



Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 24%

Date: Monday, October 28, 2019

Statistics: 509 words Plagiarized / 2094 Total words

Remarks: Medium Plagiarism Detected - Your Document needs Selective Improvement.

PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG KELUHAN-KELUHAN MASA MENOPAUSE DAN CARA MENGATASINYA DI DESA DAWAN KALER KABUPATEN KLUNGKUNG Ni Wayan

Armini Gusti Ayu Marhaeni Ni Nyoman Sumiasih

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Denpasar, Jl Raya Puputan 11a Renon Email:

ami_sai_ram@yahoo.com Latar belakang: Menjadi tua merupakan proses yang alami, umum dan irreversibel, yang dapat menimbulkan keluhan-keluhan.

Saat menopause terjadi kemunduran fungsi organ-organ tubuh, salah satunya adalah organ reproduksi wanita, yaitu ovarium. Hal ini menyebabkan terjadinya gangguan fisik, psikologis dan sosial yang dapat mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat. Data Perkumpulan Menopause Indonesia menemukan wanita yang menopause di Indonesia pada tahun 2000 ada 14,3 juta, pada tahun 2020 terdapat 35 juta wanita menopause, karena umur harapan hidup meningkat. Dalam upaya untuk meningkatkan kualitas hidup generasi usia lanjut perlu dilaksanakan penyuluhan kesehatan kepada ibu-ibu.

Penyuluhan dilaksanakan untuk mengetahui pemahaman ibu PKK mengenai tanda gejala menopause, keluhan dan cara mengatasinya, mengidentifikasi sikap Ibu PKK terhadap menopause. Metode: komunikasi massal, pretest dan post test. Hasil: Hasil yang ditemukan pada variabel pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan 14,5 % baik dan 73,5 % cukup dan 12% kurang, sedangkan setelah penyuluhan 98,8% berpengetahuan baik dan 1,2% berpengetahuan cukup.

Pada variabel sikap sebelum konseling 62,7 % bersikap positif dan 37,3 % bersikap negatif, setelah penyuluhan semua responden (100%) bersikap positif.. Saran : agar puskesmas dan pemberi layanan kesehatan meneruskan pemberian penyuluhan tentang menopause kepada masyarakat. Kata kunci: penyuluhan, keluhan, menopause, cara

mengatasi Abstract: Growing old is a natural process, a common and irreversible, which may give rise to complaints.

When menopause occurs setback function of organs, one of which is the female reproductive organs, namely the ovaries. This leads to physical disorders, psychological and social that can affect the health of the community. Data Menopause Society of Indonesia found that postmenopausal women in Indonesia in 2000 there were 14, 3 million, in 2020 there were 35 million menopausal women, as life expectancy increases. In an effort to improve the quality of life of the elderly generation should be carried out health education to the women.

Health education conducted to determine women who member of PKK understanding of the signs of menopause symptoms, complaints and how to overcome them, identifying women who member of PKK attitude toward menopause. Methods: mass communication, pretest and post test. Results: The results found before health education was good knowledgeable 14.5% , enough knowledgeable 73.5% and less knowledgeable 12%, while after health education found good knowledgeable 98.8% and 1.2% of enough knowledgeable.

At the attitudinal variables before health education 62.7% positive and 37.3% negative attitude, after the elucidation of all respondents (100%) positive attitude. Suggestion: that health centers and health care providers to continue the provision of health education about menopause to the society. Keywords: counseling, complaints, menopause, how to cope PENDAHULUAN Menjadi tua adalah suatu proses yang merupakan bagian dari kehidupan seseorang, dan sudah terjadi sejak konsepsi dalam kandungan yang berlangsung terus sepanjang kehidupan.

Usia lanjut mengandung pengertian adanya perubahan yang progresif pada organisme yang telah mencapai kemasakan, perubahan ini bersifat umum dan irreversible (tidak dapat kembali). Resiko dari perkembangan manusia sehingga menjadi tua adalah seperti krisis identitas pada remaja, menstruasi, pensiun dan menopause pada wanita (Madjid, 2010).

Menopause merupakan suatu gejala dalam kehidupan wanita yang ditandai dengan berhentinya siklus menstruasi. Seorang wanita dikatakan mengalami menopause bila siklus menstruasinya telah berhenti selama \pm 12 bulan. Berhentinya haid tersebut akan membawa dampak pada konsekuensi kesehatan baik fisik maupun psikis (Sinclair, 2009).

Sejalan dengan proses ketuaan yang pasti dialami setiap orang, terjadi pula kemunduran fungsi organ-organ tubuh termasuk salah satu organ reproduksi wanita,

yaitu ovarium. Terganggunya fungsi ovarium menyebabkan berkurangnya produksi hormon estrogen, dan ini akan menimbulkan beberapa penurunan atau gangguan pada aspek fisik-biologis – seksual.

Pada sebagian wanita, munculnya gejala atau gangguan fisik sebagai akibat dari berhentinya produksi hormon estrogen, juga akan berpengaruh pada kondisi psikologis, dan sosialnya (Noor, 2001). Berdasarkan kajian empiris yang telah dilakukan bahwa masalah menopause di negara maju sudah berkembang menjadi lebih kompleks. Hal ini menuntut adanya pembahasan tentang menopause. Hal ini tidak menutup kemungkinan di Indonesia akan terjadi hal yang sama.

Menurut PERMI, wanita yang menopause di Indonesia pada tahun 2000 ada 14,3 juta, pada tahun 2020 terdapat 35 juta wanita menopause, karena umur harapan hidup meningkat (Madjid, 2010). Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk memberi pemahaman kepada para menopause adalah dengan memberikan penyuluhan kesehatan tentang keluhan-keluhan masa menopause dan cara mengatasinya di Desa Dawan. Desa ini mempunyai PKK yang selama ini sangat aktif mengadakan kegiatan, misalnya arisan, tirtayatra, kesenian, dan sebagainya.

Namun penyuluhan kesehatan tentang keluhan-keluhan menopause dan cara mengatasinya belum ada. Kegiatan penyuluhan kesehatan ini merupakan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan oleh sekelompok Dosen dari Jurusan Kebidanan Politeknik Kemenkes Denpasar, yang mengacu kepada Perjanjian Kerjasama di bidang Tri Dharma Perguruan Tinggi (Pendidikan dan Pembelajaran, Penelitian, dan Pengabdian Kepada Masyarakat), antara Politeknik Kemenkes Denpasar dengan Desa Dawan .

PELAKSANAAN KEGIATAN Penyuluhan kesehatan tentang keluhan-keluhan masa menopause dan cara mengatasinya dilakukan pada saat krama PKK berkumpul untuk melaksanakan arisan bulanan. Kelompok sasaran merupakan para ibu-ibu PKK di Desa Dawan Kaler. Besar sasaran ibu PKK ini yaitu kurang lebih 120 orang. Namun, yang diberikan kuesioner sebanyak 83 orang, karena yang lainnya tidak bisa baca dan tulis.

Metode yang akan digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah komunikasi massal dengan metode ceramah, tanya jawab, dan diskusi. Sebelum pelaksanaan penyuluhan diadakan pretest dan pasca penyuluhan diberikan post test. Penyuluhan dilaksanakan di Balai Desa Dawan sebanyak dua kali pertemuan selama 2 jam dengan menggunakan beberapa media yang dilakukan pada bulan April dan Juli 2015.

Setelah diberikan penyuluhan juga dibagikan multivitamin yang bertujuan untuk

meningkatkan kesehatan ibu-ibu PKK. Evaluasi dilaksanakan setelah penyuluhan. Kriteria Penilaiannya adalah pengetahuan termasuk kategori baik jika semua pertanyaan dijawab benar dan kategori kurang jika masih ada pertanyaan yang dijawab salah. HASIL DAN PEMBAHASAN Hasil Kondisi Lokasi Penelitian Desa Dawan Kaler termasuk satu dari 12 Desa di Kecamatan Dawan dan terletak di sebelah timur Kota Semarang yang berjarak 10 Km.

Desa Dawan Kaler terdiri dari : 4 Dusun yaitu Dusun dan 4 Banjar Adat dari utara keselatan : Dusun Kayehan, Dusun Pasekan, Dusun Metulis, Dusun Sengguan. Adapun Banjar Adat Yang ada antara lain : Banjar Adat Kayehan, Banjar Adat Pasekan, Banjar Adat Kayehan, Banjar Adat Pasekan. Disamping jarak tempuh yang cukup dekat, juga ketersediaan sarana angkutan umum yang melalui wilayah Desa Dawan Kaler serta kebanyakan penduduk telah memiliki sarana kendaraan roda dua serta ditunjang dengan sarana jalan dengan keadaan bagus. Hal ini tentunya sangat mendukung perkembangan perekonomian Desa Dawan Kaler. Wilayah Desa Dawan Kaler termasuk dataran rendah, yang sebagian besar terdiri dari tanah perkebunan dengan kesuburan tanah cukup tinggi, sehingga hasil perkebunan sangat mendukung kesejahteraan masyarakat. Desa Dawan Kaler pada tahun 2014 memiliki jumlah penduduk sebanyak 2.855 jiwa dengan rincian dengan rincian jumlah penduduk laki-laki sebanyak 1.449 jiwa, dan perempuan 1.406 jiwa, dengan jumlah Kepala Keluarga sebanyak 668 KK.

KARAKTERISTIK RESPONDEN Dari tabel 1 tampak bahwa umur terbanyak adalah >35 tahun (74.7%), pendidikan dasar (49.4%), pekerjaan sebagai IRT (56.6%). Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Pengabdian Masyarakat Karakteristik _f_% _1. Umur < 20 tahun 20-35 tahun > 35 tahun _ 4 17 62 _ 4.8 20.5 74.7 _2. Pendidikan Dasar Menengah Tinggi _ 41 35 7 _ 49.4 42.2 8.4 _3. Pekerjaan Tidak bekerja/IRT Wiraswasta Karyawan swasta PNS _ 47 15 15 6 _ 56.6 18.1 18.1 7.2

_ Pemahaman Ibu-Ibu PKK tentang keluhan-keluhan menopause dan cara mengatasinya Pada tabel 2 diatas terlihat bahwa pada responden yang berpengetahuan baik sebelum penyuluhan 14.5% , berpengetahuan cukup 73,5% dan berpengetahuan kurang 12%. Setelah penyuluhan responden yang berpengetahuan baik 98,2% dan cukup 1.2%. Tabel 2. Distribusi Pemahaman Ibu-ibu PKK tentang keluhan-keluhan menopause dan cara mengatasinya Pengetahuan _Hasil __ _Pre _Post __ _f_% _f_% _ Baik _12 _14.5

_82 _98.8 __ Cukup _61 _73,5 _1 _1.2 __ Kurang _10 _12 __ _ Sikap Ibu-Ibu PKK tentang keluhan-keluhan menopause dan cara mengatasinya Pada tabel 3 terlihat bahwa sebelum penyuluhan responden yang mempunyai sikap positif 62.7% dan responden dengan sikap negatif 37.3%. Setelah penyuluhan responden dengan sikap positif 100%.

Tabel 3.

Distribusi Sikap Ibu-Ibu PKK tentang keluhan-keluhan **menopause dan cara mengatasinya** Sikap_Hasil __Pre_Post __f_%_f_% __Positif_52_62.7_83_100 __Negative_31_37.3 __ Pembahasan Pemahaman Ibu -Ibu PKK tentang keluhan-keluhan **menopause dan cara mengatasinya** Berdasarkan hasil pengamatan mengenai pengetahuan **responden yang berpengetahuan baik** sebelum penyuluhan 14.5% , berpengetahuan cukup 73,5% dan berpengetahuan kurang 12%.

Setelah penyuluhan **responden yang berpengetahuan baik** 98,2% dan cukup 1.2%. Keadaan **ini menunjukkan adanya peningkatan** pengetahuan dilihat dari nilai pretest dan posttest. Berdasarkan hasil pengamatan tentang karakteristik responden **bahwa sebagian besar responden** berada rentang usia ini termasuk masa dewasa madya merupakan rentang usia dengan perkembangan yang optimal, dimana dalam usi tersebut seseorang mengambil tanggung jawab sosial yang lebih besar (Hurlock,B, 1994).

Seseorang dewasa madya akan lebih memperhatikan penjelasan atau informasi yang menyangkut kesehatan dirinya. **Dalam kegiatan pendidikan, bagi Indonesia, diperlukan pengetahuan tentang psikologi orang dewasa (khususnya setengah baya) terutama dalam usaha mendidik warga dewasa dipedesaan yang sebagian besar agaknya adalah orang-orang dalam masa setengah baya (dewasa madya).**

Orang-orang setengah baya memperoleh tanggungjawab **untuk mengembangkan kegiatan-kegiatan pengisi waktu luang yang bersifat " family-oriented."** Family-oriented tadi melebihi keadaan selama tahun-tahun permulaan masa dewasa. Perubahan minat yang ada pada masa usia madya, terjadi sebagai akibat dari perubahan tugas, tanggung jawab, kesehatan, dan peran dalam hidup.

Konsentrasi pria pada bidang pengembangan **kerja pada umumnya memainkan peran penting dalam menekan keinginan mereka dibanding pada masa relative yang masih muda.** Orang yang berusia madya sering kali mengasumsikan tanggung jawab warga negara dan social, serta mengembangkan minat pada kedewasaan, pada tempat-tempat kegiatan yang berorientasi pada keluarga yang biasa dilakukan pada masa dewasa dini (Wulansari,D, dkk, 2012) Pendidikan ibu sebagian besar adalah pendidikan dasar yang memungkinkan ibu mampu menerima informasi mengenai keluhan-keluhan **menopause dan cara mengatasinya** secara baik.

Disamping hal tersebut, materi ini memang merupakan materi yang dibutuhkan oleh masyarakat sehingga responden menyimak dengan baik penjelasan dari tim pengabdian,

sehingga pengetahuan responden meningkat. Sebagian besar responden mengatakan bekerja sebagai IRT. Jenis pekerjaan juga berpengaruh terhadap pengetahuan responden. Sikap Ibu-ibu PKK tentang keluhan-keluhan menopause dan cara mengatasinya Berdasarkan hasil pengamatan mengenai sikap bahwa sebelum konseling responden yang mempunyai sikap positif 62.7% dan responden dengan sikap negatif 37.3%. Setelah penyuluhan responden dengan sikap positif 100%.Keadaan ini menunjukkan adanya perubahan sikap kearah positif dilihat dari nilai pretest dan posttest.

Adanya perubahan sikap responden kearah yang positif karena diberikan penyuluhan tentang keluhan-keluhan menopause dan cara mengatasinya. Dengan meningkatnya pengetahuan maka dapat merubah sikap responden. Di samping itu ditunjang oleh karakteristik responden yang mempunyai pengaruh positif terhadap penyerapan informasi secara optimal.

Menurut Wawan dan Dewi (2010) terdapat 6 faktor yang mempengaruhi sikap. Faktor tersebut antara lain pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, dan pengaruh kebudayaan. Selain itu, faktor lembaga pendidikan dan lembaga agama, media masa, dan faktor emosional juga mempengaruhi sikap.

Pengalaman pribadi merupakan salah satu bagian utama yang mempengaruhi sikap karena sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut melibatkan faktor emosional. Pada situasi yang melibatkan emosi, seseorang akan lebih menghayati pengalaman yang telah dilalui. Orang lain juga mempengaruhi sikap seseorang. Individu akan bersikap menurut pada orang lain yang dianggap penting atau searah dengan sikap orang-orang yang dianggapnya penting.

Kecenderungan ini antara lain dimotivasi oleh keinginan untuk menghindari konflik dengan orang yang dianggap penting tersebut. Individu akan bersikap seperti orang yang dianggap penting, sehingga orang lain mempengaruhi sikap seseorang. Pendapat peneliti sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Wawan dan Dewi (2010) bahwa sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut terjadi dalam situasi yang melibatkan faktor emosional. Sikap dipengaruhi juga oleh sikap orang yang dianggap penting.

Orang yang dianggap penting adalah orang yang diharapkan persetujuannya bagi setiap gerak tingkah laku dan opini kini, orang yang tidak dikecewakan, dan yang berarti khusus. Sesuai dengan pendapat E.B. Hurlock dalam bukunya " Development Psychology" (1968), kurangnya pengetahuan tentang usia setengah baya dan kurangnya persiapan untuk menghadapi masa itu merupakan sebagian penyebab

adanya rasa takut terhadap usia itu. KESIMPULAN Responden yang berpengetahuan baik sebelum penyuluhan 14.5% , berpengetahuan cukup 73,5% dan berpengetahuan kurang 12%. Setelah penyuluhan responden yang berpengetahuan baik 98,2% dan cukup 1.2%.

Sebelum penyuluhan responden yang mempunyai sikap positif 62.7% dan responden dengan sikap negatif 37.3%. Setelah penyuluhan responden dengan sikap positif 100%.
DAFTAR PUSTAKA Hurlock, Elizabeth, 1994, Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan dalam Suatu Rentang Kehidupan. (Jakarta: Erlangga,1994). Hal. 325-374. Madjid, T.H. 2010.Pola Hidup Menopause.Bandung:UNPAD. Noor SR. 2001, Tetap bergairah memasuki usia menopause.[Online document].2001.[diunduh : 13 Januari 2010].Tersedia dari : [http:// Sofia-psy.staff.ugm.ac.id/files/menopause.doc.24](http://Sofia-psy.staff.ugm.ac.id/files/menopause.doc.24) Sinclair, C. 2009. Buku Saku Kebidanan. Jakarta: EGC.

Wulansari, D, Saragih N, Syahfitri,R, 2012, Karakteristik, tugas perkembangan usia madya, makalah [dunduh 25 Agustus 2015]. Tersedia di:
<http://perkembangandantugasusiamadya.blogspot.com/2012/10/v-behaviorurldefaultvml.html>.

INTERNET SOURCES:

1% - <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/view/year/NULL.html>
<1% - <https://berbagimakalah07.blogspot.com/2016/01/makalah-psikologi-perkembangan-ke-matian.html>
5% - <https://bidanjasmine.blogspot.com/2011/02/cara-mengatasi-gangguan-psikologi-pada.html>
<1% - <https://arindracase.blogspot.com/2014/10/laporan-pendahuluan-keluarga-dengan.html>
<1% - <https://www.lecturio.com/magazine/female-reproductive-organs/>
<1% - <https://www.eea.europa.eu/soer/synthesis/synthesis/chapter5.xhtml>
<1% - https://www.researchgate.net/publication/334817473_Self-regulation_model_applied_to_menopause_a_mixed-methods_study
<1% - https://phpartners.org/ph_public/hpro
1% - <https://biologigonz.blogspot.com/2009/12/menopause.html>
1% - <https://bascometro.blogspot.com/2011/11/gambaran-pengetahuan-ibu-tentang.html>
<1% - <http://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/SAINTEKS/article/download/1501/1340>

<1% -

<https://www.ristekdikti.go.id/info-ipitek-dikti/kerja-sama-sttn-aau-dukung-tri-dharma-pengurusan-tinggi/>

<1% -

<http://staffnew.uny.ac.id/upload/197303182008122001/pengabdian/laporan-ppm-pembudayaan-masyarakat-dalam-penerapan-sim-pkk-berbasis-komunitas-di-kecamatan-imogiri-.pdf>

<1% -

https://www.academia.edu/37737715/STRATEGI_PEMASARAN_DESA_WISATA_PAKSEBALI_MENJUJU_SMART_VILLAGE_DESTINATION_SEBAGAI_IKON_PARIWISATA_DI_KABUPATEN_KLUNGKUNG-BALI

1% - <https://brainly.co.id/tugas/24303522>

<1% - <http://bappeda.jogjapro.go.id/download/download/108>

<1% - <https://id.scribd.com/doc/306815816/Hospital-Majapahit-Vol-3-No-2>

<1% -

<http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=605352&val=8421&title=Gambaran%20Pengetahuan%20Ibu%20Tentang%20Diare%20Pada%20Anak%20Usia%20Balita%20Di%20Kelurahan%20Padasuka>

<1% - <http://lib.unnes.ac.id/28058/1/5302411200.pdf>

<1% - <http://jurnal.ipb.ac.id/index.php/jcs/article/downloadSuppFile/12965/716>

5% - <https://perkembangandantugasusiamadya.blogspot.com/>

1% -

<https://makalahiainibpadang.blogspot.com/2016/10/tugas-tugas-perkembangan-pada-usia.html>

1% -

<https://perkembangandantugasusiamadya.blogspot.com/2012/10/v-behaviorurldefaultvml.html>

<1% - <http://ejurnal.its.ac.id/index.php/teknik/article/download/7248/1895>

<1% - <https://www.slideshare.net/azizthaba/keefektifan-teknik-story-telling-dalam>

2% -

<http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/121/jtptunimus-gdl-kikaaldela-6006-2-babii.pdf>

1% -

https://repository.ipb.ac.id/jspui/bitstream/123456789/54356/7/I12ama_BAB%20II%20Tinjauan%20Pustaka.pdf

<1% - <https://i-purnama.blogspot.com/2015/11/makalah-psikologi-tentang-sikap.html>

<1% - <http://digilib.unila.ac.id/12734/14/BAB%202.pdf>

1% -

<https://hanadwiutami.wordpress.com/2014/01/16/mempengaruhi-sikap-dan-perilaku/>

<1% -

<http://jurnal-reksa.act.uad.ac.id/wp-content/uploads/2017/04/Volume-4-No-1-Didik.pdf>

<1% -

<https://andikadwilaksono182.blogspot.com/2013/03/hubungan-antara-pengetahuan-masyarakat.html>

1% - <http://digilib.unila.ac.id/4607/15/BAB%20II.pdf>

1% -

https://git-gityudhistira.blogspot.com/2012/02/psikologi-definisi-sikap-dan_23.html

<1% - https://mantri-suster.blogspot.com/2010_02_14_archive.html