaman yang baik tentang premenopause akan menentukan sikap yang tepat atas perubahan dalam tubuhnya. Wanita berpengetahuan baik juga biasanya lebih mengenali dirinya dengan baik sehingga menyadari perubahan merupakan suatu proses yang normal. Kesadaran juga dapat menekan rasa takut terhadap perubahan siklus menstruasi atau hormon yang labil [18].

Pengetahuan yang cukup akan membantu dalam menciptakan sikap positif dalam diri. Sikap ini akan membantu mereka dalam menerima diri dengan lebih tenang dan penuh keyakinan. Selain itu, pengetahuan yang cukup akan

membantu dalam menjaga pola kesehatan diri [19]. Pola ini meliputi pola makan sehat, olahraga, terapi hormon, atau pengobatan alternatif. Pandangan negatif pada tahap ini dapat ditekan, sehingga lebih proaktif dalam kesediaan bantuan medis. Aktivitas melalui tambahan informasi, pemeriksaan kesehatan rutin, konsultasi dengan tenaga medis diperlukan untuk mengelola gejala premenopause [20].

Hasil riset ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Nanda Norisa et al (2022) juga membuktikan bahwa pengetahuan memiliki hubungan yang erat saat ibu menghadapi menopause dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 [11]. Selain itu riset yang dilakukan oleh Suhita Tri Oklaini (2023) juga membuktikan bahwa Terdapat hubungan antara sikap ibu pramenopause dengan kesiapan ibu pada masa menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Mumpo dengan keeratan sedang [21].

## **5. KESIMPULAN**

1. Kebanyakan responden yang mengalami pre-menopause adalah wanita berusia 40-42 tahun, dengan latar belakang pendidikan adalah SMA, dan umumnya tidak bekerja.
2. Umumnya responden yang memiliki pengetahuan yang baik akan bersikap positif dalam menghadapi keadaan premenopause, demikian sebaliknya. Pengetahuan dan Sikap berhubungan erat terhadap kejadian premenopause dengan nilai  $p$  sebesar 0.000.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Nadhiati, A. N. (2019). *Syndrom Premenopause dan Tingkat Stres pada Wanita Premenopause di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang* (Doctoral dissertation, Universitas Andalas).
- [2] Rachma, F. C., Anizar, A. (2019). *Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial Hubungannya dengan Penyesuaian Diri Wanita yang Menghadapi Masa Menopause*. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 133-137
- [3] Asifah, M., Daryanti, M.S., dan Wanita, P. (2021). *Pengetahuan Wanita dalam Menghadapi Menopause di Pedukuhan Gowok Latar Belakang Menurut Data WHO pada tahun 2025 jumlah wanita menopause di Asia akan mengalami peningkatan dari angka 107 juta jiwa akan menjadi 373 juta jiwa*. *Kemendes RI memperkirakan pen. 180-191*.
- [4] Cipto, Siswoko dan Epi. S., (2020). *Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Menghadapi Masa Menopause*. *Jurnal Studi Keperawatan*, 1(1).
- [5] Dewi, R.I.S., Marlinda, R. dan Rahayuningrum D.C., (2021) *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause*. *Seminar Nasional Syedza Saintika*, 1(1), 191-197.
- [6] Linda L dan Yetti R.E. (2019). *Hubungan Perubahan Fisik dengan Kesiapan Ibu dalam Menghadapi Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Maroangin Kota Palopo*. *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): The Indonesia Journal of Health Promotion*, 2(1), 33-40.
- [7] Anwar R, Judistiani R, Madjid T, Abdurahman M. (2019). *Modul Konseling Asuhan kebidanan pada Ibu Menopause*. pertama. Mariyam, editor. Jakarta: Sagung Seto.
- [8] Sari, A. N., & Istighosah, N. (2019). *Hubungan Olahraga, Kopi dan Merokok dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause yang Tinggal Di Wilayah Pedesaan*. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(3), 326-332.
- [9] Atikah, (2019) *Menopause Dan Syndrome Menopause*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [10] Suci Aulia Triastin, P. (2019). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Premenopause Terhadap Perubahan Masa Menopause di Desa Orawa Kecamatan Tirawuta Kabupaten Kolaka Timur* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Kendari).
- [11] Norisa N., Fitriani A., Asriah, dan Novemi. (2022). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Perimenopause Terhadap Kesiapan Menghadapi Menopause*. *Jurnal Kebidanan Malakbi Volume 3, Nomor 2, Agustus 2022*, pp. 72 – 79.
- [12] Meunasah, I., Capa V., Juang, K., dan Nuzula, R. (2021). *Menghadapi Menopause Di desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang Tahun 2021*. 7(1). 439-450.
- [13] Eka. (2019). *Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause Di Kelurahan Tanggikiki Kecamatan Sipatana Kota Gorontalo*, *Jurnal Jurnal keperawatan Universitas Negeri Gorontalo*.

- [14] Notoadmodjo, Soekidjo (2019) Konsep Perilaku Kesehatan Dalam: Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi. Jakarta: Rineka Cipta
- [15] Notoadmodjo, S. (2021). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: PT Rineka Cipta
- [16] Rosita M dan Lilis A.A. (2020). Tingkat Pengetahuan Wanita Pra Lansia tentang Menopause di RT 023, RW. 001 Kelurahan Sunter Agung. *Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya*, 6 (2).
- [17] Puspitasari, B. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Wanita Premenopause dalam Menghadapi Masa Menopause. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 115-119.
- [18] Rizky Safitri. (2020). Hubungan Sindrom Menopause terhadap Derajat Kecemasan pada Wanita Usia 40-60 tahun di Puskesmas Paccerrakkang. *Kesehatan*.
- [19] Yuliana, M., & Hastuti, Y. D. (2019). Perubahan Fisik Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Premenopause di Desa Jaharun A Kabupaten Deli Serdang. *Colostrum: Jurnal Kebidanan*, 1(1), 19-28.
- [20] Zulkarnain Nasution, (2019) Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Menghadapi Pre Menopause Di Kelurahan Baru Ladang Bambu Kecamatan Medan Tuntungan, *Jurnal Darma Agung Volume XXVII, Nomor 3* .<https://jurnal.darmaagung.ac.id>.
- [21] Oklaini S.T., Fahriani M., Mirdayanti R., Oktarina M. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Pramenopause dengan Kesiapan pada Masa Menopause. *Jurnal Kebidanan Besurek. Volume 7. No. 1 Juni 2022: 21-27*.