

PENGARUH EDUKASI KESEHATAN DENGAN MEDIA LEAFLET TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PADA IBU DALAM MENGHADAPI MENOPOUSE

Italia¹, Fera Siska²

Program Studi DIII Keperawatan STIKES Mitra Adiguna

Email : italia.effendi@gmail.com¹, feesiska@gmail.com²

ABSTRAK

Menopause merupakan suatu proses dalam siklus reproduksi alamiah yang dialami oleh setiap wanita dari masa produktif menuju masa non produktif yang disebabkan oleh berkurangnya hormon estrogen dan progesterone. Data *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa tahun 2030 nanti ada sekitar 1,2 miliar perempuan yang berusia diatas 50 tahun. Kurangnya pengetahuan tentang menopause menyebabkan ketidakmampuan ibu premenopause dalam menghadapi dan mempersiapkan diri menghadapi masa menopause. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan dengan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause tahun 2024. Metode penelitian ini menggunakan analitik kuantitatif dengan penelitian Pre Exsperimental Design dengan pendekatan *One Grup pretest posttest*. Populasi penelitian ini adalah ibu pramenopause yang ada di puskesmas kenten Palembang tahun 2024 pada bulan November 2024. Dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden menggunakan metode *Purposive sampling*. Hasil Penelitian ini memiliki nilai *P value* sebesar 0,00 kurang dari 0,05 menunjukan bahwa terdapat pengaruh media leaflet terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause. Saran diharapkan kepada petugas kesehatan puskesmas kenten Palembang dapat menjadi informasi dan wawasan baru bagi para petugas kesehatan sebagai upaya untuk mempengaruhi Pengetahuan menopause wanita, sehingga menjadi acuan untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan serta kualitas pada tempat peneliti.

Kata kunci : Pendidikan kesehatan, Pengetahuan, Media Leaflet, Menopause

ABSTRACT

Menopause is a natural stage in a woman's reproductive life, marking the transition from the reproductive to the non-reproductive period due to a decline in estrogen and progesterone hormone levels. The World Health Organization (WHO) estimates that by 2030, approximately 1.2 billion women worldwide will be aged 50 years and older. Insufficient knowledge about menopause may hinder premenopausal women from adequately preparing for and adapting to this stage of life. This study aimed to determine the effect of health education using leaflets on women's knowledge of menopause in 2024. This study employed a quantitative pre-experimental design using a one-group pretest–posttest approach. The study population consisted of premenopausal women who attended the Kenten Community Health Center in Palembang in November 2024. A purposive sampling technique was used to recruit 30 respondents. Data were analyzed to compare participants' knowledge before and after the health education intervention. The results showed a statistically significant increase in respondents' knowledge following the intervention ($p < 0.001$), indicating that health education delivered through leaflets effectively improved women's knowledge about menopause. It is recommended that healthcare providers at the Kenten Community Health Center continue implementing leaflet-based health education as an educational strategy to enhance women's understanding of menopause and improve the quality of health promotion services.

Keywords: Health education, Knowledge, Leaflet, Menopause

PENDAHULUAN

Menopause merupakan suatu proses dalam siklus reproduksi alamiah yang dialami oleh setiap wanita dari masa produktif menuju masa non produktif yang disebabkan oleh berkurangnya hormon esterogen dan progesterone. Fase ini yang akan dialami setiap wanita diatas umur 40 tahun dan dikatakan menopause bila siklus menstruasi telah berhenti selama 1 tahun (Novianti, 2021).

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, dalam Purnama (2022).

Berdasarkan beberapa hasil survey dan penelitian di Indonesia, 70% para wanita yang berusia 45 sampai dengan 54 tahun cenderung mengalami berbagai gejala seperti hot flushes, jantung berdebar-debar, gangguan tidur, depresi, mudah tersinggung, merasa takut, gelisah dan lekas marah, sakit kepala, cepat lelah, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, kurang tenaga, berkunang-kunang, kesemutan, gangguan libido, obstipasi, berat badan bertambah, dan nyeri tulang dan otot. Ulya & Meikawati, 2019 dalam (Novianti, 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 dalam (Purnama, 2022).

Berdasarkan data yang didapat dari Dinas Kota Palembang, jumlah wanita

berusia 40-44 tahun sebanyak 57.957 orang, wanita berusia 45-49 tahun sebanyak 54.132 orang, wanita berusia 50-54 tahun sebanyak 47.881 orang, wanita berusia 55-59 tahun sebanyak 40.674 orang, dan wanita berusia 60-64 tahun sebanyak 32.887 orang. Dinkes Kota Palembang, 2020 dalam (Purnama, 2022).

Berdasarkan hasil survei di Wilayah Puskesmas Kenten Palembang pada Agustus–Oktober 2024, sejumlah 130 orang yang pramenopause. Berusia 45-50 ada 35 orang, berusia 50-55 ada 45 orang, dan berusia 55-60 ada 50 orang. Hampir separuh dari mereka masih belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang menopause dan bagaimana cara untuk tetap stabil dalam menghadapi perubahan fisik dan psikologis, terutama dalam urusan berhubungan seksual. Dengan suami. Sebagian besar perempuan di Indonesia tidak mengetahui dampak yang bisa timbul saat akan memasuki masa menopause. Ketidaktahuan itu didasari oleh pandangan yang menganggap menopause itu gejala alami. (Puskesmas Kenten Palembang).

Gejala yang paling umum terjadi pada masa menopause adalah hot flashes, sekitar 75% wanita premenopause dan menopause mengalaminya. Keluhan hot flashes meliputi rasa panas dan berkeringat, biasanya dibagian atas tubuh. Bagian yang dirasakan dimulai dari area dada, menjalar hingga ke leher dan wajah. Hot flashes akan terjadi lebih hebat pada malam hari, hal ini akan mengakibatkan penderita merasakan gelisah, insomnia, bahkan merasa tidak nyaman pada dirinya sehingga mencari pertolongan medis. Juliani et al., 2018 dalam . (Claudia, 2021).

Kurangnya pengetahuan tentang menopause menyebabkan ketidakmampuan ibu premenopause dalam menghadapi dan mempersiapkan diri menghadapi masa menopause. Hal ini menjadikan ibu premenopause tidak mampu melakukan upaya pencegahan dini untuk memasuki umur menopause tanpa mengalami keluhan yang berat. Menurut pendekatan kognitif dalam ilmu psikologi, pada dasarnya, gangguan emosi yang dialami manusia

sangat ditentukan oleh bagaimana individu menilai peristiwa yang dialaminya. Beberapa mitos yang berkembang di masyarakat yang dapat menambah rasa cemas, antara lain wanita yang menopause otomatis akan menjadi tua dan waktunya sudah dekat, kehilangan daya tarik seksual, periode menopause sama dengan periode guncangan jiwa. Wanita premenopause yang mencemaskan menopause kemungkinan besar karena kurangnya informasi yang benar tentang menopause. (Susanti, 2022).

Tidak ada seorang wanita ingin mengalami salah satu dari sekian banyak keluhan pada masa premenopause, demikian juga pihak keluarga. Jika beberapa keluhan tersebut muncul bersamaan, bisa dibayangkan betapa menurunnya kualitas hidup wanita tersebut. Sebenarnya, masa premenopause tidaklah seperti yang dikhawatirkan pada wanita, kalau saja para wanita yang memiliki umur senja memiliki pengetahuan yang benar tentang proses menopause, sehingga bisa lebih siap menghadapi segala kemungkinan (Susanti, 2022).

Edukasi atau pendidikan secara umum adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan, yang tersirat dalam pendidikan adalah: input adalah sasaran pendidikan (individu, kelompok, dan masyarakat), pendidik adalah (pelaku pendidikan), proses adalah (upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain), output adalah (melakukan apa yang diharapkan atau perilaku). Notoatmodjo, 2012 didalam (Nursyifa, 2020).

Kemampuan perawat dalam memberikan pendidikan kesehatan harus meliputi pendidikan tentang upaya preventif (pencegahan), promotif (peningkatan kesehatan), kuratif (pengobatan) dan rehabilitatif. Perawat perannya di dalam lingkup kesehatan selain sebagai pemberi layanan keperawatan dan advokat adalah sebagai pendidik untuk menambah wawasan

pada ibu-ibu dalam menghadapi menopause. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Edukasi Kesehatan Dengan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Ibu Dalam Menghadapi Menopause”.

METODOLOGI PENELITIAN

Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada seluruh wanita premenopause yang datang ke Puskesmas Kenten Palembang. Dalam penelitian ini intervensi yang akan dilakukan yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang menopause untuk mengetahui tingkat pengetahuan wanita pramenopause. Dihitung pengetahuan sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menopause.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Metode yang digunakan yaitu penelitian pra-eksperimen (Pre-Experimental Designs) dengan pendekatan One-Group Pretest-Posttest, suatu penelitian untuk menyelidiki kemungkinan hubungan sebab-akibat dengan cara memberikan satu perlakuan (intervensi) pendidikan kesehatan dengan menggunakan media leaflet satu kelompok eksperimental dan membandingkan hasil sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan menggunakan media leaflet. Pengukuran dilakukan pada responden.

Data dan Cara pengumpulan data

Data Primer

Data primer yaitu data atau informasi yang langsung berasal dari yang mempunyai wewenang dan bertanggung jawab terhadap data tersebut. (Notoatmodjo, 2018) dalam penelitian ini data primer didapat dengan melakukan observasi secara langsung terhadap wanita premenopause.

Data Sekunder

Data sekunder yaitu data atau informasi yang bukan langsung dari orang yang ditanyai dan yang bukan atau dianggap tidak mempunyai wewenang dan tanggung jawab terhadap pemberian informasi atau data tersebut (Notoatmodjo, 2018). Data sekunder

didapat dari profil rumah sakit, buku bacaan, jurnal, dan sumber dari internet.

Cara Pengumpulan Data

Pada penelitian ini cara pengumpulan data dilakukan dengan mengisi kuesioner sebelum dan sesudah dilakukan edukasi kesehatan dengan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause

Populasi dan Sampel

Populasi

Dengan cara membuat tabel yang berisikan data sesuai dengan kebutuhan, populasi penelitian adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah semua wanita premenopause yang ada di Puskesmas Kenten Palembang.

Sampel

Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2018). Sampel pada penelitian ini adalah seluruh wanita premenopause yang ada di Puskesmas Kenten Palembang pada saat dilakukan penelitian sebanyak 30 orang yang memenuhi kriteria

Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel dengan teknik penentuan sampel. Dengan pertimbangan tertentu dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Teknik Pengolahan Data

Menurut Hasibuan, Wahyuni, et.al (2021). Menguraikan mengenai tahap pengolahan data dalam penelitian dengan jenis kuantitatif sebagai berikut:

1. Pengeditan data (Editing) Pengeditan data merupakan pemeriksaan atau koreksi data yang telah dikumpulkan. Editing merupakan upaya merapikan jawaban responden guna memudahkan pengolahan data selanjutnya. Dengan memeriksa kembali data yang telah masuk ke responden mana yang relevan dan mana yang tidak relevan.
2. Coding (pengkodean) data adalah pemberian kode tertentu pada tiap-tiap

data termasuk pemberian kategori untuk jenis data yang sama. Coding juga diartikan sebagai pemberian tanda, simbol, atau kode tiap-tiap data yang termasuk dalam kategori yang sama.

Tabulasi data adalah proses menempatkan data dalam bentuk table analisis. Tabulasi juga diartikan sebagai upaya pengolahan data-data hasil penelitian yang diperoleh, digolongkan ke dalam kategori jawabannya berdasarkan variabel dan subanalisis kuantitatif.

Teknik Analisis

Analisis data dalam penelitian ini melalui prosedur bertahap antara lain:

1. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah analisis variabel yang dianalisis hanya satu macam. Yang dimaksud dengan satu macam di sini bukan hanya 1, tetapi yang dimaksud hanya ada 1 jenis variabel (tidak ada variabel terikat dan variabel bebas). Bisa jadi variabel yang dianalisis adalah 4, 5, 6, dan seterusnya, tetapi peneliti memperlakukannya semua sama, yaitu sebagai variabel terikat.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan atau pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat. Pada penelitian ini, analisis bivariat dilakukan dengan terlebih dahulu melakukan uji normalitas data primer menggunakan uji Shapiro-Wilk dengan ketentuan jika $p\text{-value} \geq 0,05$ berarti data terdistribusi normal dan jika $p\text{-value} < 0,05$ berarti data tidak terdistribusi normal. Selanjutnya, untuk uji pengaruh digunakan uji statistik berpasangan (*paired samples t-test*) dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ bila data terdistribusi normal dan Wilcoxon bila data tidak terdistribusi normal, dengan ketentuan: jika $p\text{-value} < 0,05$ berarti ada perbedaan, dan jika $p\text{-value} \geq 0,05$ berarti tidak ada perbedaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 18 sampai dengan 25 November 2024 di kawasan wilayah Puskesmas Kenten Palembang dengan responden sebanyak 30 orang.

Analisis Univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini menggunakan distribusi frekuensi dan persentase karakteristik responden yang terdiri dari jenis kelamin, umur, dan pendidikan. Karakteristik pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause diukur dengan pengisian kuesioner. Karakteristik responden tersebut dapat dilihat dari tabel berikut.

Tabel 1
Pengetahuan Sebelum Dilakukan Edukasi Kesehatan Tentang Menopause

No	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	baik	3	10%
2	Cukup	13	43%
3	Kurang	14	47%
Total		30	100%

Tabel di atas disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu dalam menghadapi tanda dan gejala menopause sebelum dilakukan edukasi kesehatan diperoleh dalam kategori baik sebanyak 3 orang (10%), kategori cukup sebanyak 13 responden (43%), dan kategori kurang sebanyak 12 responden (46%).

Tabel 2
Pengetahuan Setelah Dilakukan Edukasi Kesehatan Tentang Menopause

No	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	baik	17	56%
2	Cukup	11	37%
3	Kurang	2	7%
Total		30	100%

Tabel di atas disimpulkan bahwa Tingkat pengetahuan tanda dan gejala ibu dalam menghadapi menopause setelah dilakukan edukasi kesehatan diperoleh dalam kategori baik 17 orang (56%) dengan kategori cukup itu sebanyak 11 orang (37%) dengan kategori kurang 2 orang (7%).

Uji Normalitas

Sebelum dilakukan dengan analisis dengan uji t data harus memenuhi syarat uji normalitas. Uji normalitas dalam penelitian ini digunakan dengan uji Shapiro-Wilk karena jumlah data < 50 . Data dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikan (2-tailed) $> 0,05$. Berikut merupakan hasil uji normalitas terhadap data pengetahuan tanda dan gejala ibu dalam menghadapi menopause sebelum diberikan edukasi kesehatan dan setelah diberikan edukasi kesehatan terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause.

Tabel 3
Uji normalitas Shapiro-walk

No	kelompok	Shapiro-walk		keterangan
		statistic	P value	
1	Pengetahuan Sebelum Edukasi	0,764	0,000	Tidak normal
2	Pengetahuan Setelah Edukasi	0,718	0,000	Tidak normal

Berdasarkan Tabel di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi pengetahuan tanda dan gejala ibu dalam menghadapi menopause sebelum diberikan edukasi sebesar $0,00 < 0,05$ dan pengetahuan dalam menghadapi menopause setelah diberikan penyuluhan sebesar $0,00 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang diuji berdistribusi tidak normal.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yaitu variabel independen dan dependen. Hasil pengaruh edukasi kesehatan dan peningkatan pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause di Puskesmas

Kenten Palembang di lihat pada tabel di bawah ini

Tabel 4
Tabel Distribusi frekuensi responden rata-rata intensitas Pengetahuan Ibu Dalam Menghadapi Menopause Sebelum Dan Sesudah Di Lakukan Penyuluhan Di Puskesmas Kenten

n	variabel	mean	min	max	P value
1	Pengetahuan Sebelum Edukasi	23,7	1	3	0,00
2	Pengetahuan Setelah Edukasi	1,50	1	3	0

Pada tabel di atas dapat diketahui bahwa rata-rata pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause sebelum dilakukan edukasi adalah 23,7 dan rata-rata pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause setelah diberikan penyuluhan adalah 1,50. Karena nilai rata-rata pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause setelah diberikan penyuluhan lebih kecil daripada rata-rata pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause sebelum dilakukan penyuluhan, dapat dinyatakan bahwa penyuluhan tentang menopause efektif diberikan kepada ibu pramenopause.

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000, lebih kecil dari taraf signifikansi 5% ($P \text{ value} = 0,000 < 0,005$), maka dapat dikatakan ada pengaruh edukasi kesehatan pengetahuan tanda dan gejala ibu dalam menghadapi menopause di Puskesmas Kenten Palembang 2024.

Pembahasan

Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan (*One Group Pre-Post Test Design*). Dalam penelitian ini, sampel diberikan pretest (pengamatan awal) terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi, setelah itu diberikan intervensi, kemudian dilakukan post-test (pengamatan akhir). Penelitian ini dilakukan

di Puskesmas Kenten Palembang pada bulan November tahun 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien ibu pramenopause dengan pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause di Puskesmas Kenten Palembang. Sampel pada penelitian ini adalah pasien ibu pramenopause dengan pengetahuan tanda dan gejala menghadapi masa menopause yang sesuai kriteria inklusi pada saat penelitian, yaitu berjumlah 30 orang.

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan satu kali observasi pengetahuan tanda dan gejala dalam menghadapi masa menopause menggunakan kuesioner kepada responden. Selanjutnya, data yang didapat dari hasil pengisian kuesioner oleh responden dikumpulkan, diolah, dan dianalisis secara univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden dan tingkat pengetahuan responden, serta dianalisis secara bivariat untuk mengetahui hubungan dua variabel, yaitu pengaruh edukasi dan peningkatan pengetahuan pada ibu pramenopause dalam menghadapi menopause menggunakan teknik analisis data uji statistik secara komputerisasi melalui SPSS.

Tingkat Pengetahuan Ibu Pramenopause Dalam Menghadapi Menopause Sebelum Di Berikan Edukasi Kesehatan

Hasil penelitian yang telah dilakukan sebelum diberikan edukasi kesehatan menggunakan media leaflet menunjukkan bahwa ibu pramenopause di Puskesmas Kenten Hamil Palembang tahun 2024 masih memiliki budaya dan belum memiliki pengetahuan yang baik tentang tanda dan gejala menopause.

Secara teoritis, Notoadmodjo (2012) di dalam Wardiah (2019), sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Tetapi tidak berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari

pendidikan formal saja, tetapi dapat diperoleh melalui pendidikan nonformal. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek, yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap dan pengetahuan seseorang. Semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu. Pengaruh penyuluhan terhadap hasil ini sejalan dengan penelitian Naufalia 2022 (Armala, 2024).

Sebagian besar responden memiliki pengetahuan buruk sebanyak 62% dan sebagian kecil responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 25%. Menurut peneliti, penyuluhan merupakan upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat untuk melakukan tindakan (praktik) untuk memelihara (mengatasi masalah-masalah) dan meningkatkan kesehatannya. Penyuluhan dapat memengaruhi seseorang, termasuk juga perilaku seseorang terhadap pilihan hidup terutama pengetahuan. Penyuluhan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju ke arah suatu cita-cita tertentu.

Hasil penelitian ini ternyata, sebelum dilakukan penyuluhan, terlihat pengetahuan yang kurang terhadap menopause, di mana rata-rata pengetahuan sebesar 46,7%, nilai terendah sebesar 7 poin, dan nilai tertinggi sebesar 16 poin. Hal ini juga bisa dimaklumi karena pengetahuan terhadap menopause tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor saja melainkan banyak factor.

Tingkat Pengetahuan Ibu Premenopause Dalam Menghadapi Menopause Setelah Di Berikan Edukasi Kesehatan

Hasil penelitian yang telah dilakukan setelah diberikan edukasi kesehatan menggunakan media leaflet menunjukkan bahwa ibu premenopause di Puskesmas Kenten Hamil Palembang tahun 2024. Pengetahuan tanda dan gejala ibu dalam menghadapi menopause meningkat.

Sejalan dengan teori menurut Maulana (2009) di dalam Wardiah (2019). Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan mutu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan.

Selain itu, pendapat Notoatmodjo 2013 di dalam (Wardiah, 2019). bahwa pengetahuan adalah pemberian bukti oleh seseorang melalui proses pengingatan atau pengenalan informasi, ide atau fenomena yang diperoleh sebelumnya.

Penelitian lainnya menunjukkan kesamaan dengan penelitian Raodah (2023) di dalam (Armala, 2024): pengetahuan responden setelah pemberian edukasi sebagian besar baik sebesar 90,0%. Sejalan dengan penelitian ini, wanita premenopause dapat memahami bahwa premenopause adalah tahap sebelum menopause yang umumnya terjadi pada usia 40-an hingga awal 50-an. Mereka dapat memahami gejala-gejala seperti perubahan mood, hot flashes, dan peningkatan berat badan yang mungkin terjadi pada tahap ini. Pemahaman ini penting untuk mempersiapkan mereka secara mental dan fisik mengenai perubahan yang akan datang di masa dewasa. Wanita pada tahap premenopause masih mengalami menstruasi, tetapi siklusnya mungkin tidak teratur, disertai dengan gejala seperti , hot flashes, dan perubahan berat badan. Pemahaman tentang perubahan hormonal dan dampaknya pada kesehatan reproduksi lanjut usia menjadi kunci bagi wanita pada tahap ini. (Armala D., 2024)

Keberhasilan suatu penyuluhan kesehatan dapat dipengaruhi oleh faktor penyuluh, sasaran dan proses penyuluh. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Tujuan

dalam penyuluhan menopause tersebut diharapkan ibu – ibu lebih mengetahui tentang menopause dan dapat menyikapi kondisi dengan bijak sehingga siap dalam menghadapi masa menopause dengan ibu siap maka akan mengurangi kecemasan dari gejala yang biasa muncul saat menopause.(Yuniarti, Shaluhiah & Widjanarko, 2012 didalam jurnal (Wardiah, 2019).

Menurut peneliti pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan. Pengetahuan dapat berfungsi sebagai pendorong. Setiap orang mempunyai pengetahuan tentang kesehatannya , baik itu pengetahuan dari dalam diri maupun dari luar dirinya. Wanita premenopause akan bersungguh-sungguh jika memiliki pengetahuan yang tinggi. Pengetahuan seseorang akan turut menentukan sikap seseorang dalam menyikapi kondisi menopause yang akan terjadi.

Hasil penelitian ini ternyata setelah dilakukan penyuluhan terlihat engetahuan yang kurang terhadap menopause dimana rata-rata sebelumpnya itu 46,7% menjadi 6,7% setelah dilakukan penyuluhan dengan nilai tertinggi sebesar 16 point. Hal ini bahwa setelah dilakukan edukasi itu ada peningkatan pengetahuan pada ibu pramenopause.

Pengaruh Media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause.

Dari hasil penelitian diperoleh bahwa hasil uji statistik memiliki nilai p-value sebesar 0,00, kurang dari 0,05, yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh media leaflet terhadap pengetahuan tanda dan gejala ibu dalam menghadapi menopause.

Penelitian ini sejalan dengan (Ma'munah, 2015) yang mengatakan bahwa uji Wilcoxon menunjukkan beda rata-rata nilai pengetahuan antara pre-test pada kelompok intervensi.Nilai ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan.Hasil ini menunjukkan ada pengaruh positif dan

signifikan dari pendidikan kesehatan yang diberikan menggunakan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Wowiling, Goenawi dan Citraningtiyas (2013) tentang pengaruh penyuluhan penggunaan antibiotika terhadap tingkat pengetahuan masyarakat di Kota Manado, juga didapati bahwa ada perbedaan skor sebelum dan sesudah penyuluhan yang nyata, di mana skor sesudah penyuluhan lebih tinggi atau meningkat dibandingkan skor sebelum penyuluhan. Peningkatan pengetahuan yang terjadi sesudah penyuluhan membuktikan bahwa penyuluhan berpengaruh pada tingkat pengetahuan masyarakat. Di Dalam (Pusirumang, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Astuti dkk (2002) di dalam (Pusirumang, 2019) didapatkan bahwa metode pendidikan kesehatan dengan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan responden.Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber seperti, media, poster, kerabat dekat, media massa, media elektronik, buku petunjuk, petugas kesehatan dan sebagainya.

Pada penelitian Sudibyo 1998 yang dikutip dalam jurnal (Pusirumang, 2019) tentang pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan dan penggunaan obat yang rasional dalam pengobatan sendiri oleh ibu di Kabupaten Cianjur, disimpulkan bahwa metode ceramah dan leaflet dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang pengobatan sendiri, meningkatkan sikap ibu terhadap pengobatan sendiri, dan meningkatkan tindakan pengobatan yang sesuai dengan aturan untuk keluhan demam.

Menurut Sanyoto (2006) di dalam jurnal (Pusirumang, 2019), leaflet merupakan media komunikasi yang dapat diulang-ulang pemahamannya sehingga dapat menimbulkan respons dari pembaca. Sesuatu yang diulang cenderung lebih tertanam dalam jiwa manusia. Isi dari leaflet dalam penelitian ini merupakan gabungan dari gambar-gambar dan kalimat yang mudah dipahami

oleh ibu pramenopause sehingga akan lebih mudah untuk menerima informasi mengenai tanda dan gejala menopause serta menarik minat ibu untuk membaca dan fokus pada informasi yang disampaikan. Maka dari itu, dengan pemberian media leaflet. Diharapkan ibu-ibu bisa membaca, mengingat dan mempraktikkannya sesuai dengan materi yang disampaikan.

Berdasarkan hasil analisis diatas penulis pengetahuan dapat dipengaruhi dari berbagai faktor tidak hanya dari informasi yang didapat selama penyuluhan namun juga ada faktor lain seperti lingkungan dan lain-lain sehingga dari tingkat pengetahuan ini terdapat beberapa perbedaan kondisi masyarakat dan kepercayaan masyarakat terhadap kesehatan, yang pada akhirnya mengubah sikap masyarakat tentang menopause, tingginya arus informasi yang diterima masyarakat setempat, rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai menopause disebabkan oleh kurangnya informasi mengenai apa itu menopause, gejala, tanda perubahan yang terjadi, sehingga jika tidak mengetahui maka setiap perubahan yang terjadi pada tubuhnya akan di perepsikan sebagai penyakit sehingga dapat menimbulkan kecemasan.

Kesimpulan Dan Saran Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar perempuan pramenopause berusia 39-45 tahun berjumlah 30 orang (100%).
2. Sebagian besar tingkat pendidikan SMA yaitu berjumlah 18 orang (60%) pendidikan SMP berjumlah 5 orang (17%) pendidikan SD berjumlah 4 orang (13%) dan yang pendidikan S1 berjumlah 3 orang (10%)
3. Ada pengaruh edukasi kesehatan dengan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam menghadapi menopause. Paired t-test diperoleh p-value $0,000 < \alpha = 0,000$.

Saran

Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan wawasan baru bagi para petugas kesehatan sebagai upaya untuk memengaruhi Pengetahuan menopause wanita.

Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan menambah kepustakaan di STIKES Mitra Adiguna Palembang, khususnya jurnal-jurnal serta bahan-bahan yang menunjang penulisan karya tulis ilmiah yang berkaitan dengan peningkatan pengetahuan perempuan menopause.

DAFTAR PUSTAKA

- Armala, D. . (2024). Pengaruh Edukasi Kesehatan Media Booklet dan leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan. *jurnal keperawatan*.
- Claudia, J. G. (2021). Penurunan Hot Flashes pada Menopause dengan Senam Lansia. *Jurnal Bidan Cerdas*.
- Italia, L. A. (2021). *Menopause & Upaya upaya Menghadapi Menopause*. Banten.
- Ma'munah. (2015). *Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media booklet terhadap pengetahuan ibu laktasi*. ciputat timur
- Muarofah, H. (2021). *Pengaruh Edukasi Manajemen Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Premonopause Di RW 02 Desa Sadeng, Gunung Pati*. Semarang.
- Notoadmojo, s. (2010). *konsep perilaku kesehatan dalam promosi kesehatan teori dan aplikasi*. Jakarta Rineka cipta.
- Novianti, R. K. (2021). Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Tanda Dan Gejala Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Ibu Dalam Menghadapi Menopause . *Jurnal Kesehatan Bhakti Husada*.
- Purnama, B. D. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menopause Dengan Menggunakan Media Booklet Terhadap QUALITY OF LIFE

- AMONG MENOPAUSAL WOMEN
DI RSUD KAYU AGUNG TAHUN
2022.
- Pusirumang, M. M. (2019). Pengaruh
Penyuluhan Kesehatan Mengenai
Menopause . *Jurnal keperawatan*.
- Susanti, D. A. (2023). *Gambaran Tingkat
Pengetahuan Wanita Dalam
Menghadapi Menopause Diwilayah
Kerja Puskesmas Kereng Bangkirai
Kota Palangka Raya*.
- Susanti, E. T. (2022). Tingkat Pengetahuan
Tentang Menopause dengan Kesiapan
Menghadapi Menopause pada Ibu
Premenopause. *Jurnal Keperawatan
Karya Bhakti*.
- Wardiah, a. . (2019). Pengaruh Pendidikan
Kesehatan Tentang Menopause
Terhadap pengetahuan ibu
pramenopause. *jurnal keperawatan*.