

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN IBU DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI POSYANDU KENANGA PUSKESMAS AIR SUGIHAN JALUR 25

Bela Purnama Dewi¹, Yora Nopriani², Italia³, Nuning Sutarti Rimbawati⁴

Program Studi S1 Keperawatan Stikes Mitra Adiguna Palembang^{1,2,4}

Program Studi DIII Keperawatan Stikes Mitra Adiguna Palembang³

Komplek Kenten Permai Blok J No 9-12 Bukit Sangkal Palembang 30114

Email : ¹belapurnamadewi@gmail.com, ²yoranopriani90@gmail.com, ³italia.effendi@gmail.com,
⁴nuningsutartirimbawati@gmail.com

Abstrak

Ibu selama ini banyak yang menyadari bahwa dirinya akan menghadapi masa menopause. Tetapi ada pula ibu yang belum siap menghadapi menopause meskipun usianya sudah mulai terjadi penuaan. Banyaknya ibu yang belum siap menghadapi menopause membutuhkan informasi untuk meningkatkan pengetahuannya tentang menopause. Informasi yang dibutuhkan adalah pengetahuan yang memadai mengenai berbagai masalah menopause dan solusinya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25. Metode yang digunakan penelitian ini menggunakan analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 43 responden dengan menggunakan tehnik penelitian total sampling. Hasil uji *Fisher's Exact Test* didapatkan nilai p value 0,000 kurang dari 0,05 maka hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25. Saran untuk pihak tenaga kesehatan yaitu lakukan penyuluhan secara rutin bagi ibu yang menghadapi premenopause sehingga ibu lebih siap menghadapi menopause.

Kata Kunci : Pengetahuan, Kesiapan ibu, Menopause

Abstract

During this time many mothers realize that they will face menopause. But there are also mothers who are not ready to face menopause even though they are already aging. Many mothers who are not ready to face menopause need information to increase their knowledge about menopause. The information needed is adequate knowledge about various menopause problems and their solutions. The aim of this study was to determine the relationship between knowledge and mother's readiness to face menopause at Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalan 25. The method used in this study uses correlation analysis with a cross sectional approach. The number of samples used was 43 respondents using a total sampling research technique. The results of the Fisher's Exact Test obtained a p value of 0.000 less than 0.05, so it can be concluded that there is a significant relationship between knowledge and mother's readiness to face menopause at Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalan 25. Suggestions for health workers are to carry out routine counseling for mothers who are facing premenopause so that mothers are better prepared to face menopause.

Keywords: Knowledge, Mother readiness, Menopause

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa tahun 2030 nanti ada sekitar 1,2 miliar perempuan yang berusia diatas 50 tahun. sebagian besar dari mereka sekitar 80% tinggal di negara berkembang dan setiap tahunnya populasi perempuan menopause meningkat sekitar tiga persen. Artinya kesehatan perempuan khususnya patut mendapatkan perhatian sehingga akan meningkatkan angka harapan hidup dan tercapainya kebahagiaan serta kesejahteraan secara psikologis (Nurlina 2021).

Menurut Pratiwi (2021) bahwa menopause merupakan penghentian permanen menstruasi yang disebabkan kegagalan ovarium ini dapat didiagnosis setahun periode menstruasi terakhir dan bersifat retrospektif. Periode yang mengarah ke perubahan ini disebut perimenopause. Hal ini ditandai dengan perubahan biologis dan endokrin yang menyebabkan gejala dan pendarahan yang tidak teratur. Data menunjukkan sekitar 80% wanita memiliki setidaknya satu gejala menopause dan 45% ditemukan wanita menopause dalam masalah usia rata-rata saat menopause yaitu 52 tahun, atau dalam rentang usia 45-58 tahun (Pratiwi, 2021).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2021) jumlah wanita yang berusia 40-44 tahun sebanyak 9.824.929 orang, wanita usia 45-49 tahun sebanyak 8.966.079 orang, wanita usia 50-54 tahun sebanyak 7.932.366 orang, wanita berusia 55-59 tahun sebanyak 6.666.503, wanita berusia 60-64 tahun sebanyak 5.159.517 orang (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan jumlah wanita yang berusia 40-44 tahun sebanyak 288.905 orang wanita usia 45-49 tahun sebanyak 250.233 orang, wanita usia 50-54 tahun sebanyak 214.077 orang, wanita berusia 55-59 tahun sebanyak 175.429

orang, wanita berusia 60-64 tahun sebanyak 128.101 orang (Dinkes Prov. Sumsel 2020). Pada tahun 2019, Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Palembang mencatat bahwa perempuan usia 40-44 tahun sebanyak 61.681 orang, usia 45-49 tahun sebanyak 54.455 orang, usia 50-54 tahun sebanyak 48.507 orang dan usia 5

5-59 tahun sebanyak 40.374 orang (BPS Kota Palembang, 2019).

Banyaknya ibu yang belum siap menghadapi menopause membutuhkan informasi untuk meningkatkan pengetahuannya tentang menopause. Informasi yang dibutuhkan adalah pengetahuan yang memadai mengenai berbagai masalah menopause dan solusinya. Wanita yang mengetahui tentang menopause serta dapat berpikir secara wajar tentang menopause, dapat menerima hal-hal yang berhubungan dengan menopause secara wajar. Wanita tersebut tentu dapat menerima kenyataan bahwa dengan bertambahnya umur, setiap wanita akan mengalami berbagai peristiwa dalam hidupnya, seperti menstruasi, mengandung, melahirkan dan menopause. Apabila dirinya mengalami gangguan-gangguan atau perubahan-perubahan baik fisik, psikologis atau perubahan baik fisik, psikologis atau perubahan perilaku seksual yang biasa terjadi pada masa menjelang menopause, individu tersebut akan berusaha menetralkan gangguan yang timbul dengan hal-hal yang produktif (Rusmeirina 2019).

Pengetahuan sendiri merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan yang telah melalui panca indera manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo 2019). Dalam penelitian ini yang dimaksud yaitu pengetahuan tentang menopause pada ibu.

Kesiapan ibu dalam menghadapi menopause mempengaruhi psikologis ibu

saat mengalami menopause. Pasca mengalami menopause wanita akan terjadi penurunan kualitas hidup (*Quality of Life*) wanita menopause dipengaruhi seberapa besar gejala menopause mengganggu kehidupannya. Penurunan kualitas hidup para wanita menopause dikarenakan kurangnya pengetahuan wanita sehingga dapat berdampak negatif terhadap psikologis dan fisiknya. Dampak negatif secara psikologis yaitu wanita menopause akan mengalami depresi dan secara fisik akan terjadi pada gangguan fungsi fisiknya serta peningkatan risiko untuk terkena penyakit osteoporosis kardiovaskuler, kanker, obesitas, asam urat, kencing manis dan demensia hal ini karena akibat berkurangnya hormon estrogen. Hormon estrogen bertugas melindungi sejumlah sistem dalam tubuh seperti otak, kulit, vagina, tulang dan jantung (Nurlina, 2021).

Data pengetahuan tentang kesiapan menghadapi menopause sesuai dengan penelitian Asifah (2021) dengan judul “Pengetahuan Wanita Dalam Menghadapi Menopause di Pedukuhan Gowok Kabupaten Sleman”. Hasil analisa data menunjukkan tingkat pengetahuan wanita dalam menghadapi menopause dengan pengetahuan baik sebanyak 13 responden (21,7%), pengetahuan cukup 12 responden (20%) dan pengetahuan kurang 35 responden (58,3%). Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan maka diperoleh simpulan bahwa pengetahuan wanita dalam menghadapi menopause di Pedukuhan Gowok Kabupaten Sleman yaitu berada dalam kategori kurang.

Data yang diperoleh dari Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25 bahwa kunjungan ibu premenopasue yang berusia 40-50 tahun bulan Agustus 2022 sebanyak 42 ibu, Bulan September 2022 sebanyak 39 ibu dan bulan Oktober 2022 sebanyak 46 ibu. Rata-rata setiap bulan ibu premenopasue usia 40-50 tahun mengunjungi Posyandu Kenanga sebanyak 43 ibu, dari 10 ibu yang dilaksanakan studi pendahuluan,

sebanyak 9 (90%) belum siap menghadapi menopause. Ibu selama ini banyak yang menyadari bahwa dirinya akan menghadapi masa menopause. Tetapi ada pula ibu yang belum siap menghadapi menopause meskipun usianya sudah mulai terjadi penuaan (Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan 2022)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti didapatkan dari 10 ibu yang menjalani kunjungan di Posyandu Kenanga, sebanyak 9 (90%) ibu menyatakan belum siap menghadapi menopause. Hal tersebut dapat dilihat dari komunikasi ibu yang menyatakan bahwa ibu masih merasa belum tua, masih dapat menstruasi lebih lama dan ibu menyatakan gairah seksualitasnya masih sama seperti yang dulu. Sedangkan sebanyak 1 (10%) ibu menyatakan sudah siap jika harus mengalami menopause. Ibu sadar akan penuaan yang dialaminya dan merasa terjadi penurunan hormone estrogen yang menjadikan mudah lelah, terjadi migrain, nyeri sendi serta gairah seksual menurun. Kesiapan ibu dalam menghadapi menopause tersebut harus didukung dengan pengetahuan yang baik tentang menopause sehingga ibu tidak salah mempersepsikan menopause serta siap dan menerima kedatangan menopause pada ibu.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul penelitian “Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Rancangan yang digunakan adalah penelitian analitik korelasi artinya penelitian atau penelaahan hubungan antara dua variabel pada suatu situasi atau kelompok subjek (Notoatmodjo 2018). Penelitian ini dimaksudkan untuk meneliti hubungan pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam

menghadapi menopause di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Peneliti menggunakan pendekatan *cross sectional* dikarenakan penelitian ini dilakukan dengan pengukuran variabel independen dan variabel dependen hanya satu kali, pada satu saat (Nursalam 2019).

Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian adalah di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25.

Penelitian ini dilakukan peneliti pada bulan Januari – Februari 2023.

Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah Rata-rata setiap bulan ibu premenopasue usia 40-50 tahun mengunjungi Posyandu Kenanga sebanyak 43 ibu (RM Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan, 2022).

Mengingat jumlah populasi yang sedikit dan masih bisa dijangkau oleh peneliti maka prosedur dan tehnik pengambilan sampel dilakukan secara *total sampling* dengan mengambil semua populasi untuk dijadikan sampel. Studi ini sering disebut juga sebagai studi populasi atau studi sensus (Sastroasmoro & Ismael 2020). Jadi sampel diambil 43 responden.

Data, Intrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari jawaban atas pertanyaan yang disediakan melalui pengisian kuesioner pengetahuan responden dan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause

Data sekunder dalam penelitian ini didapatkan dari Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25 berupa jumlah data ibu yang akan menghadapi menopause, buku terkait serta jurnal penelitian.

Teknik Analisis Data

Analisis data menggunakan program SPSS untuk mengetahui bagaimana gambaran data yang telah selesai dikumpulkan dengan bentuk distribusi frekuensi dan variabel umur responden, pendidikan responden, pekerjaan responden, pengetahuan (pengetahuan baik 56-100% dan pengetahuan kurang < 56%) dan kesiapan ibu menghadapi menopause (siap nilai 23-30 dan tidak siap nilai 15-22).

Analisis bivariat yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan program SPSS IDM versi 22.0 adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25 dengan menggunakan uji *Chi Square* dengan menggunakan tabel 2 x 2. Untuk menentukan kemaknaan hasil perhitungan statistik digunakan batas kemaknaan 0,05. Dengan demikian jika *p value* < 0,05 maka hasil perhitungan secara statistik bermakna dan jika *p* ≥ 0,05 maka hasil perhitungan statistik tidak bermakna antara pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25. Untuk mengetahui besar/kekuatan hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen digunakan *Prevalence Ratio* (PR) dengan 95% CI (*Confidence Interval*).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25

Umur	Frekuensi	%
Usia Dewasa Akhir	24	55,8

Usia Lansia Awal	19	44,2
Jumlah	43	100

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Responden di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25

Pendidikan	Frekuensi	%
SD Sederajat	9	20,9
SLTP Sederajat	16	37,2
SLTA Sederajat	18	41,9
Jumlah	43	100

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Responden di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25

Pekerjaan	Frekuensi	%
Tidak Bekerja	23	53,5
Buruh	12	27,9
Wiraswasta	8	18,6
Jumlah	43	100

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Ibu Tentang Menopause di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25

Pengetahuan	Frekuensi	%
Pengetahuan Baik	21	48,8
Pengetahuan Kurang	22	51,2
Jumlah	43	100

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25

Kesiapan	Frekuensi	%
Siap	23	53,5
Tidak Siap	20	46,5
Jumlah	43	100

Tabel 6 Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25

Pengetahuan	Kesiapan		Total		OR	p value
	Siap	Tidak Siap	f	%		
Pengetahuan Baik	18	3	21	100	20,400	0,000
Pengetahuan Kurang	5	17	22	100		
Total	23	20	43	100		

Pembahasan

Analisa Univariat

a. Pengetahuan Ibu Tentang Menopause

Hasil penelitian diperoleh bahwa responden paling banyak mempunyai pengetahuan tentang menopause kurang sebanyak 22 (51,2%) responden dan paling sedikit mempunyai pengetahuan baik sebanyak 21 (48,8%) responden. Hal ini dibuktikan banyak responden yang menjawab salah tentang perubahan yang terjadi pada wanita, gejala-gejala yang timbul pada masa menjelang menopause, faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya menopause, perubahan fisik pada wanita menopause, gejala hot flashes (rasa panas pada tubuh), perubahan kejiwaan ibu atau perubahan emosi dan minuman yang penting untuk mempersiapkan fisik.

Menurut analisis peneliti, pengetahuan kurang diatas dikarenakan responden yang berpengetahuan kurang mempunyai pendidikan kurang yaitu Sekolah Dasar dan Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama sehingga akan berpengaruh dengan pengetahuan tentang menopause yang kurang pula pula. Hasil penelitian tentang pendidikan

ibu yaitu responden yang mempunyai pendidikan SD sederajat sebanyak 9 (20,9%) responden dan pendidikan SLTP sederajat sebanyak 16 (37,2%) responden.

Penelitian pendukung dilaksanakan oleh Asifah (2021) dengan judul penelitian “Pengetahuan Wanita Dalam Menghadapi Menopause di Pedukuhan Gowok Kabupaten Sleman”. Hasil analisa data menunjukkan tingkat pengetahuan wanita dalam menghadapi menopause dengan pengetahuan baik sebanyak 13 responden (21,7%), pengetahuan cukup 12 responden (20%) dan pengetahuan kurang 35 responden (58,3%).

b. Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Menopause

Hasil penelitian diperoleh bahwa responden paling banyak siap dalam menghadapi menopause sebanyak 23 (53,5%) responden dan paling sedikit tidak siap dalam menghadapi menopause sebanyak 20 (46,5%) responden.

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

Hasil diatas sesuai dengan teori Rusmeirina (2019) bahwa ibu yang belum siap menghadapi menopause membutuhkan informasi untuk meningkatkan pengetahuannya tentang menopause. Informasi yang dibutuhkan adalah pengetahuan yang

memadai mengenai berbagai masalah menopause dan solusinya. Wanita yang mengetahui tentang menopause serta dapat berpikir secara wajar tentang menopause, dapat menerima hal-hal yang berhubungan dengan menopause secara wajar. Wanita tersebut tentu dapat menerima kenyataan bahwa dengan bertambahnya umur, setiap wanita akan mengalami berbagai peristiwa dalam hidupnya seperti menstruasi, mengandung, melahirkan dan menopause. Apabila dirinya mengalami gangguan-gangguan atau perubahan-perubahan baik fisik, psikologis atau perubahan baik fisik, psikologis atau perubahan perilaku seksual yang biasa terjadi pada masa menjelang menopause, individu tersebut akan berusaha menetralkan gangguan yang timbul dengan hal-hal yang produktif.

Penelitian pendukung dilaksanakan oleh Misrina (2021) dengan judul “Hubungan Karakteristik Dengan Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause Di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang Tahun 2021”. Hasil penelitian ada hubungan pekerjaan ibu premenopause dengan kesiapan ibu menghadapi menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang tahun 2020 dengan nilai p value $(0,045) < \alpha (0,05)$. Ada hubungan pengetahuan ibu premenopause dengan kesiapan ibu menghadapi menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang tahun 2020 dengan nilai p value $(0,022) < \alpha (0,05)$.

Analisa Bivariat

Hasil uji *Fisher's Exact Test* (tabel 2x2) didapatkan nilai p value 0,000 kurang dari 0,05 maka hasil tersebut

dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kesiapan ibu dalam menghadapi menopause dapat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu tentang menopause. Responden diberikan leaflet tentang menopause setelah penelitian selesai dilaksanakan, ternyata pengetahuan responden lebih baik dilihat dari segi pengertian, perubahan fisik, gejala menopause terjadi, perubahan kejiwaan dan upaya mentasnya lebih baik lagi. Hasil ini didukung dari hasil data tabulasi silang yaitu pengetahuan baik sebanyak 21 (100,0%), dimana responden yang siap dalam menghadapi menopause sebanyak 18 (85,7%) dan tidak siap sebanyak 3 (14,3%). Pengetahuan kurang sebanyak 22 (100,0%), dimana responden yang siap dalam menghadapi menopause sebanyak 5 (22,7%) dan tidak siap sebanyak 17 (77,3%).

Hasil diatas sesuai dengan teori Notoatmodjo (2019) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesiapan antara lain salah satunya yaitu pengetahuan. Pengetahuan merupakan suatu hasil informasi yang telah didapatkan dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Penginderaan terjadi dengan melalui panca indera manusia seperti penglihatan, penciuman pendengaran, raba dan rasa. Sebagian besar pengetahuan manusia didapat dengan melalui pendengaran serta penglihatan. Pengetahuan yang cukup akan membantu wanita yang akan mengalami menopause lebih memahami dan mempersiapkan dirinya menghadapi menopause dengan baik. Diperlukan sebuah persiapan dan pengetahuan yang memadai dalam menghadapinya. Pemahaman wanita

tentang menopause diharapkan wanita dapat melakukan upaya pencegahan sedini mungkin untuk siap memasuki usia menopause tanpa harus mengalami keluhan yang berat. Pendidikan serta pengetahuan yang baik dapat membuat seorang wanita premenopause lebih banyak bersikap positif dalam menghadapi menopause diantaranya wanita premenopause akan siap menghadapi menopause dan menerima adanya perubahan fisik maupun psikologis dan tidak menganggap bahwa proses penuaan merupakan hal yang harus dihindari.

Penelitian pendukung dilaksanakan oleh Wulan (2020) dengan judul “Faktor yang Berhubungan Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause”. Hasil uji Chi-square untuk pengetahuan diperoleh p value $0,000 < 0,05$. Untuk dukungan keluarga diperoleh p value $0,002 > 0,05$. Untuk sikap p value $0,000 > 0,05$. Untuk Tingkat Stres p value $0,001 < 0,05$. Ada hubungan antara faktor (pengetahuan, sikap, dukungan keluarga dan tingkat stres) dengan kesiapan menghadapi menopause di Kel. Gundaling 1 Kec. Berastagi Tahun 2019. Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian ini dimana faktor pengetahuan ibu mempunyai hubungan dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu pramenopause.

KESIMPULAN

1. Hasil penelitian diperoleh bahwa responden paling banyak mempunyai pengetahuan tentang menopause kurang sebanyak 22 (51,2%) responden.
2. Hasil penelitian diperoleh bahwa responden paling banyak siap dalam menghadapi menopause sebanyak 23 (53,5%) responden.
3. Hasil uji *Fisher's Exact Test* (tabel 2x2) didapatkan nilai p value 0,000 kurang

dari 0,05 maka hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan Jalur 25.

SARAN

Saran untuk posyandu yaitu hasil penelitian ini dapat digunakan dalam meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan dengan pemberian penyuluhan secara kontinue yang bertujuan untuk meningkatkan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Posyandu Kenanga. Saran bagi responden yaitu hasil penelitian dapat digunakan bagi ibu pre menopause dalam meningkatkan pengetahuan sehingga ibu siap dalam menghadapi menopause. Saran bagi peneliti selanjutnya dapat digunakan dalam menganalisa faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan ibu menghadapi menopause seperti pendidikan, sosial ekonomi, budaya dan lingkungan serta umur.

DAFTAR PUSTAKA

- Asifah, Milatul. 2021. "Pengetahuan Wanita Dalam Menghadapi Menopause Di Pedukuhan Gowok Kabupaten Sleman." *Skripsi Stikes Cendekia Utama Kudus*.
- BPS Kota Palembang. 2019. *Jumlah Penduduk Berdasarkan Umur*. Palembang: BPS Kota Palembang.
- Dinkes Prov. Sumsel. 2020. *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan 2020*. Dinkes Prov Palembang: Pusat data dan Informasi Kesehatan.
- Kemenkes RI. 2021. "Profil Indonesia Sehat." *Kementrian Kesehatan RI* 1–11. Retrieved (<http://kemenkes.go.id>).
- Misrina. 2021. "Hubungan Karakteristik Dengan Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause Di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang Tahun 2021." *Universitas Ubudiyah Indonesia*.
- Mulyani, Nina Siti. 2018. *Menopause: Akhir Siklus Menstruasi Pada Wanita Usia Pertengahan*. Yogyakarta.: Nuha Medika.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2017. *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2019. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2020. *Kesehatan Masyarakat Ilmu Dan Seni*. Jakarta.: PT. Rineka Cipta.
- Nurlina. 2021. *Kualitas Hidup Wanita Menopause*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Nursalam. 2019. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan; Pedoman Skripsi, Tesis Dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta.: Salemba Medika.
- Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan, Sugihan. 2022. *Data Kunjungan Posyandu*. Posyandu Kenanga Puskesmas Air Sugihan.
- Pratiwi, L. 2021. "Hubungan Karakteristik Ibu Menopause Dengan Adaptasi Menopause Di Desa Cimenyan." *Program Pascasarjana Kedokteran Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Padjadjaran Bandung* 1–20.
- Proverawati, A. & Sulistyawati, E. 2017. *Menopause Dan Sindrom Premenopause*. Yogyakarta.: Nuha Medika.

- Riyadina, W. 2019. *Hipertensi Pada Wanita Menopause*. Jakarta: Lipi Press.
- Rusmeirina, C. 2019. "Pengaruh Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause Pada Wanita Di Kelurahan Sumber Surakarta." *Talenta Psikologi* 3(2).
- Saifuddin, Abdul Bari. 2018. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal & Neonatal*. Jakarta.: JNPKKR.
- Saryono. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta.: Penerbit Buku Kesehatan.
- Sastroasmoro & Ismael. 2020. *Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta.: Sagung Seto.
- Silalahi, U. A. 2016. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Menopause Kota Tasikmalaya Tahun 2015." *Jurnal Bidan* 2(1).
- Smart, A. 2015. *Bahagia Di Usia Menopause*. Yogyakarta.: A Plus Books.
- Sugiyono. 2016. *Statistika Untuk Penelitian*. Jakarta.: CV. Alfabeta.
- Sunaryo. 2018. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta.: EGC.
- Suryoprajogo, N. 2019. *Tips Menyenangkan Menghadapi Menopause*. Jawa Tengah: Desa Pustaka Indonesia.
- Utami, A. 2017. "Gambaran Pengetahuan Ibu Pre Menopause Usia 40-45 Tahun Tentang Menopause Berdasarkan Karakteristik Di Desa Gunung Leutik Kecamatan Ciparay Kabupaten Bandung." *Karya Tulis Ilmiah*.
- Wahyuni, Elly. 2018. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komunitas*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Wulan, Wayang. 2020. "Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause." *Jurnal Kebidanan* 9(2):1-8.
- Yuneta, Agus Eka N. 2020. *Penyuluhan Persiapan Menghadapi Menopause*. Universitas Sebelas Maret.