

**PENGARUH PEMBERIAN BUKU SAKU KETIDAKNYAMANAN  
MENOPAUSE TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN  
WANITA MENOPAUSE**

Dwi Fitri Astutik<sup>1</sup>, Retno Wulandari<sup>(\*)2</sup>, Yunia Renny Andhikantias<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Prodi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

**Abstrak**

Setiap wanita akan mengalami masa menopause pada usia yang berbeda-beda, umumnya berusia sekitar 45-55 tahun. Wanita beranggapan setelah menopause perannya sudah selesai sebagai seorang istri dan ibu. Kurangnya pengetahuan tentang menopause memunculkan sikap yang menimbulkan ketidaknyamanan pada ibu. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pemberian buku saku tentang ketidaknyamanan menopause terhadap tingkat pengetahuan wanita menopause di Dusun Sukoharjo Desa Sukoharjo. Metode penelitian *pre-eksperimental dengan desain studi one group pretest-posttest*. Sampel diambil dari 35 wanita menopause dengan teknik pengambilan *total sampling*. Uji analisa data menggunakan uji statistik parametrik *Paired T-Test*.

Hasil penelitian menunjukkan nilai *pretest* pengetahuan wanita menopause sebelum diberikan edukasi berupa buku saku ketidaknyamanan menopause kategori baik terdapat 8,6 %. Sedangkan nilai *posttest* pengetahuan wanita menopause setelah diberikan edukasi berupa buku saku ketidaknyamanan menopause kategori baik terdapat 14,3 %. Maka terjadi kenaikan pengetahuan kategori baik dari *pretest* dan *posttest* sebesar 5,7 % dengan nilai signifikan (2-tailed) sebesar 0.00 ( $p < 0.05$ ).

Kesimpulan penelitian ini terdapat pengaruh pemberian buku saku ketidaknyamanan menopause terhadap tingkat pengetahuan wanita menopause di Dusun Sukoharjo Desa Sukoharjo. Saran bagi tenaga kesehatan diharapkan lebih meningkatkan kegiatan program pendidikan kesehatan terhadap masyarakat khususnya tentang menopause. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, memberikan informasi pendidikan kesehatan tentang menopause dengan metode dan media yang berbeda, sehingga memberikan kemudahan kepada penelitian selanjutnya dan memberikan hasil yang lebih baik.

Kata Kunci : Buku saku, menopause, pengetahuan

## **THE EFFECT OF GIVING A POCKET BOOK MENOPAUSE DISCOMFORT ON THE LEVEL OF KNOWLEDGE OF MENOPAUSE WOMEN**

Dwi Fitri Astutik<sup>1</sup>, Retno Wulandari<sup>(\*)2</sup>, Yunia Renny Andhikantias<sup>3</sup>

<sup>1, 2, 3</sup> Obstetrics Study Kusuma Husada University Surakarta

### **Abstract**

Each woman will experience menopause at different ages, generally around 45-55 years old. Women assume that after menopause their role is over as a wife and mother. The lack of knowledge about menopause gives rise to attitudes that cause discomfort to the mother. The purpose of the study was to determine the effect of giving pocket books about menopausal discomfort on the level of knowledge of menopausal women in Sukoharjo Hamlet, Sukoharjo Village. *Pre-experimental* research method with *one group pretest-posttest study design*. Samples were taken from 35 menopausal women with a *total sampling technique*. The data analysis test uses the *Paired T-Test* parametric statistical test.

The results showed that the *pretest* value of menopausal women's knowledge before being given education in the form of a good category menopause discomfort pocketbook was 8.6%. Meanwhile, the *posttest* value of menopausal women's knowledge after being given education in the form of a good category menopause discomfort pocketbook was 14.3%. So there was an increase in knowledge of categories from both *pretest* and *posttest* by 5.7% with a significant value (2-tailed) of 0.00 ( $p < 0.05$ ).

The conclusion of this study was the effect of giving a pocket book of menopausal discomfort on the level of knowledge of menopausal women in Sukoharjo Hamlet, Sukoharjo Village. Advice for health workers is expected to further increase the activities of health education programs for the community, especially about menopause. For subsequent researchers, it is hoped that they can increase knowledge, provide health education information about menopause with different methods and media, so as to provide convenience to subsequent research and provide better results.

Keywords : Pocket book, menopause, knowledge

## PENDAHULUAN

Istilah menopause dikenal sebagai waktu dimana siklus menstruasi berhenti secara permanen yang menyusul hilangnya aktivitas ovarium. Menopause merupakan bagian dari periode transisi perubahan masa reproduktif ke masa tidak reproduktif sehingga wanita yang mengalami menopause akan merasakan hal yang berbeda pada dirinya.

Menurut data dari WHO (World Health Organization), di Asia pada tahun 2025 jumlah wanita yang berusia lanjut akan meningkat dari 107 juta jiwa menjadi 373 juta jiwa (Moudy, 2014). Dan diperkirakan pada tahun 2030 ada 1,2 miliar wanita yang berusia diatas 50 tahun, sebagian besar dari mereka tinggal di negara berkembang (Mulyani, 2017).

Data yang diperoleh dari BPS (Badan Pusat Statistik) pada tahun 2021 jumlah perempuan di Indonesia yang hidup pada masa menopause (45- 55 tahun) sebanyak 16,87 juta jiwa, untuk propinsi Jawa Tengah sebanyak 2,4 juta jiwa. Sedangkan di wilayah Desa Sukoharjo jumlah perempuan dengan umur 45-55 tahun sebanyak 407 jiwa yang sebagian besar mengalami gejala – gejala menopause.

Wanita seringkali menilai atau menganggap menopause sebagai peristiwa sangat menakutkan yang perlu dihindari, oleh karena itu stress pun sulit untuk dihindari. Banyak wanita dalam fase menopause terpengaruh akan mitos – mitos yang terkait dengan hal seperti, mengalami menopause membuat produktivitas seorang wanita menurun, merasa tidak ada daya tarik lagi dimata pasangannya, merupakan akhir dari hasrat seksual normal, tidak bergairah terhadap seks, dan tidak akan bisa mencapai kepuasan seksual. Wanita sering beranggapan bahwa ketika mengalami menopause perannya sudah selesai sebagai seorang istri dan ibu (Rosyid EP, Yusuf ZK, Djunaid R, 2014).

Hal ini karena mereka belum memahami dan kurangnya pengetahuan tentang menopause, sehingga memunculkan sikap-sikap yang menimbulkan ketidaknyamanan pada ibu. Pengetahuan menjadi salah satu pendorong seseorang sehingga ia dapat merubah perilakunya. Pengetahuan tentang menopause adalah faktor yang menentukan seseorang tersebut dapat menerima terjadinya menopause sebagai perubahan yang wajar yang

akan dialami setiap wanita dan tidak perlu melakukan pengobatan atau harus menimbulkan rasa kecemasan yang berlebihan. Buku saku merupakan salah satu media cetak pendidikan untuk meningkatkan pengetahuan dan memiliki kelebihan diantaranya adalah: tahan lama, dapat dibawa kemana-mana, biaya minimalis, mempermudah pemahaman, meningkatkan semangat untuk belajar dan mudah dijangkau ( Gunawan. 2013 ).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan pre eksperimental. Rancangan yang digunakan dengan desain studi *one group pretest post test* yaitu sebuah metode untuk membandingkan keadaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (Nursalam, 2014). Dalam penelitian ini sampel yang diambil menggunakan teknik total Sampling yaitu dengan menggunakan semua anggota populasi sejumlah 35 orang sehingga sampel ini telah dianggap mewakili seluruh populasi (Notoadmojo, 2018). Instrumen yang digunakan untuk menganalisis tingkat pengetahuan responden tentang menopause adalah dengan cara pemberian buku saku ketidaknyamanan menopause diperoleh dengan kuesioner yang berisi 30 item pernyataan. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan uji statistik Parametrik

Paired T-test karena hasil uji normalitas dengan Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

#### a. Karakteristik Umur

Tabel 1.1 Distribusi responden berdasarkan usia di Dusun Sukoharjo

No	Kelompok Umur	Jumlah	
		F	%
1	45-50 th	18	51,4
2	51-55 th	17	48,6
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1.1 dapat diketahui bahwa responden dengan umur 45-50 tahun sebanyak 18 responden ( 51,4% ) dan dengan umur 51-55 tahun sebanyak 17 responden ( 48,6% ).

#### b. Karakteristik Pendidikan

Tabel 1.2 Distribusi responden berdasarkan pendidikan di Dusun Sukoharjo

No	Pendidikan	Jumlah	
		f	%
1	SD	10	28,6
2	SMP	13	37,1
3	SMA	10	28,6
4	Perguruan Tinggi	2	5,7
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

Dari tabel 1.2 menunjukkan bahwa tingkat pendidikan SMP menjadi tingkat pendidikan terbesar yaitu 13 responden ( 37,1% ). Sedangkan tingkat pendidikan SD dan SMA dengan jumlah yang sama yaitu sebanyak 10 responden ( 28,6 % ) dan Perguruan Tinggi menjadi tingkat pendidikan terkecil dengan jumlah 2 responden

( 5,7 % ).

### c. Karakteristik Pekerjaan

Tabel 1.3 Distribusi responden berdasarkan pekerjaan di Dusun Sukoharjo

No	Pekerjaan	Jumlah	
		F	%
1	Tani	3	8,6
2	IRT	25	71,4
3	PNS	2	5,7
4	Swasta	5	14,3
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

Tabel 1.3 menunjukkan pekerjaan dari responden yang terbanyak adalah IRT (Ibu Rumah Tangga) sebesar 25 responden (71,4 %). Diikuti oleh pekerjaan swasta sebanyak 5 responden (14,3 %), Tani sebanyak 3 responden (8,6%) dan jumlah pekerjaan paling sedikit yaitu PNS sebanyak 2 responden (5,7 %).

### 2. Tingkat Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Buku Saku

Tabel 1.4 Distribusi responden berdasarkan pekerjaan di Dusun Sukoharjo

No	Tingkat Pengetahuan	Pre test		Posttest	
		F	%	F	%
1	Baik	3	8,6	5	14,3
2	Cukup	30	85,7	29	82,9
3	Kurang	2	5,7	1	2,9
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>	<b>18</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas, memperlihatkan nilai pretest kategori baik terdapat 3 responden (8,6 %) sedangkan nilai posttest kategori baik terdapat 5 responden (14,3 %) sehingga terjadi kenaikan pengetahuan kategori baik dari pretest dan posttest sebanyak 2 responden (5,7 %).

### 3. Pengaruh Pemberian Buku Saku Ketidaknyamanan Menopause Terhadap Tingkat Pengetahuan Wanita Menopause Di Dusun Sukoharjo

Tabel 1.5 Distribusi responden berdasarkan pekerjaan di Dusun Sukoharjo

	N	Mean	SD	t	Sig (2-tailed)
Pretest	35	23,37	2.327	-6.575	0.000
Posttest	35	24,03	2.229		

Tabel tersebut menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan wanita menopause setelah diberikan edukasi berupa buku saku ketidaknyamanan menopause mengalami peningkatan. Jumlah responden dengan tingkat pengetahuan kategori baik 3 orang meningkat menjadi 5 orang dimana nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0.00 ( $p < 0.05$ ). Rata-rata pengetahuan wanita menopause sebelum diberikan buku saku ketidaknyamanan menopause sebesar 23,37 dan rata-rata pengetahuan wanita menopause setelah diberikan buku saku ketidaknyamanan menopause sebesar 24,03. Hasil tersebut terdapat selisih antara sebelum dan sesudah perlakuan dimana nilai posttest lebih tinggi daripada pretest. Hasil nilai t sebesar -6.575 dengan  $p\text{-value} < \alpha (0,05)$  yaitu sebesar 0,000 pada tingkat kepercayaan sebesar 95%. Hal ini berarti  $p\text{-value}$  lebih kecil daripada alpha (5%) sehingga  $H_0$  ditolak. Secara statistik menyatakan bahwa ada

pengaruh dari pemberian buku saku ketidaknyamanan menopause terhadap tingkat pengetahuan wanita menopause di Dusun Sukoharjo.

Pemberian buku saku tentang ketidaknyamanan menopause adalah proses belajar dalam pemberian informasi terhadap individu, kelompok, keluarga maupun masyarakat tentang masa berakhirnya menstruasi pada wanita, tahap-tahap menopause, jenis-jenis menopause, perubahan yang terjadi pada menopause, faktor-faktor yang dapat mempengaruhi menopause serta penanganan ketidaknyamanan menopause.

Pengetahuan adalah hasil dari tidak tahu atau memahami dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek (Achmadi, 2013). Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan melakukan wawancara atau angket yang menjawab isi materi yang ingin diukur. Bila seseorang dapat menjawab pertanyaan mengenai suatu bidang tertentu dengan lancar, baik secara lisan maupun tulisan maka dikatakan dia mengetahui hal itu (Notoatmodjo, 2012). Pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti umur, pengalaman, pekerjaan, lingkungan, sosial budaya, informasi dan pendidikan. Pengetahuan tentang

menopause adalah hasil dari tidak tahu menjadi tahu, memahami dan mengaplikasikan yang terjadi setelah dilakukan proses belajar masa berakhirnya masa menstruasi wanita. Terdiri dari pengertian menopause, fase klimakterium, tahap-tahap menopause, penyebab menopause, karakteristik perubahan fisik pada masa menopause, karakteristik perubahan psikologi pada masa menopause, tanda dan gejala, komplikasi menopause, faktor-faktor yang mempengaruhi gejala menopause.

Pada saat pre-test item yang paling banyak salah yaitu pada aspek faktor yang mempengaruhi menopause dan cara mengatasi keluhan menopause. Selain itu pada aspek pengetahuan yang lain seperti gejala atau gangguan menopause pada jawaban pre-test responden masih banyak menjawab salah. Responden memiliki pengetahuan yang kurang disebabkan karena beberapa hal seperti kurangnya minat atau rasa ingin tahu responden mengenai menopause serta minimnya informasi yang diperoleh responden baik dari pihak puskesmas maupun media informasi yang lain. Selain itu faktor lingkungan juga menjadi penyebab kurangnya pengetahuan responden mengenai menopause. Pada pelaksanaan pre-test seluruh responden mengatakan belum pernah

mendapatkan informasi mengenai menopause dari Puskesmas, baik dalam bentuk buku saku maupun informasi dalam bentuk yang lainnya. Sebagian besar responden menjawab pernyataan tentang pengetahuan menopause berdasarkan pengalaman yang sudah mereka jalani selama menghadapi masa menopause seperti keluhan-keluhan atau perubahan yang mereka rasakan selama menghadapi masa menopause itu sendiri. Hal yang sama dengan penelitian Arlina (2015) yang menyatakan bahwa beberapa responden menyatakan jawaban yang mereka berikan adalah berdasarkan pengalaman yang mereka dapatkan selama mengalami perubahan pada saat menopause.

Pada saat post-test sebagian besar responden memperbaiki jawabannya menjadi benar. Hal ini dapat menjelaskan bahwa pemberian buku saku merupakan salah satu proses belajar yang dapat meningkatkan pengetahuan. Keberhasilan suatu pendidikan kesehatan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain metode yang digunakan, media serta sasaran yang akan dituju. Adanya peningkatan pengetahuan responden mengenai menopause sebagai akibat dari penerimaan informasi baru melalui media buku saku yang dapat dibaca dan

dipahami dengan baik oleh wanita menopause di Dusun Sukoharjo Desa Sukoharjo Tirtomoyo. Peningkatan pengetahuan pada ibu dalam menjalani menopause tidak terlepas dari faktor intrinsik yang turut mempengaruhi diri responden sehingga muncul rasa ingin tahu yang tinggi. Beberapa faktor yang mempengaruhi seperti buku saku yang digunakan dapat menampilkan materi yang disertai dengan gambar tentang menopause dengan cara membaca isi buku saku sehingga membuat wanita dengan usia 45-55 tahun tertarik untuk membacanya. Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Abidin tentang pengaruh media buku saku terhadap pengetahuan dalam pemilihan jajanan anak di SD Muhammadiyah 16 Surakarta, menyatakan terdapat pengaruh yang signifikan pemberian media buku saku terhadap pengetahuan dalam pemilihan jajanan anak-anak SD di daerah tersebut. Sebelum mendapatkan pendidikan gizi dengan menggunakan media buku saku diperoleh nilai rata-rata tingkat pengetahuan sebesar 58,69. Sedangkan sesudah dilakukan pendidikan gizi dengan menggunakan media buku saku mengalami peningkatan nilai rata-rata tingkat pengetahuan sebesar 59,91.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang pengaruh pemberian buku saku ketidaknyamanan menopause terhadap tingkat pengetahuan wanita menopause di Dusun Sukoharjo tahun 2022, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah wanita menopause dengan karakteristik umur paling banyak 45-50 tahun sebanyak 18 responden ( 51,4% ), karakteristik berdasarkan pendidikan terakhir yaitu SMP sebesar 13 responden ( 37,1% ), dan karakteristik berdasarkan jenis pekerjaan yaitu IRT ( Ibu Rumah Tangga ) sebesar 25 responden ( 71,4 % ). .
2. Tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan media informasi berupa buku saku ketidaknyamanan menopause terdapat 3 responden ( 8,6 % ). Tingkat pengetahuan responden setelah diberikan media informasi berupa buku saku ketidaknyamanan menopause menjadi 5 responden ( 14,3 % ) sehingga terjadi kenaikan tingkat pengetahuan sebanyak 2 responden ( 5,7 % ).

3. Ada pengaruh pemberian buku saku tentang ketidaknyamanan menopause pada wanita terhadap tingkat pengetahuan wanita menopause dimana *p-value* sebesar 0.00 (*p-value* < 0.05).

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmadi, U.F. (2013). *Kesehatan Masyarakat Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Achmadi, Abidin Didik. 2015. Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Buku Saku Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dalam Pemilihan Jajanan Anak SD Muhammadiyah 16 Surakarta. Naskah Publikasi Program Studi DIII Gizi UNS. Surakarta
- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2021). Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin. URL : [https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view\\_data\\_pub/0000/api\\_pub/YW40a21pdTU1cnJxOGt6dm43ZEdoZz09/da\\_03/1](https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data_pub/0000/api_pub/YW40a21pdTU1cnJxOGt6dm43ZEdoZz09/da_03/1)
- Caesar DL, Dewi ER. (2018). Pengaruh media buku saku terhadap pengetahuan tentang sanitasi lingkungan pada kader kesehatan desa cranggung. *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama* ;6 (1). Doi:10.31596/jkm.v6i1.248
- Cahyono T.(2018). *Statistika Terapan dan Indikator Kesehatan*. Deepublish
- Ferina Y. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Ratu Agung Tahun 2021.
- Hidayat AA. (2014). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknis Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika



- Janiwarty, B., & Herri, Z. P. (2013). *Pendidikan Psikologi untuk Bidan Suatu Teori dan Terapannya*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Kumalasari I, Andhyantoro I. (2012). *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Lombogia M. (2014). Hubungan Perubahan Fisik Dengan Kecemasan Wanita Usia 40-50 tahun Dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Pampusungan Kecamatan Lembeh Selatan
- Luluk'ah, QF, Putri IRR, Sugiarto. (2020). Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Buku Saku Terhadap Pengetahuan Mitigasi Bencana Banjir di Dusun Paduresan Imogiri Bantul Yogyakarta
- Mulyani M, Siti. (2017). Menopause. p.13
- Naima Z. (2021). Penatalaksanaan Hot Flushes Pada Perimenopause di PMB Siti Azizah Wijaya, S. ST. Bd Sukolilo Barat
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Nurhasanah, AS. (2018). Pengaruh buku saku sadari terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap pada remaja di rw 24 desa bojong kulur. Repository.poltekkesjakarta
- Nursalam. (2013). *Manajemen Keperawatan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional Edisi 3*. Jakarta : Salemba Medika
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Cet.2. Jakarta : Salemba Medika
- Prayitno S. (2014). *Buku Lengkap Kesehatan Organ Reproduksi Wanita*. Yogyakarta : Saufa
- Putri, AFA. (2020). Pengaruh buku saku terhadap tingkat pengetahuan dan sikap ibu tentang perawatan tali pusat pada bayi baru lahir dikota palangka raya. Institutional Repository
- Putri, DR. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Menopause Pada Ibu- Ibu PKK Dukuh Menjing RT 03 Donohudan Ngemplak Boyolali
- Rahmawati, U. A., Heni H .P., Ari, W. (2014). *Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Ikterus Neonatorum di Wilayah Kerja Puskesmas Ngadirejo Kabupaten Temanggung*. STIKES Ngudi Waluyo. Semarang
- Sinurat L. 2018. Hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan kecemasan
- Syahroni ,M and Amiq, S, Nurrochmah F. (2016).“Pengembangan buku saku elektronik berbasis android tentang signal-signal wasit futsal untuk wasit futsal di kabupaten pasuruan,” *Pendidikan Jasmani*, vol. 26
- Wulansari, DA. 2021. Pengaruh Media Promosi Kesehatan Buku Saku Terhadap Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja di MAN 1 Kota Blitar.Jurnal Pendidikan Kesehatan. Volume 10 no 2
- Yuneta AEN, Hardiningsih H, Yunita FA, and Sulaeman ES. (2020). “Penyuluhan persiapan menghadapi menopause,” *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, vol. 8, no. 2, doi: 10.20961/placentum.v8i2.43379
- Yuliani F, Herlina L.(2015). Pengembangan Buku Saku Materi Pemanasan Global Untuk SMP. *Journal of Biology Educatio*

