

**PENGARUH EDUKASI KESEHATAN TENTANG MENOPAUSE
TERHADAP PENGETAHUAN WANITA DI WILAYAH PUSKESMAS
PRAMABON**

PROPOSAL TUGAS AKHIR



Oleh:

AYU UMI NADHIRO

152111913070

PROGRAM STUDI DIII-KEPERAWATAN

FAKULTAS VOKASI

UNIVERSITAS AIRLANGGA

2024

DAFTAR ISI

COVER	i
DAFTAR ISI	ii
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB 2	6
TINJAUAN TEORI	6
2.1 MENOPAUSE	6
2.1.1 Definisi	6
2.1.2 Macam-Macam Menopause	7
2.1.3 Patofisiologi Menopause	8
2.1.4 Tahap-Tahap Menopause	8
2.1.5 Perubahan yang terjadi Masa Menopause	10
2.1.6 Faktor yang mempengaruhi Usia Menopause	14
2.1.7 Penatalaksanaan Menopause	17
2.2 EDUKASI/PENDIDIKAN KESEHATAN	18
2.2.1 Definisi	18
2.2.2 Tujuan Pendidikan Kesehatan	19
2.2.3 Ruang Lingkup Pendidikan Kesehatan	20
2.2.4 Metode dan Teknik Pendidikan Kesehatan	21
2.2.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Edukasi Kesehatan	22
2.2.6 Media Edukasi Kesehatan	23
2.3 PENGETAHUAN	24

2.3.1	Definisi	24
2.3.2	Tingkat Pengetahuan	24
2.3.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	26
2.3.4	Pengukuran Tingkat Pengetahuan	27
2.3.5	Kerangka Konsep	28
2.3.6	Hipotesis	28
BAB 3	29
METODOLOGI	29
3.1	Desain Penelitian	29
3.2	Waktu dan Lokasi Penelitian	29
3.3	Populasi Sampel dan Sampling.....	29
3.3.1	Populasi	29
3.3.2	Sampel	30
3.3.3	Teknik Sampling	31
3.4	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	31
3.4.1	Variabel Independen (Variabel Bebas)	31
3.4.2	Variabel Dependen (Variabel Terikat)	32
3.4.3	Definisi Operasional	32
3.5	Kerangka Operasional	34
3.6	Pengumpulan Data	35
3.6.1	Proses Pengumpulan Data	35
3.6.2	Instrumen Penelitian	35
3.6.3	Pengolahan Data	36
3.7	Analisa Data	37
3.8	Etika Penelitian	37
DAFTAR PUSTAKA	39

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menopause merupakan suatu kejadian alami yang dialami wanita pada usia 45-60 tahun. Secara umum, menopause merupakan keadaan dimana seorang wanita tidak mengalami menstruasi lagi. Jika seorang wanita mengalami menopause sebelum menginjak usia 40 tahun, maka wanita tersebut mengalami gangguan hormonal yakni menopause dini (Selvia et al., 2022). Pada saat terjadinya menopause akan mengalami beberapa perubahan fisik maupun psikis. Berdasarkan survey awal peneliti di Wilayah Puskesmas Prambon, terdapat 15 sampai 20 wanita tidak mengetahui terkait menopause salah satunya yakni gejala menopause, perubahan fisik maupun psikis, faktor yang mempengaruhi menopause dan upaya untuk mengatasi menopause. Kebanyakan wanita tersebut tidak mencari informasi mengenai menopause, sehingga pengetahuan ibu sangat terbatas. Kurangnya pengetahuan tentang menopause akan mempengaruhi perilaku dan sikap seseorang pada saat menghadapi masa menopause. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh kurangnya Pendidikan, ekonomi, sumber informasi, dll. Seorang wanita penting memiliki pengetahuan yang baik karena bisa meningkatkan kognitif ibu dalam menghadapi masalah yang terjadi akibat perubahan pada masa menopause. Pengalaman yang dialami seseorang akan membuat pengetahuan meningkat.

Data yang diperoleh oleh Badan Pusat Statistik (BPS) jumlah penduduk wanita pada tahun 2021 jumlah penduduk wanita cukup besar dibandingkan dengan laki-

laki yaitu mencapai 135,24 juta jiwa. Berdasarkan data Sensus penduduk pada tahun 2021 jumlah wanita di Indonesia yang memasuki masa menopause yaitu 50 tahun keatas mencapai 17,75 % (Badan Pusat Statistik, 2021).

Data presentase wanita di Jawa Timur telah mencapai 14,22% dari keseluruhan penduduk, lebih tinggi dibandingkan tahun sebelumnya sebesar 14,18%. Dari data kependudukan Kabupaten Sidoarjo usia 45-54 tahun jumlah Perempuan 14,22% memasuki masa menopause, usia 55-59 tahun jumlah Perempuan 6,13% dan usia 60-69 tahun jumlah lansia 9,02%. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa angka ibu yang memasuki usia menopause cukup tinggi (BPS Jawa Timur, 2023).

Wanita memiliki beberapa siklus diantaranya yaitu siklus wanita dari usia 15-49 tahun akan memasuki masa pubertas (usia subur) (Kemenkes, 2014). Setelah itu, wanita akan mengalami masa menopause yang terjadi rata-rata usia 45 sampai 50 tahun (Sibagaring, 2010). Siklus wanita yang terakhir yakni menopause dimana seorang wanita mengalami berhentinya menstruasi secara permanen yang disebabkan oleh menurunnya aktivitas folikel ovarium. Menopause terjadi ketika seorang wanita mencapai usia 45 tahun, yang mengalami penuaan indung telur sehingga tidak mampu mencukupi hormon estrogen. Sistem hormonal di tubuh mengalami kekurangan dalam mengeluarkan hormonnya. Kemunduran pada kelenjar tiroid dengan hormon tiroksin untuk metabolisme tubuh umum dan kemunduran kelenjar paratiroid yang mengatur metabolisme kalsium serta terjadi peningkatan hormon *Follice Stimulating Hormone* (FSH) dan *Luteinizing Hormone* (LH). Perubahan pada pengeluaran hormon menyebabkan terjadinya berbagai perubahan pada fisik dan psikis seseorang (Manuaba, 2016).

Perubahan yang terjadi pada wanita saat mengalami menopause, terdapat banyak macam dalam pengalaman pribadi wanita tentang perubahan menopause. Salah satu perubahan fisik diantaranya perubahan berat badan, *hot flash*, sakit kepala, dll. Adapun juga perubahan psikis yang terjadi pada saat menopause yang dialaminya yaitu gangguan tidur, mudah marah, mudah tersinggung, stress, dll. Terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi dalam proses fisiologis menopause diantaranya yaitu pola makan, merokok, masalah medis, olahraga, sosial ekonomi, dan kesehatan ginekologi (Peacock Kimberley, Carison Karen, 2023). Pengetahuan tentang menopause dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu Pendidikan, media sosial, ekonomi, hubungan sosial, pengalaman, dll. Pendidikan merupakan hal yang sangat penting dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang (Rakkuea et al., 2016).

Dampak fisik yang bisa ditimbulkan pada saat menopause yakni terjadinya osteoporosis, obesitas, masalah pada urogenital, penyakit kardiovaskuler, dll. Sedangkan dampak psikis yang dapat ditimbulkan yakni depresi, demensia, gangguan jiwa, dll. Pada masa menopause umumnya dianggap wajar oleh semua kalangan wanita, terutama yang berada di pedesaan. Pada masa menopause, Sebagian besar wanita menyadari bahwa peran mereka sebagai ibu telah selesai, terutama dalam proses reproduksi dan mereka berfokus untuk mendidik/membesarkan anak-anaknya hingga menjadi keluarga yang baru. Hal tersebut menyebabkan mereka merasa tidak perlu mencari informasi lebih banyak mengenai menopause sehingga pengetahuan ibu tentang menopause menjadi kurang (Rakkuea et al., 2016).

Upaya yang dapat dilakukan dan mengingat pentingnya mencari informasi-informasi mengenai menopause, dan selain itu perlunya memberikan Pendidikan Kesehatan berupa penyuluhan tentang menopause untuk meningkatkan pengetahuan ibu. Apabila wanita tidak mengetahui tentang menopause akan mengakibatkan timbulnya kecemasan ataupun kekhawatiran saat terjadinya perubahan-perubahan pada saat masa menopause mendatang.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Menopause Terhadap Pengetahuan Wanita di Wilayah Puskesmas Prambon?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi Kesehatan tentang menopause terhadap pengetahuan wanita di Wilayah Puskesmas Prambon

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian yang dilakukan oleh penulis yaitu sebagai berikut:

1. Mengetahui pengetahuan sebelum diberikan edukasi Kesehatan pada wanita di Wilayah Puskesmas Prambon.
2. Mengetahui pengetahuan setelah diberikan edukasi Kesehatan pada wanita di wilayah Puskesmas Prambon.
3. Menganalisis pengaruh edukasi kesehatan tentang menopause terhadap pengetahuan wanita di wilayah Puskesmas Prambon.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dapat digunakan sebagai ilmu pengetahuan mengenai pengetahuan ibu tentang menopause pada wanita di wilayah puskesmas prambon.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Penulis

Dapat dijadikan sebagai pengalaman yang berharga dan menambah wawasan tentang pengaruh edukasi Kesehatan tentang menopause terhadap pengetahuan wanita di wilayah puskesmas prambon

2. Bagi Masyarakat

Sebagai bahan edukasi bagi Masyarakat baik secara *online* atau *offline* untuk meningkatkan pengetahuan tentang menopause

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam penelitian lain dengan objek atau variable yang berbeda

BAB 2

TINJAUAN TEORI

Pada bab ini akan disajikan mengenai tinjauan teori yang berisi tentang: 1) Konsep Menopause, 2) Konsep Edukasi Kesehatan , dan 3) Konsep Pengetahuan.

2.1 MENOPAUSE

2.1.1 Definisi

Menopause merupakan suatu akhir dari proses biologis dari siklus menstruasi yang terjadi akibat penurunan produksi hormon estrogen yang dihasilkan ovarium (indung telur). Menopause dimulai pada berbagai usia yang berbeda, umumnya sekitar usia 50 tahun, namun beberapa wanita memulai menopause pada usia 30 tahun (Hidayah & Cahyani, 2018).

Menopause adalah suatu masa yang telah ditentukan dimana menstruasi berhenti selama satu tahun atau 12 bulan berturut-turut. Saat menopause terjadi, kemampuan reproduksi wanita terhenti. Menopause umumnya terjadi antara usia 40-50 tahun (Haryati, 2020).

Menurut (Iis Lestari et al., 2018), Menopause adalah awal dari menurunnya fungsi reproduksi wanita. Dikatakan menopause apabila berhentinya menstruasi yang didahului dengan berkurangnya kehilangan darah dan lamanya menstruasi. Genetik, kesehatan umum dan gaya hidup wanita mempengaruhi usia terjadinya menopause (Dewi et al., 2021).

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa menopause adalah peristiwa alami yang dialami seorang wanita dimana seorang wanita tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan.

2.1.2 Macam-Macam Menopause

Menurut (Silalahi, 2016) , ada 2 macam menopause diantaranya yakni:

1) Menopause alami

Menopause ini terjadi secara bertahap, biasanya anatar usia 45-55 tahun. Menopause alami terjadi pada wanita yang masih memiliki indung telur. Jangka waktunya kurang lebih 5 sampai 10 tahun. Namun, seluruh proses ini bisa memakan waktu hingga 13 tahun. Selama waktu ini, menstruasi mungkin berhenti selama beberapa bulan dan kemudian berlanjut kembali. Wanita yang mengalami menopause alami mungkin memerlukan pengobatan atau mungkin tidak membutuhkan pengobatan apapun. Hal ini karena kesehatan mereka secara cukup baik. Selain itu, proses menopause sangat lambat sehingga memungkinkan tubuh beradaptasi dengan perubahan yang terjadi selama menopause.

2) Menopause dini

Menopause dini yaitu berhentinya menstruasi sebelum usia 40 tahun. Menopause ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain, pertama pengangkatan indung telur akibat penyakit yang diderita, seperti kanker indung telur (ovarium), kedua karena faktor gaya hidup, seperti merokok, minum-minuman beralkohol, pola makan yang tidak sehat, dan kurang berolahraga. Ketiga akibat efek obat-obatan yang komponen kimianya tidak jelas seperti pil

pelangsing dan obat herbal, yang umumnya dapat menghambat produksi hormon.

2.1.3 Patofisiologi Menopause

Menopause disebabkan oleh penurunan aktivitas ovarium yang berhubungan dengan penurunan produk hormon reproduksi, penurunan ini terjadi secara bertahap. Setiap wanita memiliki folikel, juga dikenal sebagai indung telur. Tujuan dari matang folikel ini adalah untuk memproduksi sel telur saat wanita memasuki masa pubertas, yang berhubungan dengan siklus menstruasi. Granulosa secara otomatis menghasilkan estrogen yang merupakan salah satu hormon reproduksi wanita. Ketika sel induk luteinisasi dikeluarkan dari korpus luteum, produksi estrogen dan progesterone akan meningkat. Estrogen tadi akan memaksa folikel untuk mengeluarkan sel telur. Progesterone sendiri menyesuaikan tempat implantasi dengan menyeimbangkan endometrium. Jika endometrium tidak berkembang setiap bulannya, hal ini dapat menyebabkan kanker endometrium yang menyebar dengan cepat. Dengan keluarnya darah melalui vagina dan inilah yang dinamakan menstruasi. Ketika jaringan ovarium tidak lagi berfungsi normal, jumlah folikel yang diproduksi menurun, sehingga menyebabkan penurunan produksi estrogen dan progesterone. Kondisi tersebut yang semakin lama mencapai titik pada masa klimakterium dengan keadaan menopause (Robert, 2014)

2.1.4 Tahap-Tahap Menopause

Menurut (Riyadina, 2019), ada 4 tahapan menopause diantaranya yakni:

- 1) Premenopause

Premenopause adalah seluruh periode masa subur sebelum menopause, mulai dari *menarche* sampai menopause. Pada tahap ini, periode menstruasi mulai menjadi tidak teratur, gejala khas menopause seperti hot flushes (rasa panas) dan kekeringan pada vagina belum muncul. Premenopause biasanya terjadi pada usia 40-an. Seorang wanita pada tahap ini masih dalam masa awal, yang berarti dia masih bisa hamil.

2) Perimenopause

Perimenopause disebut juga masa transisi. Perimenopause terjadi kira-kira 2 tahun sebelum menopause. Pada tahap ini muncul gejala yang khas berupa penurunan fungsi ovarium yang ditandai dengan defisiensi progesteron dan estrogen sehingga menimbulkan tanda khas gejala menopause. Pada usia 50-an wanita mengalami perimenopause.

3) Menopause

Menopause adalah suatu kondisi dimana seorang wanita berhenti menstruasi selama 12 bulan setelah periode menstruasi terakhirnya. Kadar estrogen mungkin turun pada awal menopause, namun hal sebaliknya mungkin terjadi pada wanita yang kelebihan berat badan. Pada tahap ini, tanda-tanda khas menopause muncul.

4) Pascamenopause

Pascamenopause adalah tahapan menopause sampai senium. Tahap ini adalah 5 tahun setelah menopause. Pada tahap ini, tanda-tanda klasik menopause hilang karena keseimbangan hormonal yang dicapai tubuh.

2.1.5 Perubahan yang terjadi Masa Menopause

Menurut (Sastrawinata, 2014), memiliki beberapa perubahan yang terjadi pada masa menopause diantaranya sebagai berikut:

1) Perubahan pada Organ Reproduksi

Rahim dan ovarium secara bertahap mengecil, dan endometrium mengalami atrofi. Namun, Rahim masih bisa merespon estrogen. Epitel vagina menjadi lebih tipis dan mamai mulai menjadi lembek. Proses ini berlanjut hingga masa senium/dewasa.

2) Perubahan Hormon

Penurunan fungsi ovarium mengurangi kemampuan ovarium dalam merespon rangsangan gonadotropin. Keadaan ini mengganggu interaksi hipotalamus-hipofisis. Pertama, ada kerusakan pada korus luteum. Kemudian, penurunan produksi steroid di ovarium menyebabkan penurunan respons umpan balik ke hipotalamus. Keadaan ini meningkatkan produksi FSH dan LH. Dari kedua gonadotropin tersebut, FSH meningkat paling signifikan.

3) Perubahan Vasomotorik

Perubahan tersebut dapat muncul dalam bentuk rasa panas, keringat berlebih, menggigil, sakit kepala, telinga berdenging, perubahan tekanan darah, jantung berdebar, kesulitan bernapas, atrofi pada jari, dan gangguan usus.

4) Perubahan Emosi

Perubahan emosi ini muncul dalam bentuk mudah tersinggung, depresi, kelelahan, berkurangnya semangat, dan kesulitan tidur.

Perubahan yang terjadi selama menopause ini dapat berdampak pada Kesehatan fisik dan psikis diantaranya yakni:

(1) Gejala fisik yang dapat menimbulkan rasa tidak nyaman:

(a) Siklus haid menjadi tidak teratur

Ketidakteraturan siklus menstruasi adalah gejala yang paling umum yakni fluktuasi siklus menstruasi, terkadang haid datang tepat waktu, namun tidak datang pada siklus berikutnya. Kondisi tidak teratur ini seringkali disertai dengan perdarahan yang sangat banyak, berbeda dengan siklus menstruasi yang normal.

(b) *Hot Flushes* (Rasa panas)

Hot Flushes terjadi pada sekitar 75% wanita premenopause. Kilatan panas ini dapat berlangsung dari beberapa detik hingga satu jam dan merupakan gejala yang paling umum. Kebanyakan wanita mengalami perasaan tertekan di kepala, diikuti dengan sensasi panas atau terbakar. Sensasi ini dimulai di daerah kepala dan leher dan menyebar ke seluruh tubuh dengan keringat yang banyak. *Hot Flushes* di malam hari sering kali membangunkan wanita dari tidurnya dan dapat menyebabkan gangguan tidur parah dan insomnia. Timbulnya gejala tersebut bisa diperburuk oleh stress, alcohol, konsumsi kopi dan makanan-minuman panas.

(c) Sakit Kepala

Sakit kepala terjadi pada sekitar 70% wanita premenopause dan dapat dipengaruhi oleh gangguan tidur dan penyakit fisik lainnya yang mengganggu pikiran dan mempengaruhi kesehatan dirinya.

(d) Bertambahnya Berat Badan

Sekitar 60% wanita pramenopause mengalami kenaikan berat badan. Kebanyakan wanita menjadi gemuk saat menopause. Kelelahan pada masa menopause, diperburuk oleh kebiasaan makan yang sembarangan. Banyak wanita mengalami kenaikan berat badan saat menopause karena faktor pola makan dan kurang olahraga.

(e) Gangguan Tidur

Gangguan tidur terjadi pada sekitar 50% wanita pramenopause, dipengaruhi oleh perubahan fisik yang terjadi, dan merupakan tanda gejala wanita premenopause. Insomnia (kesulitan tidur terjadi saat menopause yang berhubungan dengan rasa gugup akibat keringat malam).

(f) Nyeri Tulang dan Otot

Situasi ini terjadi pada sekitar 50% wanita pramenopause. Pada wanita, pengeroposan tulang dimulai pada usia 30 tahun, dan berkurang lebih cepat saat menopause. Pengeroposan tulang paling cepat terjadi dalam waktu 3 sampai 4 tahun setelah menopause, dan bahkan lebih cepat lagi terjadi pada wanita menopause yang merokok, sehingga menyebabkan osteoporosis. Osteoporosis disebabkan oleh kekurangan estrogen dalam jangka Panjang, sehingga mengakibatkan penurunan massa tulang namun komposisi kimianya tetap tidak berubah.

(g) Jantung Berdebar

Kondisi ini terjadi pada sekitar 40% wanita pramenopause dan disebabkan oleh perubahan hormon dan diperburuk oleh stres, alkohol, dan konsumsi kopi berlebihan.

(h) Gangguan Libido

Keadaan ini terjadi pada sekitar 30% wanita pramenopause. Penurunan gairah seks ini umum terjadi dan seringkali disebabkan oleh kondisi sementara seperti kelelahan. Rendahnya gairah seks pada wanita pramenopause disebabkan oleh rendahnya kadar estrogen, faktor stres dan depresi.

(i) Kekeringan Vagina

Keadaan ini terjadi karena leher Rahim mengeluarkan lendir yang sangat sedikit. Penyebabnya yakni kurangnya hormon estrogen yang menyebabkan saluran vagina menjadi lebih tipis, kering dan kurang elastis. Alat kelamin mulai mengecil, keluar cairan, dan timbul nyeri saat buang air kecil.

(2) Gejala Psikologis yang dapat ditimbulkan yakni:

(a) Sulit Berkonsentrasi dan Mudah Lelah

Kurangnya aliran darah ke otak dapat mengurangi konsentrasi, yakni keadaan pikiran yang tidak stabil seperti rasa khawatir, pikiran kosong, ancaman berlebihan, perasaan sangat sensitive dan perasaan tidak berdaya.

(b) Mudah Tersinggung

Keadaan ini dapat disebabkan oleh penurunan hormon estrogen sehingga wanita akan lebih mudah marah dan tertekan

(c) Kecemasan yang Berlebihan

Pada wanita menjelang menopause, kecemasan yang terjadi seringkali disertai dengan kecemasan relative. Artinya, meski ada orang yang Kembali cemas, mereka bisa Kembali tenang dan mendapat dorongan dan dukungan dari orang-orang disekitarnya. Namun, banyak wanita tidak menyadari adanya perubahan besar dalam hidup mereka bahkan setelah mencapai menopause.

(d) Suasana Hati

Keadaan ini menandakan pikiran tidak tenang seperti mudah tersinggung atau tidak mampu mengendalikan emosi.

(e) Perilaku Gelisah

Kondisi pribadi yang tidak terkendali seperti gugup, mudah tersinggung, dan gelisah.

(f) Depresi

Wanita yang mengalami depresi percaya bahwa mereka telah kehilangan kesuburan, merasa tua, kehilangan daya tarik, depresi karena kehilangan semua peran kewanitaannya, merasa kesepian dan berjuang menghadapi usia tua.

2.1.6 Faktor yang mempengaruhi Usia Menopause

Menurut (Mulyani, 2013), faktor yang dapat mempengaruhi menopause adalah sebagai berikut:

1) Menarche

Beberapa penelitian menemukan adanya hubungan antara usia saat menarche dengan saat memasuki masa menopause. Semakin muda usia saat menarche, maka semakin cepat atau lambat akan mencapai menopause.

2) Faktor Psikis

Status Perempuan yang belum menikah dan bekerja dapat mempengaruhi perkembangan psikologisnya. Perempuan mengalami menopause lebih awal dibandingkan Perempuan menikah dan tidak bekerja atau Perempuan lajang yang tidak bekerja.

3) Jumlah Anak

Pengaruh paritas terhadap usia menopause disebabkan oleh peningkatan kadar progesterone pada akhir kehamilan dan setelah kelahiran sehingga menunda usia menopause. Semakin banyak anak yang dimiliki seorang wanita, semakin tua dia mencapai menopause dan semakin lambat pula menopause itu terjadi.

4) Usia Melahirkan

Semakin tua usia melahirkan, semakin dini pula masa menopausenya. Wanita yang melahirkan setelah usia 40 tahun mengalami masa menopause yang lebih lama. Hal ini disebabkan karena fungsi organ reproduksi menurun saat hamil dan melahirkan.

5) Pemakaian Kontrasepsi

Pemakaian kontrasepsi hormonal mempengaruhi usia menopause. Mekanisme kontrasepsi adalah dengan menekan fungsi ovarium sehingga tidak memproduksi sel telur. Wanita yang menggunakan pil kontrasepsi ini membutuhkan waktu lebih lama untuk mencapai masa menopause.

6) Merokok

Wanita yang merokok lebih banyak mengalami menopause lebih awal, dikarenakan merokok mempengaruhi cara hormon estrogen diproduksi dan dibuang.

7) Sosial Ekonomi

Tingkat ekonomi yang rendah menyebabkan pengetahuan yang diperoleh juga rendah atau tidak sama sekali mengenai premenopause yang dialami.

8) Beban Kerja

Semakin berat beban kerja seorang wanita, maka menopause akan terjadi semakin dini karena mempengaruhi perkembangan psikologisnya.

9) Cemas

Kecemasan yang dialami akan menentukan waktu kecepatan menopause atau kelambatan menopause. Jika seorang wanita lebih sering mengalami kecemasan dalam hidupnya, maka dapat diprediksi bahwa ia akan memasuki masa menopause.

10) Budaya dan Lingkungan

Pengaruh budaya dan lingkungan terbukti berdampak signifikan terhadap kemampuan wanita beradaptasi terhadap menopause dini.

11) Diabetes

Penyakit autoimun seperti diabetes dapat menyebabkan menopause dini. Pada penyakit autoimun, antibody yang terbentuk akan menyerah FSH.

12) Status Gizi

Faktor yang mempengaruhi menopause lebih awal biasanya disebabkan karena konsumsi yang tidak sehat.

2.1.7 Penatalaksanaan Menopause

Menurut (Nurlaili, 2012), ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menangani menopause agar menopause tidak menghalangi aktivitas meskipun banyak mengalami penurunan atau perubahan hormon, diantaranya yaitu:

1) *Terapi Sulih Hormon (TSH)*

Salah satu cara yang sering dilakukan yakni TSH (Terapi Sulih Hormone). Terapi ini bisa mencegah atau mengatasi gejala-gejala menopause. Umumnya yang disarankan untuk menjalani Terapi Sulih Hormone yakni dengan tujuan:

- (a) Mengurangi gejala menopause yang tidak diinginkan
- (b) Membantu mengurangi kekeringan pada vagina
- (c) Mencegah terjadinya osteoporosis

Terapi Sulih Hormone adalah dengan cara mengonsumsi estrogen, progesterone, dan Dehidroepiandrosteron (DHEA). Terapi ini bisa diberikan melalui suntikan, tablet dan tempelan kulit (estrogen transdermal) untuk menipiskan lapisan vagina sehingga mengurangi risiko terjadinya infeksi saluran kemih dan inkontinensia (beser), serta mencegah rasa sakit saat berhubungan seksual. Terapi ini biasanya tidak dianjurkan untuk wanita yang sedang atau pernah menderita kanker payudara atau endometrium stadium lanjut, perdarahan vagina yang tidak diketahui penyebabnya, penyakit akut, gangguan pembekuan darah atau *Porfiria intermitten* akut.

Efek samping Terapi Sulih Hormone (TSH) diantaranya:

- (1) Perdarahan pada vagina

(2) Rasa nyeri dipayudara

(3) Mual muntah

(4) Perut kembung

(5) Kram Rahim

2) Secara Alamiah

Ada beberapa cara alami untuk mengatasi masalah menopause yakni

(1) Konsumsi susu, jika tidak menyukai susu dapat diganti dengan tahu, tempe atau sayuran, namun hanya dalam jumlah sedikit tentunya. Misalnya, 50 gram tempe atau 120 gram tahu yang mengandung fitoestrogen yang cukup untuk satu hari.

(2) Memasak jenis sayuran apapun jangan terlalu lama, vitamin yang terkandung dalam sayur akan larut dalam air. Vitamin yang ditemukan dalam sayuran membantu menjaga tubuh anda dalam kondisi yang baik.

(3) Ganti minyak goreng dengan minyak zaitun atau mentega yang rendah kalori. Terlalu banyak minyak dapat meningkatkan kadar kolesterol jahat yang sudah meningkat akibat menopause.

(4) Mengonsumsi vitamin dengan dosis yang tepat, terutama vitamin A dan D

(5) Hindari makanana dan minuman yang mengandung kafein, kopi, alkohol, minuman berkarbonasi/bersoda, rempah-rempah dan makanan berlemak karena dapat menunda datangnya menopause.

2.2 EDUKASI/PENDIDIKAN KESEHATAN

2.2.1 Definisi

Edukasi (Pendidikan) adalah suatu proses pembelajaran pengetahuan, keterampilan, dan kebiasaan sekelompok orang dan diturunkan dari generasi ke

generasi berikutnya melalui pendidikan, pelatihan dan penelitian. Edukasi Kesehatan adalah Upaya untuk memastikan bahwa Tindakan individu, kelompok, dan Masyarakat mempunyai dampak positif dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan (Asniar, et al., 2020).

Menurut (Rangkuti, 2021), Edukasi merupakan suatu kegiatan pembelajaran yang memungkinkan masyarakat melakukan tindakan untuk memelihara (mengatasi masalah), dan meningkatkan kesehatannya. Edukasi dapat mempengaruhi seseorang, termasuk perilaku seseorang atau pengetahuannya.

Dari definisi diatas dapat disimpulkan bahwa Edukasi Kesehatan merupakan suatu upaya pembelajaran bagi masyarakat agar mau melakukan tindakan dalam rangka mengusahakan dan mengembangkan kesehatan.

2.2.2 Tujuan Pendidikan Kesehatan

Menurut (Bintoro Widodo, 2014), tujuan pendidikan atau edukasi kesehatan yaitu mengubah perilaku dari yang merugikan kesehatan atau tidak memenuhi standar kesehatan hingga perilaku yang meningkatkan kesehatan. Pendidikan Kesehatan mempunyai beberapa tujuan diantaranya:

- 1) Berperan aktif dalam Upaya mencapai perubahan perilaku dan Tingkat Kesehatan yang optimal pada individu, keluarga, dan Masyarakat melalui peningkatan dan pemeliharaan perilaku sehat dan lingkungan sehat.
- 2) Terbentuknya perilaku sehat pada individu, keluarga dan Masyarakat yang selaras dengan konsep hidup sehat guna untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian.

3) Untuk mengubah perilaku seseorang atau masyarakat dalam bidang Kesehatan

Jadi tujuan Pendidikan/edukasi Kesehatan adalah untuk memperoleh pengetahuan dan pemahaman akan pentingnya Kesehatan agar tercapainya perilaku Kesehatan sehingga dapat meningkatkan Kesehatan fisik, mental dan sosial.

2.2.3 Ruang Lingkup Pendidikan Kesehatan

Menurut (Bintoro Widodo, 2014), ruang lingkup pendidikan kesehatan dapat diketahui melalui berbagai dimensi, seperti dimensi sarana Pendidikan, tempat pelayanan pendidikan kesehatan, dan Tingkat pelayanan kesehatan. Berdasarkan dimensi sasaran Pendidikan Kesehatan dibagi menjadi 3 yakni Pendidikan Kesehatan individu, Pendidikan Kesehatan kelompok, Pendidikan Kesehatan Masyarakat.

Berdasarkan dimensi pelaksanaannya, Pendidikan Kesehatan dibagi menjadi 2 yakni:

- 1) Pendidikan Kesehatan di sekolah dengan sasaran siswa atau murid seperti PMR (Palang Merah remaja), UKS (Usaha Kesehatan Sekolah).
- 2) Pendidikan Kesehatan dipusat Kesehatan Masyarakat, seperti balai Kesehatan, rumah sakit,dll.
- 3) Pendidikan Kesehatan di tempat kerja dengan sasaran buruh atau karyawan.

Berdasarkan dimensi Tingkat pelayanan Kesehatan dibagi menjadi 5 yaitu:

- 1) Promosi Kesehatan (Health Promotion)
- 2) Perlindungan Umum dan Khusus (general and specific protection)Diagnosis dini dan pengobatan segera (early diagnosis and prompt treatment)

- 3) Pembatasan kecacatan (disability limitation)
- 4) Rehabitasi (rehabitation)

2.2.4 Metode dan Teknik Pendidikan Kesehatan

Menurut (Asniar et al., 2020) berdasarkan tujuannya, metode dan teknik Pendidikan kesehatan dikategorikan menjadi 3 yakni:

1) Metode Pendidikan Kesehatan Individual

Cara ini digunakan ketika promotor Kesehatan dan subjek atau klien dapat berkomunikasi secara langsung, baik secara tatap muka maupun melalui alat komunikasi lain seperti telepon. Metode ini paling efektif karena memungkinkan penyedia dan klien untuk berkomunikasi dan merespons satu sama lain pada saat yang bersamaan. Metode dan Teknik Pendidikan Kesehatan yang individual ini yang terkenal yakni “Counseling”

2) Metode Pendidikan Kesehatan kelompok

Metode dan Teknik ini digunakan untuk menangani kelompok. Peserta/sasaran akan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kecil yang berjumlah 6-15 orang dan kelompok besar 15-50 orang. Oleh karena itu, metode kelompok ini dibedakan menjadi 3 yakni:

- (a) Metode dan Teknik Pendidikan Kesehatan untuk kelompok kecil, misalnya diskusi kelompok, metode curah pendapat, bola salju, bermain peran, metode permainan simulasi, dll. Agar cara ini efektif, maka harus didukung dengan alat dan media misalnya flipchart (lembar balik), alat peraga, slide, dll.
- (b) Metode dan Teknik Pendidikan Kesehatan untuk kelompok besar, misalnya metode ceramah dilanjutkan dengan tanya jawab, seminar, workshop, dll. Untuk

menyempurnakan metode ini perlu bantuan alat seperti proyektor, soundsystem, slide projector, film, dll.

- (c) Metode dan Teknik Pendidikan Kesehatan Massa, misalnya bila sasaran Pendidikan Kesehatan adalah Masyarakat, maka metode dan Teknik Pendidikan tidak efektif, sebaiknya digunakan metode Pendidikan Kesehatan massa. Teknik Pendidikan Kesehatan massa yang umum digunakan seperti ceramah umum, penggunaan media elektronik misalnya televisi dan radio, penggunaan media cetak misalnya koran, majalah, buku, leaflet, dll. Penggunaan media di luar ruang misalnya billboard, spanduk, umbul-umbul, dll.

2.2.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Edukasi Kesehatan

Menurut (Saragih, 2010), ada beberapa faktor yang mempengaruhi edukasi Kesehatan sebagai berikut:

1) **Tingkat Pendidikan**

Pendidikan dapat mempengaruhi cara seseorang memandang informasi baru yang diterima. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa semakin tinggi Tingkat Pendidikan maka semakin mudah menerima informasi yang diterima. Pendidikan merupakan upaya untuk meningkatkan kesejahteraan, kemajuan dan kesejahteraan. Hal ini karena Pendidikan memungkinkan orang untuk memahami dan menyampaikan informasi yang mereka butuhkan.

- 2) **Tingkat Sosial Ekonomi.** Semakin tinggi Tingkat sosial ekonomi seseorang, maka semakin mudah pula dalam menerima informasi.

- 3) **Adat Istiadat.** Masyarakat kita masih sangat menjunjung tinggi adat istiadat dan menganggap tidak boleh diabaikan.

- 4) Kepercayaan Masyarakat. Karena kepercayaan sosial terhadap pengirim informasi sudah ada, Masyarakat lebih memperhatikan informasi yang disampaikan oleh orang yang sudah dikenalnya.

2.2.6 Media Edukasi Kesehatan

Menurut(Asniar, Dkk, et al., 2020) media edukasi Kesehatan antara lain:

- 1) Media cetak, media cetak sebagai alat untuk menyampaikan pesan-pesan Kesehatan sangat bervariasi antara lain:

- (a) Booklet yaitu suatu media untuk menyampaikan pesan berbentuk buku baik tulisan maupun gambar.
- (b) Leaflet yaitu bentuk penyampaian informasi melalui lembaran yang dilipat yang berisi kalimat maupun gambar.
- (c) Flyer (selebaran) yaitu seperti leaflet tetapi tidak dalam bentuk lipatan.
- (d) Flip chart yaitu penyampaian pesan atau informasi dalam bentuk lembar balik seperti dalam bentuk buku.
- (e) Rubrik atau tulisan-tulisan pada surat kabar/majalah yang berkaitan dengan Kesehatan.
- (f) Poster yaitu media cetak yang berisi pesan atau informasi yang biasanya ditempel di tembok atau tempat umum.

- 2) Media Elektronik

Media Elektronik sebagai wadah berita dan informasi Kesehatan antara lain:

- (a) Televisi

Televisi adalah penyampaian pesan dan informasi Kesehatan melalui media televisi dalam bentuk sandiwara, perdebatan masalah Kesehatan,dll.

(b) Radio

Radio adalah penyampaian informasi dan pesan Kesehatan melalui radio dalam bentuk chatting, ceramah, diskusi tentang masalah Kesehatan,dll.

(c) Video

Video mengacu pada pengiriman informasi atau pesan Kesehatan melalui video

3) Media Papan (*Bill Board*)

Papan yang dipasang ditempat umum dapat digunakan untuk menampilkan pesan dan informasi terkait Kesehatan. Media papan disini juga memuat pesan-pesan yang ditulis pada lembaran seng yang dipasang pada angkutan umum (bus dan taksi).

2.3 PENGETAHUAN

2.3.1 Definisi

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku kesehatan seseorang, namun pengetahuan bukanlah satu-satunya faktor yang mendukung perilaku kesehatan. Pengetahuan juga merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan (Wardiyah et al., 2019).

Menurut (Hidayat, 2017), Pengetahuan adalah suatu proses menciptakan pengetahuan dan keterampilan dengan menggunakan panca Indera yang diperlihatkan seseorang terhadap suatu objek tertentu.

2.3.2 Tingkat Pengetahuan

Menurut (Wawan & Dewi, 2018), Tingkat pengetahuan terdapat 6 diantaranya sebagai berikut:

1) Tahu (*Know*)

Pengingat suatu bahan yang telah dipelajari sebelumnya. Seseorang dikatakan mampu mengetahui apakah ia mampu memberi nama, mendeskripsikan, mendefinisikan, dan mengungkapkan pokok bahasan yang diteliti.

2) Memahami (*Comprehension*)

Suatu kemampuan seseorang dalam mendeskripsikan dan menginterpretasikan materi yang berkaitan dengan benda yang diketahui secara baik dan benar.

3) Aplikasi (*Aplication*)

Suatu aturan, prinsip, rumus, dan teknik dalam konteks yang berbeda. Kemampuan menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan kondisi yang nyata.

4) Analisis (*Analysis*)

Suatu objek dalam komponen atau kemampuan untuk mendeskripsikan materi, namun hubungan antara satu dengan yang lainnya dalam suatu struktur organisasi.

5) Sintesis (*Synthesis*)

Kemampuan menggabungkan partikel untuk memperoleh bentuk keutuhan baru, atau menyusun formulasi baru dari formulasi yang sudah ada.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Penilaian yang telah ditentukan berdasarkan kriteria yang telah ditentukan oleh responden terhadap objek tersebut.

2.3.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut mika (Mika Mediawati, 2020), Faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan yakni, sebagai berikut:

1) Pendidikan

Semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan mudah dalam menerima suatu informasi. Tingkat Pendidikan dapat berpengaruh terhadap pemberian respon oleh seorang individu terhadap sesuatu yang datang dari respon dalam maupun luar, respon tersebut merupakan pengetahuan tentang menopause.

2) Ekonomi

Status ekonomi merupakan suatu bentuk gaya hidup keluarga. Kedudukan seseorang atau keluarga di Masyarakat berdasarkan pendapatan per bulan. Tersedia suatu fasilitas akan menentukan status ekonomi seseorang yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, maka dari itu status ekonomi akan mempengaruhi kondisi seseorang.

3) Pekerjaan

Secara tidak langsung suatu pekerjaan juga sangat berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang, dikarenakan lingkungan pekerjaan akan memberikan sebuah pengetahuan dan pengalaman yang cukup luas.

4) Pengalaman

Pengalaman dibagi menjadi 2 yakni pengalaman baik dan kurang baik, seseorang akan berusaha melupakan pengalaman yang menurutnya kurang baik,

tapi seseorang akan selalu mengingat pengalamannya yang baik karena menurutnya sangat berkesan dalam hidupnya. Peristiwa yang sebelumnya sudah dijalani dalam berinteraksi dengan lingkungannya sekitar dapat diartikan sebagai pengalaman.

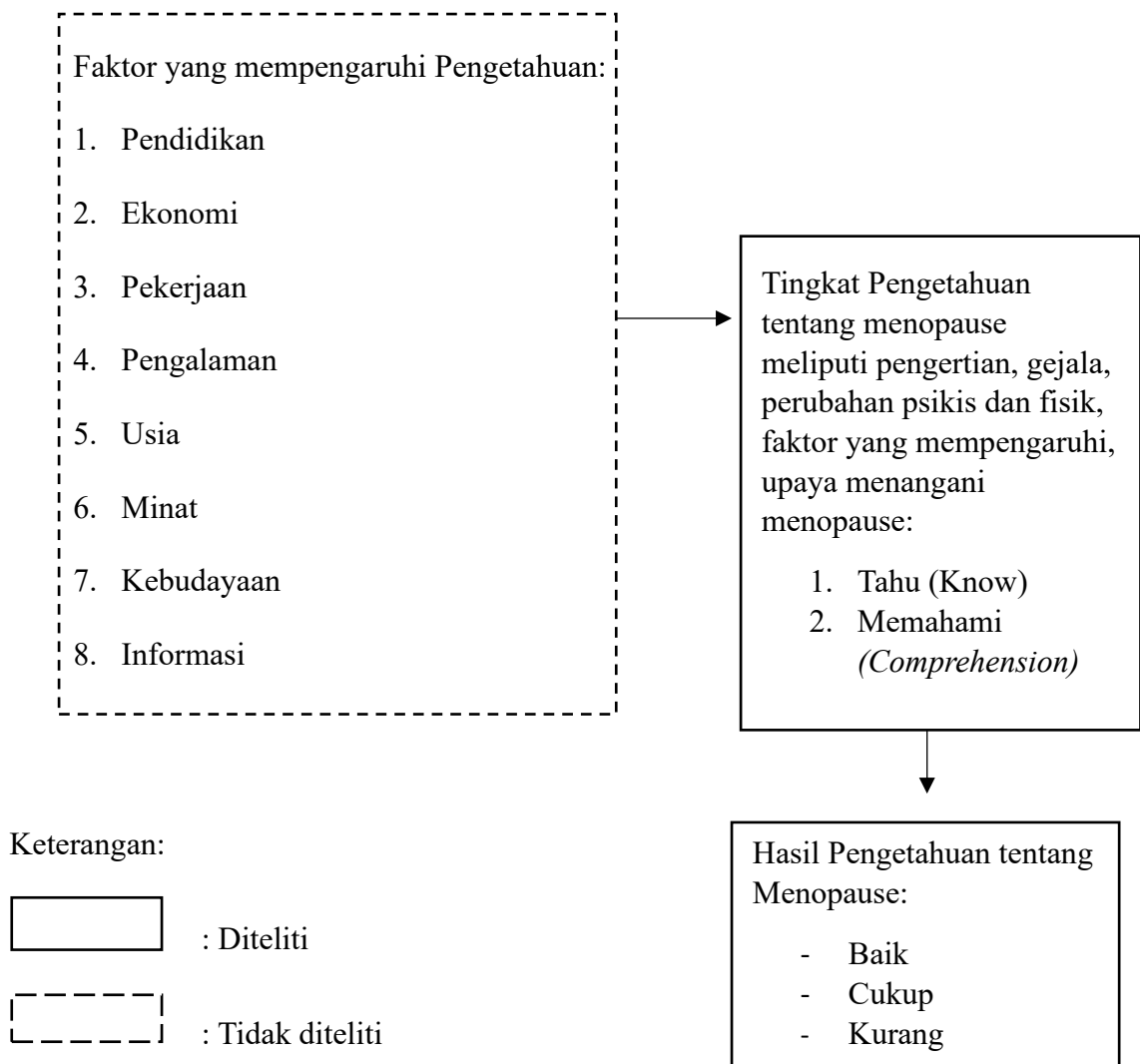
- 5) Usia
- 6) Minat
- 7) Kebudayaan
- 8) Informasi

2.3.4 Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan melalui wawancara atau kuesioner yang menanyakan subjek penelitian atau responden tentang isi materi yang ingin diukur. Pengetahuan yang ingin di ketahui atau di ukur kedalamannya dapat disesuaikan dengan tingkat di atas (Notoatmodjo, 2010). Pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan menggunakan skala yang bersifat kualitatif, yaitu:

- (1) Baik (Hasil prosentase 76-100%)
- (2) Cukup (Hasil Prosentase 56-75%)
- (3) Kurang (Hasil Prosentase <56%)

2.3.5 Kerangka Konsep



2.3.6 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

Ha diterima: ada pengaruh edukasi Kesehatan tentang menopause terhadap pengetahuan wanita di wilayah Puskesmas Prambon.

H0 ditolak: tidak ada pengaruh edukasi Kesehatan tentang menopause terhadap pengetahuan wanita di wilayah puskesmas prambon.

BAB 3

METODOLOGI

Pada bab ini akan disajikan mengenai metode penelitian yang berisi tentang:

1) Desain Penelitian, 2) Waktu dan Lokasi Penelitian, 3) Populasi, Sampel, dan Sampling, 4) Variabel Penelitian dan Definisi Operasional, 5) Kerangka Kerja, 6) Pengumpulan Data, dan 7) Etika Penelitian.

3.1 Desain Penelitian

Desain Penelitian adalah rancangan penelitian yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan proses penelitian. Tujuan desain penelitian adalah untuk memberikan petunjuk yang jelas dan terstruktur kepada peneliti dalam melakukan penelitian (Sina, 2022). Rancangan penelitian ini menggunakan *pra-eksperimental* dengan *one-group pre-post test design*. Pada design ini terdapat pre test sebelum diberikan intervensi. Dengan cara ini hasil intervensi dapat diketahui lebih akurat karena dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberi intervensi.

3.2 Waktu dan Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Posbindu wilayah Puskesmas Prambon. Adapun waktu penelitian ini yakni dilakukan pada bulan Maret-April 2024.

3.3 Populasi Sampel dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek atau objek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti

untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulannya (Sahir, 2022). Populasi dalam penelitian ini yaitu sebanyak 50 responden.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Syapitri et al., 2021). Sampel pada penelitian ini menggunakan Teknik *probability sampling* dan *purposive sampling* dimana pengambilan sampel berdasarkan ciri dan kriteria yang dikehendaki peneliti. Untuk menentukan besar sampel dalam penelitian ini dipergunakan rumus slovin yakni:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

$$n = \frac{50}{1 + 50(0,05)^2}$$

$$n = \frac{50}{1 + 50(0,0025)}$$

$$n = \frac{50}{1 + 0,125}$$

$$n = \frac{50}{1,125}$$

$$n = 44,4$$

$$n = 44,4$$

$$n = 44,4$$

$$n = 44,4$$

$$n = 44,4$$

$$n = 44,4$$

n=44, dibulatkan oleh peneliti menjadi 44 responden

3.3.3 Teknik Sampling

Teknik Sampling merupakan Teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang digunakan dalam penelitian (Sedarmayanti dan Hidayat, 2019). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yakni Teknik purposive sampling yaitu Teknik pengambilan sampel dengan memilih sampel berdasarkan kriteria yang telah ditentukan sesuai dengan yang diinginkan oleh peneliti. Adapun kriteria inklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti yaitu:

1. Perempuan yang berusia 45-55 tahun
2. Bersedia menjadi responden dan mendatangi *informed consent*
3. Mampu berkomunikasi dengan baik
4. Mampu membaca dan menulis

Kriteria Eksklusi:

1. Perempuan yang berusia diatas 55 tahun
2. Tidak kooperatif
3. Responden tidak dapat membaca dan menulis
4. Responden mengalami gangguan

3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

3.4.1 Variabel Independen (Variabel Bebas)

Variabel Independen adalah variable yang dapat mempengaruhi variable dependen (variabel terikat) dapat mempunyai hubungan positif atau negatif terhadap variabel dependen (Sedarmayanti dan Hidayat, 2019). Pada penelitian ini variabel independen yakni edukasi kesehatan.

3.4.2 Variabel Dependen (Variabel Terikat)

Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau diakibatkan oleh adanya variabel bebas (Sedarmayanti dan Hidyat, 2019). Dalam penelitian ini variabel dependen yakni pengetahuan wanita tentang menopause.

3.4.3 Definisi Operasional

Menurut (Nurdin & Sri Hartati, 2019) definisi operasional merupakan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang dapat diamati yang memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena.

Tabel 3.4 Definisi Operasional Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Menopause Terhadap Pengetahuan Wanita Di Wilayah Puskesmas Prambon

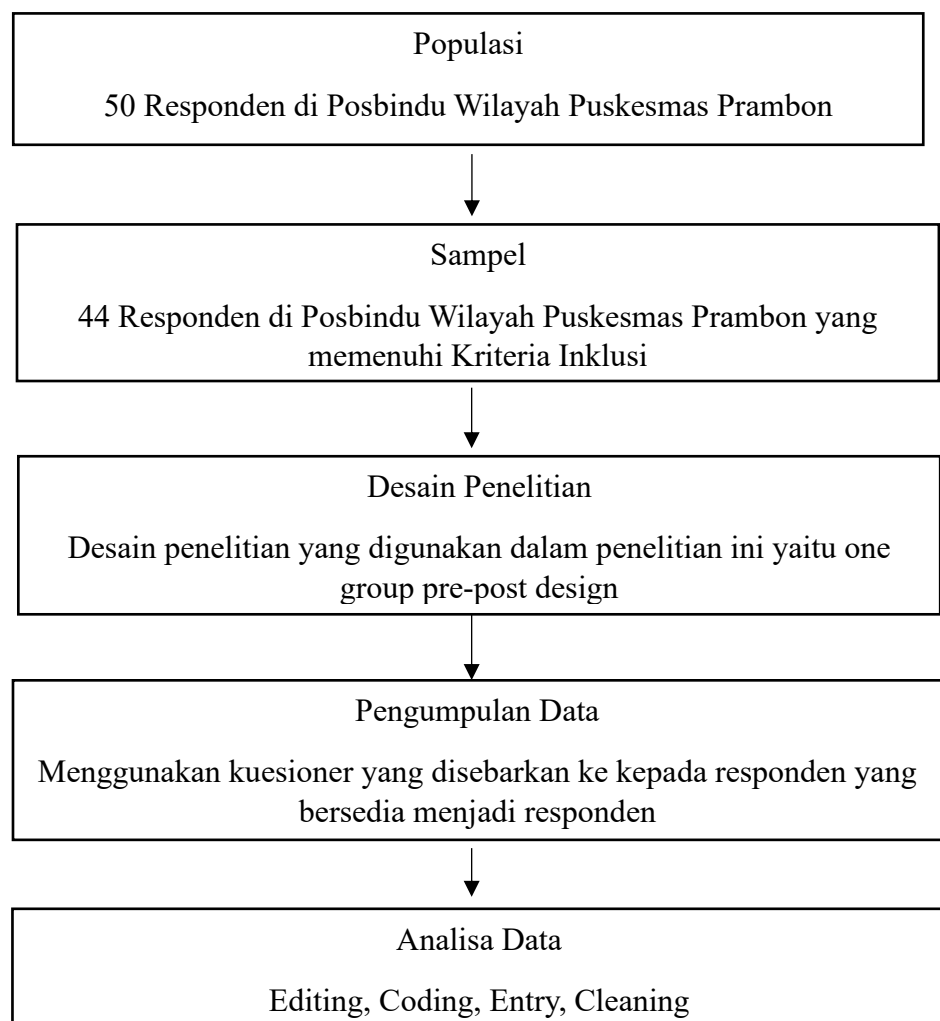
Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
Edukasi Kesehatan	Edukasi Kesehatan merupakan salah satu Upaya untuk meningkatkan perilaku dan koping Perempuan dalam mengatasi	Pengetahuan Menopause: 1. Pengertian Menopause 2. Gejala Menopause 3. Perubahan Fisik Menopause 4. Perubahan Psikis Menopause	SAP	-	-

	gejala menopause	5. Faktor Yang Mempengaruhi Menopause 6. Upaya Mengatasi Masalah Menopause			
Pengetahuan	Pengetahuan merupakan segala sesuatu yang Perempuan ketahui tentang menopause dari berbagai informasi	Pengetahuan menopause meliputi: <ol style="list-style-type: none"> 1. Pengertian menopause (soal no 1,2,3,4,5) 2. Gejala menopause (soal no 6,7,8,) 3. Perubahan fisik menopause (soal no 9,10,11,) 4. Perubahan psikis menopause (soal no 12,13,14,15) 5. Faktor yang mempengaruhi menopause(soal no 16,17,18,19,20) 	Kuesioner berjumlah 25 pernyataan dengan nilai Benar (1) dan Salah (0)	O R D I N A L	Baik= 76-100% Cukup= 56-75% Kurang= <56%

		6. Upaya mengatasi masalah menopause (soal no 21,22,23,24,25)			
--	--	---	--	--	--

3.5 Kerangka Operasional

Gambar 3.5 Kerangka Operasional Penelitian Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Menopause Terhadap Pengetahuan Wanita Di Wilayah Puskesmas Prambon.



3.6 Pengumpulan Data

3.6.1 Proses Pengumpulan Data

- (1) Memproses surat perizinan dan persetujuan penelitian dari Fakultas Vokasi dan Koordinator Program Studi DIII-Keperawatan
- (2) Memproses surat permohonan izin penelitian di Bangbespol Jatim kemudian ke Bangbespol Sidoarjo lalu Ke Dinas Kesehatan Sidoarjo
- (3) Setelah surat perizinan penelitian di Wilayah Puskesmas Prambon diperoleh, pengumpulan data dilakukan sesuai dengan jadwal yang ditetapkan dan kesepakatan responden
- (4) Memilih sampel sesuai dengan inklusi dan eksklusi yang di buat oleh peneliti
- (5) Menjelaskan kepada calon responden dari tujuan penelitian
- (6) Memohon persetujuan calon responden menjadi responden penelitian
- (7) Menyediakan formulir informed consent (lembar persetujuan)
- (8) Menyerahkan kuesioner kepada responden untuk di jawab sesuai pengetahuan atau kondisi yang dialami dengan memberi tanda ceklis (√)
- (9) Mengumpulkan dan mengolah data yang sudah diperoleh

3.6.2 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Miftah, 2013). Dalam penelitian ini menggunakan alat pengukur yaitu kuesioner yang diberikan kepada responden meliputi:

- (1) Instrumen pendidikan Kesehatan

Instrumen ini untuk pendidikan kesehatan yaitu berupa Satuan Acara Penyuluhan (SAP)

(2) Instrumen Pengetahaun

Instrumen penelitian pada pengetahuan yaitu kuesioner. Kuesioner merupakan suatu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan ataupun pernyataan kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2017)

3.6.3 Pengolahan Data

Dalam proses pengolahan data memiliki beberapa langkah diantaranya yaitu:

(a) Editing

Memeriksa dan memastikan kembali apakah ada data yang diperoleh sudah terisi dengan baik dan dapat terbaca selama kuesioner diberikan oleh responden, jika menemukan kesalahan maka dapat segera perbaiki.

(b) Coding

Pengkodean data dilakukan sesuai dengan variabel yang diteliti, sehingga data lebih mudah di analisis dan dimasukkan ke dalam tabel untuk dianalisis lebih lanjut secara univariat

(c) Entry

Data yang telah di *coding* lalu di oleh ke dalam komputer menggunakan program SPSS

(d) Cleaning

Sebelum melakukan analisis, data yang sudah dimasukkan dilakukan pengecekan, pembersihan jika terjadi kesalahan entry data.

3.7 Analisa Data

Analisa Data adalah Merupakan bagian yang sangat penting untuk mencapai tujuan penelitian yakni menjawab pertanyaan yang mengungkapkan fenomena (Nursalam, 2014).

(1) Analisis Univariat

Analisis Univariat dilakukan untuk memperoleh gambaran setiap variabel dan distribusi frekuensi berbagai variabel yang diteliti baik variabel terikat maupun variabel bebas. Distribusi frekuensi dapat diketahui deskripsi masing-masing variabel dalam penelitian yakni data demografi responden meliputi Umur, Jenis Kelamin, Agama, Suku, Pendidikan (Nursalam, 2014).

(2) Analisis Bivariat

Analisis Bivariat merupakan analisis untuk mengetahui apakah Pendidikan Kesehatan berdampak terhadap pengetahuan (Nursalam, 2014). Analisa data penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon. Uji Wilcoxon merupakan uji non parametrik yang dirancang untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan mean sampel yang diambil ketika tidak berdistribusi normal.

3.8 Etika Penelitian

(1) *Informed consent* (lembar persetujuan)

Informed consent berisi penjelasan tentang penelitian yang dilakukan, tujuan penelitian, prosedur penelitian, manfaat bagi responden dan risiko yang mungkin

terjadi. Pernyataan dalam lembar persetujuan jelas dan mudah dipahami sehingga responden memahami bagaimana penelitian akan dilakukan. Responden yang bersedia maka akan mengisi dan mendatangi lembar persetujuan dengan sukarela.

(2) *Annonimity* (kerahasiaan nama)

Masalah etika keperawatan adalah masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian hanya dengan menuliskan kode pada lembar pendataan atau menyajikan hasil penelitian tanpa mencantumkan atau menyebutkan nama responden pada lembar pengumpulan data

(3) *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Permasalahan ini merupakan permasalahan etika karena memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun subjek lainnya. Peneliti menjamin kerahasiaan seluruh informasi yang dikumpulkan, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset.

(4) *Justice* (kejujuran)

Penelitian dilakukan secara jujur, hati-hati, professional, berperikemanusiaan dan memperhatikan faktor-faktor ketetapan dan kecermatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Asniar, A., Kamil, H., & Mayasari, P. (2020a). Pendidikan dan Promosi Kesehatan. In *Pendidikan dan Promosi Kesehatan* (Issue September 2023). <https://doi.org/10.52574/syiahkualauniversitypress.224>
- Asniar, A., Kamil, H., & Mayasari, P. (2020b). Pendidikan dan Promosi Kesehatan. In *Pendidikan dan Promosi Kesehatan*. <https://doi.org/10.52574/syiahkualauniversitypress.224>
- Badan Pusat Statistik. (2021). *Perempuan dan Perempuan dan Laki-laki*. 1–49.
- Bintoro Widodo. (2014). Pendidikan-Kesehatan-Dan-Aplikasinya. *Dosen PGMI Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN Maliki Malang*, 7(1), 1–12.
- BPS Jawa Timur. (2023). *Profil Penduduk Lanjut Usia Provinsi Jawa Timur 2022* (Vol. 13).
- Dewi, R. I. S., Marlinda, R., & Rahayuningrum, D. C. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause. *Seminar Nasional Syedza Saintika*, 1(1), 191–197.
- SARAGIH, FREEDY SUSANTO. (2010). PENGARUH PENYULUHAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU TENTANG MAKANAN SEHAT DAN GIZI SEIMBANG DI DESA MEREK RAYA KECAMATAN RAYA KABUPATEN SIMALUNGUN TAHUN 2010. *FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SUMATERA UTARA MEDAN*.
- Haryati, L. (2020). *Pengetahuan Tentang Kesiapan Menghadapi Menopause pada Wanita Madya*.

- Hidayah, N., & Cahyani, S. T. (2018). Hubungan Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Tingkat Stres Pada Wanita Usia Subur. *Urecol*, 1(1), 794–801.
- Hidayat, A. . (2017). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data: Contoh Aplikasi Studi Kasus* (A. Susila & T. Utami, eds).
- Iis Lestari, Destiana, W., & Dewi, D. sari. (2018). *Wanita Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause Di Desa Situ Udik Rt 01/Rw 07 Kecamatan Cibungbulang Bogor*. 13(21).
- Manuaba, I. B. (2016). *Ilmu Kebidanan Penyakit dan Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.
- Miftah, M. (2013). Model Dan Format Instrumen Preview Program Multimedia Pembelajaran Interaktif. *Jurnal Teknodik*, 107–116.
<https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.12>
- Mika Mediawati, A. I. S. (2020). *Studi Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Lansia dan Gangguan Yang Menyertainya*. 4(1), 57–63.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Nurdin, I., & Sri Hartati. (2019). *Metodologi Penelitian Sosial*. Surabaya: Media Sahabat Cendikia.
- Nurlaili, N. (2012). Menopause Dan Pengaruhnya Dalam Kehidupan Perkawinan. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender*, 11(2), 1.
<https://doi.org/10.24014/marwah.v11i2.509>
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*

Edisi 4. Jakarta:Salemba Medika.

Peacock Kimberley, Carison Karen, K. K. M. (2023). *MENOPAUSE*. https://www-ncbi-nlm-nih-gov.translate.goog/books/NBK507826/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc#article-24984.s13

Robert, R. (2014). Managing Menopause. *Jurnal of Obstetrics and Gynaecology Canada*, 39.

Rakkuea, S., Nur, A. W., & NS, E. T. N. (2016). *Gambaran Pengetahuan Wanita Tentang Menopause Di Dukuh Sorobaon Kelurahan Jati Kecamatan Jaten Kabupaten Karangayar*. 2. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/46564>

Rangkuti, S. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Wanita tentang Pre Menopause di Wilayah Puskesmas Onolalu Kabupaten Nias Selatan Tahun 2020. *Jurkesmas*, 1(1), 51–59. <https://journal.physan.id/index.php/jkm%0A>

Riyadina, W. (2019). *Hipertensi Pada Wanita Menopause*. Jakarta:Lipi Press.

Mulyani,S. (2013). *Menopause Akhir Siklus Menstruasi Pada Wanita di Usia Pertengahan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Sahir, S. H. (2022). *METODOLOGI PENELITIAN*.

Sastrawinata. (2014). *Klimakterium Dan Menopause*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.

Sedarmayanti dan Hidyat, S. (2019). *Metodologi Penelitian*.

Selvia, Husni, A., Meilianingsih, L., Suhaeti, T., Susanti, S., Studi, P. D., & Poltekkes Kemenkes Bandung, K. (2022). GAMBARAN PENGETAHUAN WANITA USIA SUBUR TENTANG MENOPAUSE DINI: STUDI LITERATUR Description of Knowledge of Women in Reproductive Age about Early Menopausal: Literature Study. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 2(2), 51–58.

Sibagaring. (2010). *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Trans Info Media.

Silalahi, U. A. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Menopause Kota Tasikmalaya Tahun 2015 Relationship Between Social Support Level Of Anxiety With Husband ' S Women ' S Menopause City Tasikmalaya Eissn 2477-345x. *Midwife Journal*, 2(1), 17–22.

Sina, I. (2022). Metodologi Penelitian. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 12–26.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung:Alfabeta, CV.

Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). *Penelitian Kesehatan*.

Wardiyah, A., Setiawati, S., Aprina, F., & Yuliana, Y. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menopause Terhadap Pengetahuan Ibu Premenopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi I Lampung Utara. *Malahayati Nursing Journal*, 1(1), 12–24. <https://doi.org/10.33024/manuju.v1i1.220>

Wawan, A., & Dewi, M. (2018). Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia.

Yogyakarta: Nurul Medika, 3(2), 2015–2017.