

JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT DALAM KEPERAWATAN

PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG PREMENOPAUSE DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA WANITA PREMENOPAUSE DI RW 011 KELURAHAN JATIBENING

Elfira Sri Futriani¹, Asep Barkah², Isnaeni³

¹Prodi Keperawatan, STIKES Abdi Nusantara

RIWAYAT ARTIKEL

Diterima: 20 Des 2017

Disetujui: 22 Feb 2018

KONTAK PENULIS

Elfira Sri Futriani
Prodi Keperawatan,
STIKES Abdi Nusantara

ABSTRAK

Pendahuluan: Sebelum terjadinya menopause, seorang wanita akan mengalami masa premenopause yaitu mulai terjadi perubahan biologis, fisiologis dan gejala klinik lainnya sebagai awal permula dan menopause dan mencakup juga satu tahun atau dua belas bulan pertama setelah terjadinya menopause. Perubahan fisik akibat penurunan produksi estrogen dan progesteron yang menimbulkan berbagai gejala, baik yang berhubungan dengan organ reproduksi maupun organ tubuh lainnya. Perubahan yang terjadi pada masa menopause juga mempengaruhi keadaan psikologis seorang perempuan.

Metode: Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan peningkatan pengetahuan premenopause untuk mengurangi kecemasan.

Hasil: Hasil kegiatan penyuluhan didapatkan peningkatan pengetahuan terhadap premenopause untuk mengurangi kecemasan.

Kesimpulan: Implikasi dari hasil pengabdian kepada masyarakat ini adalah perlu dilakukannya penyuluhan terkait dengan pentingnya penyuluhan kepada perempuan premenopause

Kata Kunci: Pengetahuan, Penyuluhan, Premenopause dan kecemasan

1. PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan merupakan investasi dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Pembangunan kesehatan yang dilaksanakan secara berkesinambungan telah berhasil meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, antara lain meningkatnya umur harapan hidup di Indonesia dari 68,6 tahun pada tahun 2004 menjadi 70,5 tahun pada tahun 2007. Meningkatnya umur harapan hidup dapat meningkatkan populasi perempuan menopause di Indonesia. Jumlah penduduk perempuan berusia diatas 50 tahun dari tahun ke tahun mengalami peningkatan yang signifikan. Sensus penduduk tahun 2000 melaporkan jumlah perempuan berusia diatas 50 tahun mencapai 15,5 juta jiwa atau 7,6% dari total penduduk, sedangkan tahun 2020 jumlahnya diperkirakan meningkat menjadi 30 juta atau 11,5% dari total penduduk (Riskesdas, 2013). Badan Pusat Statistik (2011) melaporkan jumlah penduduk perempuan di Indonesia adalah 118 juta jiwa dengan jumlah penduduk perempuan pada kelompok umur 45-49 tahun adalah 7 juta jiwa, umur 50-54 sebanyak 5,7 juta jiwa.

Pertumbuhan dan perkembangan manusia merupakan hal yang berjalan terus dimulai dari bayi baru lahir, masa anak-anak, masa dewasa dan masa tua. Dalam pertumbuhannya sebagai seorang

perempuan, menopause merupakan hal yang secara alamiah akan dialami tiap perempuan dan merupakan tahap akhir proses biologi yang dialami perempuan berupa penurunan produksi hormon seks perempuan, yakni estrogen dan progesteron dari indung telur (Riskesdas, 2013).

Menopause merupakan berakhirnya masa reproduksi seorang perempuan dimana selama 12 bulan perempuan tersebut mengalami amenore, umumnya menopause terjadi pada usia antara 45 hingga 58 tahun (Shimp & Smith dalam Abernethy, 2011). Menurut Rostiana, menopause merupakan periode dimana seorang perempuan tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan akibat dari tidak efektifitasnya folikel sel telur dan dijumpai kadar FSH darah >40 Miu/ml dan kadar estradiol <30 pg/ml. Sebagian besar perempuan umumnya akan mengalami menopause usia antara 45-50 tahun dan merupakan peristiwa alami yang terjadi pada seorang perempuan (Riskesdas, 2013).

Studi pendahuluan yang telah dilakukan di RW 011 Kelurahan Jatibening pada 20 orang perempuan premenopause didapatkan sebanyak 10 orang perempuan premenopause tidak mengetahui tentang premenopause dan mengalami kecemasan dalam menghadapi premenopause serta timbulnya berbagai penyakit dan keluhan fisik lainnya. 6 orang perempuan

premenopause tidak mengetahui tentang premenopause dan timbulnya berbagai penyakit dan keluhan fisik lainnya, tetapi tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi premenopause. 4 orang lainnya mengetahui tentang premenopause dan menganggap premenopause tidak perlu dicemaskan karena premenopause merupakan proses yang pasti akan dialami oleh setiap perempuan. Studi fenomena yang dilakukan oleh penulis dibuktikan bahwa masih tingginya tingkat kecemasan dan rendahnya tingkat pengetahuan perempuan dalam menghadapi premenopause di RW 011 Kelurahan Jatibening.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan penyuluhan tentang dampak dari penyalahgunaan narkoba. Sasaran dalam program pengabdian ini adalah siswa kelas XI SMK Jaya Cimuning sejumlah 40 siswa.

Pelaksanaan penyuluhan ini dilakukan dengan dua topik yang masing-masing berdurasi 2x50 menit yang kemudian dilanjutkan dengan Tanya jawab. Topik dalam pengabdian masyarakat ini berupa:

- Proses tumbuh kembang usia remaja
- Health education pada remaja terkait dampak penyalahgunaan narkoba

Evaluasi dilakukan pada awal dan akhir penyuluhan dengan melakukan

pre dan post test pada hari yang sama dengan kuesioner tentang pengetahuan dampak penyalahgunaan narkoba.

3. HASIL

Peserta penyuluhan ini dilakukan kepada perempuan premenopause rata-rata mengalami kecemasan (65.0%) (Table 1)

Tabel 1. Data Demografi perempuan premenopause

Tingkat Kecemasan	Pre-test		Post-test	
	n	%	N	%
Cemas	26	65.0	12	25.0
Tidak cemas	14	35.0	28	75.0

Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan perempuan premenopause

Tingkat Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	n	%	N	%
Pengetahuan baik	12	30.0	30	75.0
Pengetahuan kurang	28	70.0	12	25.0

Hasil kegiatan penyuluhan dengan keluarga pasien yang mengalami skizofrenia didapatkan adalah sebelum dilakukan penyuluhan, tingkat pengetahuan peserta penyuluhan tentang premenopause (70.0%) dan setelah diberikan penyuluhan, tingkat pengetahuan meningkat menjadi 75.0%.

4. PEMBAHASAN

Hasil penyuluhan kepada perempuan premenopause didapatkan pengetahuan baik meningkat karena dilakukannya penyuluhan tentang fase premenopause, sehingga kecemasan dapat berkurang.

Berdasarkan teori Notoadmodjo (2007), pengetahuan berhubungan

dengan pendidikan formal yang didapat oleh seseorang, dimana semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin luas pengetahuannya dan pemahamannya tentang informasi juga lebih baik. Menurut Meliono (2007), pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pendidikan, media dan keterpaparan informasi.

Hasil penyuluhan ini menunjukkan hasil positif, dimana peningkatan pengetahuan pada perempuan premenopause meningkat.

KESIMPULAN

Penyuluhan tentang peningkatan pengetahuan tentang premenopause untuk mengurangi kecemasan pada perempuan dan dapat meningkatkan kualitas hidup.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Abernethy. (2012). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta.
- Baziad. A. (2012). Endokrinologi Genokologi Media Aesculapius. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Jakarta
- Bziad. A. (2012). Menopause dan Andropause. Yayasan Bina Pusaka. Jakarta.
- Glasier, A dan Gebbie, A. (2012). Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi. Jakarta : ECG.
- Hawari, Dadang. (2013). Manajemen Stres, Cemas dan Depresi. Balai Penerbit FKUI. Jakarta.
- Notoadmodjo, Soekidjo. (2012). Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Renika Cipta. Jakarta
- Notoadmodjo, Soekidjo. (2012). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta.
- Nurusalam. (2011). Manajemen Keperawatan: Aplikasi Dalam Prakti Keprawatan Profesional Edisi 3. Salemba Medika. Jakarta.
- Potter & Perry. (2011). Fundamental Keperawatan Edisi. 4. Jakarta : ECG.
- Stuart, G. W. (2012). Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5. Jakarta : EGC.