

**Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku  
Pegawai Universitas Muhammadiyah Magelang dalam Menghadapi Menopause  
Heny Setyowati Esti Rahayu, Kartika Wijayanti, Rohmayanti**

**Abstrak**

Latar Belakang. Masa menopause bagi sebagian perempuan merupakan hal yang menakutkan karena fungsi untuk menghasilkan keturunan terhenti dan terjadi banyak perubahan baik fisik maupun emosi. Dari survey pendahuluan terhadap pegawai UMM bahwa 33% 20% memiliki sikap negatif terhadap menopause dan 60% belum melakukan tindakan-tindakan untuk mempersiapkan menopause. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis ada tidaknya hubungan antara sikap dan perilaku pegawai terhadap kesiapan dalam menghadapi menopause pada pegawai Universitas Muhammadiyah Magelang. Metode Penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah pegawai wanita di Universitas Muhammadiyah Magelang sebanyak 100 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara sikap menghadapi menopause dengan p value 0.001. Terdapat hubungan antara perilaku terhadap menopause dengan kesiapan menghadapi menopause dengan p value 0.02. Dapat disimpulkan bahwa sikap dan perilaku yang positif terhadap menopause akan berdampak pada kesiapan wanita dalam menghadapi menopause dengan segala permasalahannya. Oleh karena itu, disarankan agar dilakukan peningkatan dalam mendapatkan informasi dari pihak institusi dengan cara diskusi-diskusi yang dapat dilakukan pada saat kegiatan rutin serta pemanfaatan fasilitas kesehatan untuk sarana konsultasi masalah kesehatan wanita, termasuk diantaranya mengenai menopause.

**Kata Kunci:** *pengetahuan, sikap, perilaku, menopause*

**PENDAHULUAN**

**A. Latar Belakang Masalah**

Rata-rata usia menopause wanita Emirat Arab adalah  $48.4 \pm 3.3$ . Pada wanita Shiraz  $47.8 \pm 3.78$  dan  $46.7 \pm 5.44$  pada wanita Alexandria (Hidayet, *et al.* 1997; Kazerooni, *et al.* 2000; Bener, *et al.* 2000). Sedangkan pada wanita Indonesia rata-rata usia menopause adalah 49 (Krisnadi, 2005). Namun perkembangan akhir-akhir ini menopause tidak hanya terjadi pada

wanita lima puluh tahun tetapi wanita berusia 35 tahun juga bisa mengalami menopause atau dikenal dengan istilah menopause dini (Depkes, 2005).

Gejala-gejala menopause antara lain adalah *hot flushes* yakni rasa panas yang sering menyerang tiba-tiba pada daerah dada sampai ke muka, berkeringat, sulit tidur, perasaan cemas berlebihan, depresi, mudah tersinggung, sakit kepala, berdebar-debar dan lainnya yang sebenarnya dapat diatasi dengan baik dengan

meningkatkan pengetahuan, konseling, support keluarga atau pemberian obat-obatan (Krisnadi, 2005).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keluhan-keluhan menopause terutama adalah kesiapan diri kita untuk menerimanya sebagai tahapan kehidupan. Bahkan untuk sebagian wanita menopause merupakan karunia karena tidak ada lagi hambatan untuk beribadah. Faktor lain adalah keturunan, pola hidup dan pemakaian obat-obatan. Bila ibu dari wanita tersebut melalui masa menopausenya dengan baik, biasanya anaknya pun demikian.

Demikian pula bila ibu dari wanita tersebut mengalami menopause dini (di bawah usia 40 tahun), kemungkinan anaknya pun dapat mengalami hal yang sama. Wanita yang banyak mengkonsumsi makanan dari kacang-kacangan terutama kedelai (misalnya tempe, tahu, susu kedelai) sering tidak mengalami gejala-gejala menopause yang mengganggu. Wanita yang mengkonsumsi obat-obatan seperti kortikosteroid dalam jangka waktu lama meningkatkan kejadian keropos tulang. Sedangkan wanita yang mengkonsumsi vitamin dapat mengurangi cepatnya keriput kulit, penyakit jantung, kekeringan vagina, tulang keropos dan gejala menopause lainnya (Krisnadi, 2005)

Dari hasil wawancara dapat kita ketahui bahwa pengetahuan tentang menopause masih sangat kurang terbukti dengan ungkapan menopause dianggap sebagai suatu hal yang sangat menyakitkan. Pada hal menopause merupakan proses

fisiologis yang harus dijalani oleh seorang wanita (Reeder, 1997). Apabila pengetahuan tentang menopause kurang maka bisa mempengaruhi kesiapan dan perilaku seorang wanita dalam menghadapi menopause (Krisnadi, 2005).

Supriyadi (1993) mendefinisikan pengetahuan sebagai sekumpulan informasi yang dipahami, yang diperoleh dari proses belajar selama hidup dan dapat dipergunakan sewaktu-waktu sebagai alat penyesuaian diri, baik terhadap diri sendiri maupun lingkungannya. Pengetahuan individu terhadap sesuatu dapat berubah dan berkembang sesuai dengan kemampuan, kebutuhan, pengalaman dan tinggi rendahnya mobilitas materi informasi tentang sesuatu tersebut di lingkungannya, termasuk pengetahuan wanita tentang menopause.

Menurut Simon *et al.* (1995), pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Berdasarkan pengalaman dan penelitian ternyata tindakan yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada tindakan yang tidak didasari pengetahuan.

Sikap merupakan kecenderungan untuk merespon (positif atau negatif) terhadap organisme, objek atau situasi tertentu (Sarwono, 1993). Sikap merupakan respon evaluatif berdasarkan pada proses evaluasi diri, yang disimpulkan berupa penilaian positif atau negatif yang kemudian mengkristal sebagai potensi reaksi terhadap objek (Zimbardo & Leippe,

1991). Selanjutnya Mar'at (1984) mengatakan manusia tidak dilahirkan dengan sikap pandangan atau perasaan tertentu, tetapi sikap tadi dibentuk sepanjang perkembangannya. Adanya sikap akan menyebabkan manusia bertindak secara khas terhadap objek-objeknya. Termasuk sikap wanita terhadap menopause juga akan mempengaruhi perilaku dalam mempersiapkan menopause.

Sikap dan perilaku ibu mempersiapkan menopause terlihat dari hasil survei pendahuluan terhadap 20 orang pegawai di Universitas Muhammadiyah Magelang pada bulan November 2011 menunjukkan bahwa 20% memiliki pengetahuan yang rendah mengenai menopause, 15% memiliki sikap negatif terhadap menopause dan 65% belum melakukan tindakan-tindakan untuk mempersiapkan menopause.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti ingin meneliti lebih mendalam apakah ada hubungan antara sikap dan perilaku pegawai Universitas Muhammadiyah Magelang mengenai menopause hubungannya kesiapan dalam mempersiapkan menopause.

### **TUJUAN PENELITIAN**

Untuk mengetahui pengetahuan dan sikap tentang menopause hubungannya dengan perilaku dalam menghadapi menopause pada pegawai di Universitas Muhammadiyah Magelang.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini termasuk jenis penelitian observasional dengan

rancangan *Cross Sectional*. Seluruh variabel baik variabel bebas maupun variabel terikat diukur pada waktu bersamaan. Pegawai Universitas Muhammadiyah Magelang dianjurkan mengisi kuesioner tentang pengetahuan dan sikap mengenai menopause dan perilaku mempersiapkan menopause.

Subjek Penelitian. Populasi penelitian ini adalah semua pegawai wanita di Universitas Muhammadiyah Magelang baik dosen maupun karyawan administrasi dengan kriteria inklusi pegawai wanita yang bersedia ikut dalam penelitian dengan bukti persetujuan (*informed consent*) dan belum mengalami menopause. Sedangkan kriteria eksklusi adalah pegawai wanita yang telah mengalami pengangkatan indung telur. Besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh dosen dan karyawan wanita di Universitas Muhammadiyah Magelang sejumlah 100 orang dengan teknik total sampling.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap pegawai mengenai menopause. Variabel terikatnya adalah perilaku pegawai wanita dalam mempersiapkan menopause. Sedangkan variabel kontrolnya adalah tingkat pendidikan dan pendapatan keluarga.

Analisis Univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dengan distribusi frekuensi. Karakteristik responden terdiri dari pendidikan, pendapatan, pengetahuan dan sikap tentang menopause serta perilaku dalam menghadapi

menopause. Karena data berdistribusi normal maka ukuran sentral yang dipakai adalah nilai mean. Analisis bivariat digunakan dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan. Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan perilaku dalam menghadapi menopause digunakan uji statistik Pearson. Demikian juga untuk mengetahui hubungan antara sikap dan perilaku dalam menghadapi menopause digunakan uji statistik Pearson.

## HASIL

### Analisa Univariat

Rata-rata usia responden adalah 35,9 tahun, pendidikan responden sebagian besar (88%) berpendidikan tinggi yaitu lebih dari SMA. Pengetahuan responden tentang menopause adalah 19,22, yang artinya memiliki pengetahuan rendah terhadap menopause. Sikap responden terhadap menopause adalah 21 yang artinya sebagian besar memiliki sikap negatif terhadap menopause. Sedangkan perilaku responden dalam menghadapi menopause adalah 14,92 artinya sebagian besar responden belum mempersiapkan menopause.

#### 1. Analisis Bivariate

Sebelum dilakukan analisis bivariate untuk mengetahui hubungan satu variabel dengan variabel yang lain, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data untuk data pengetahuan responden tentang menopause. Sikap responden terhadap menopause dan perilaku responden

dalam menghadapi menopause. Karena jumlah responden ada 50 orang, maka uji normalitas yang dilakukan menggunakan uji Saphiro Wilk. Berdasarkan hasil tes normalitas data, maka didapatkan bahwa pengetahuan responden tentang menopause, sikap terhadap menopause dan perilaku menghadapi menopause memiliki berhubungan nilai signifikansi lebih dari 0,05 artinya H0 gagal ditolak, berarti data berdistribusi normal. Karena data memiliki skala numerik dan berdistribusi normal, maka untuk menguji korelasi atau hubungan antara variabel bebas yaitu pengetahuan dan sikap terhadap menopause dengan variabel terikat yaitu perilaku menghadapi menopause, maka digunakan uji statistik korelasi Pearson.

Tabel 1. Analisis Bivariat

	Sikap Responden Tentang Menopause	Perilaku Responden Terhadap Menopause	Kesiapan Responden dalam Menghadapi Menopause
Sikap Responden Tentang Menopause	Pearson Correlation Sig (2-tailed) N	1 50	-.072 .617 50
Perilaku Responden Terhadap Menopause	Pearson Correlation Sig (2-tailed) N	-.072 .617 50	1 50
Kesiapan Responden dalam Menghadapi Menopause	Pearson Correlation Sig (2-tailed) N	.431** .002 50	-.293* .039 50

Dari tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan tentang menopause dengan perilaku mempersiapkan

menopause dengan p value 0.002 dan kekuatan korelasi sebesar 0.431. Terdapat hubungan antara sikap terhadap menopause dengan perilaku mempersiapkan menopause dengan p value 0.039 dan kekuatan korelasi sebesar -0,293.

## PEMBAHASAN

Dari hasil analisa bivariate didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan tentang menopause dengan perilaku menghadapi menopause. Hal ini sesuai dengan pendapat Roger (1974) sitasi dari Katz dan Nare (2002), proses adopsi perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Sebelum orang mengadopsi perilaku baru di dalam dirinya, terjadi proses yang berurutan yaitu: *awareness* (kesadaran), yakni orang tersebut menyadari atau mengetahui stimulus (objek) terlebih dahulu. *Interest*, yakni orang mulai tertarik pada stimulus. *Evaluation*, menimbang baik atau tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya. *Trial*, orang telah mulai mencoba perilaku baru. *Adoption*, subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran dan sikapnya terhadap stimulus. Apabila penerimaan perilaku baru atau adopsi perilaku melalui proses seperti ini didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*long lasting*).

Sebaliknya apabila perilaku tersebut tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran maka tidak akan

berlangsung lama. Sebelum seseorang mengadopsi perilaku baru harus tahu terlebih dahulu apa arti atau manfaat perilaku tersebut bagi dirinya. Wanita akan melakukan tindakan-tindakan dalam menghadapi menopause apabila wanita tahu apa tujuan dan manfaat bagi dirinya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Rahmayanti, E (2005) bahwa tingkat pengetahuan dan sikap ibu tentang klimakterium akan mempengaruhi tindakan preventif wanita menjelang menopause. Penyuluhan seputar klimakterium dan diskusi-diskusi tentang menopause yang dipandu oleh petugas kesehatan akan sangat baik jika dilakukan. Demikian pula hasil penelitian yang dilakukan oleh Halimah (2006) bahwa pendidikan wanita merupakan faktor yang paling dominan mempengaruhi perilaku pada masa premenopause. Menurut Notoatmodjo (2003) konsep dasar pendidikan adalah suatu proses belajar yang merupakan perubahan perilaku. Yatim (2001) berpendapat sama bahwa pendidikan mempengaruhi wanita dalam menghadapi menopause, hal ini dikaitkan dalam kemampuan mendapatkan informasi. Hasil penelitian orang Amerika Afrika adalah bahwa sumber informasi wanita tentang menopause berasal dari buku sebanyak 41%, dari dokter sebagai tenaga kesehatan sebanyak 24%, dan sisanya dari internet serta sumber lainnya. Disini disebutkan bahwa sumber informasi tidak berhubungan signifikan dengan pendidikan. Ini berarti bahwa pengetahuan sangat berpengaruh terhadap kesiapan

menghadapi menopause, meskipun tingkat pendidikan responden berbeda namun kemampuan mendapatkan sumber informasi yang relevan menjadi sangat penting untuk mendapatkan pengetahuan yang baik tentang menopause itu sendiri.

Menurut Notoatmodjo (2003) cara lain untuk menambah pengetahuan adalah dengan cara diskusi, karena diskusi merupakan salah satu cara yang baik untuk menyampaikan pesan dan informasi kesehatan. Pengetahuan merupakan salah satu cara untuk mendorong mengubah perilaku atau mengadopsi perilaku baru. Pengetahuan seseorang tentang menopause merupakan faktor yang menentukan seseorang tersebut dapat menerima terjadinya menopause sebagai sesuatu yang wajar yang akan dialami oleh seorang wanita dan tidak perlu dilakukan pengobatan.

Dari analisa bivariate juga didapatkan terdapat hubungan antara sikap terhadap menopause dengan perilaku menghadapi menopause. Sikap merupakan kecenderungan untuk merespon (positif atau negatif) terhadap organisme, objek atau situasi tertentu (Sarwono, 1993). Sikap merupakan respon evaluatif berdasarkan pada proses evaluasi diri, yang disimpulkan berupa penilaian positif atau negatif yang kemudian mengkristal sebagai potensi reaksi terhadap objek (Zimbardo & Leippe, 1991). Selanjutnya Mar'at (1984) mengatakan manusia tidak dilahirkan dengan sikap pandangan atau perasaan tertentu, tetapi sikap tadi dibentuk sepanjang perkembangannya. Adanya

sikap akan menyebabkan manusia bertindak secara khas terhadap objek-objeknya.

Azwar (2003) mengemukakan bahwa sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Sikap adalah suatu bentuk evaluasi atau reaksi perasaan seseorang terhadap suatu objek yang dapat berupa perasaan mendukung atau memihak (*favourable*) dan perasaan tidak mendukung (*unfavourable*) terhadap objek. Termasuk sikap wanita terhadap menopause juga akan mempengaruhi perilaku dalam menghadapi menopause. Wanita yang memiliki sikap netral atau positif terhadap menopause akan lebih siap mengalami menopause dan siap menerima perubahan-perubahan yang terjadi (Kaufert, P. *et al.* 1997). Sikap negatif terhadap menopause berhubungan dengan munculnya gejala-gejala saat menopause (Avis, N.E. 1991). Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa seorang wanita dapat memiliki persepsi negatif tentang menopause karena berkaitan dengan pandangan bahwa menopause merupakan suatu penyakit dimana keluhan-keluhan yang timbul akibat menurunnya kadar hormon estrogen ini perlu mendapatkan pengobatan. Hal ini dapat berkaitan dengan minimnya informasi yang diterima

oleh seorang wanita. Sehingga semakin tinggi informasi yang diterima seseorang, maka semakin positif persepsinya yang akan mengakibatkan semakin baik pula sikapnya dalam menghadapi menopause. Kesiapan akan membuat responden bersikap positif, hal ini selaras dengan hasil penelitian dari Astini (2007) yang menyatakan bahwa semakin positif persepsi dukungan sosial, maka akan semakin rendah tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause. Maka dukungan sosial ini dapat diperoleh seorang wanita dari pasangannya yaitu suami dan keluarga yang lain. Peran suami yang besar dalam menghadapi menopause juga akan semakin menambah positif persepsi atau sikap seorang wanita dan menambah kesiapan dalam menghadapi menopause.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian diatas, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Sikap pegawai UMM terhadap menopause 17.56 artinya pegawai UMM mempunyai sikap negatif terhadap menopause.
2. Perilaku pegawai UMM dalam menghadapi menopause adalah 14.92, artinya rata-rata pegawai UMM belum mempersiapkan diri dalam menghadapi menopause.
3. Terhadap hubungan antara perilaku menghadapi menopause  $p= 0.022$ .
4. Terdapat hubungan antara sikap terhadap menopause dengan kesiapan menghadapi menopause dengan  $p=0.039$ .

### **SARAN**

Sesuai dengan kesimpulan diatas, penulis memberikan saran sebagai berikut: Selain itu, juga perlu peningkatan manfaat poliklinik sebagai sarana konsultasi masalah kesehatan wanita, salah satunya mengenai persoalan menopause.

1. Bagi Universitas Muhammadiyah Magelang perlu kiranya dibuat sebuah kebijakan dari pimpinan institusi untuk memberi wadah tersendiri sebagai sarana kajian wanita dan masalahnya, salah satunya adalah mengenai menopause dalam forum diskusi bersama
2. Perlu peningkatan manfaat poliklinik sebagai sarana konsultasi masalah kesehatan wanita, salah satunya mengenai persoalan menopause.
3. Untuk peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambah variabel lain seperti tingkat penghasilan, tingkat pendidikan dengan memperhatikan faktor-faktor lain dapat mempengaruhi perilaku dalam mempersiapkan menopause.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Avis, N.E. and Kinlay, S.M. 1991. *A Longitudinal Analysis Of Women's Attitudes Toward The Menopause Results From The Massachusetts Women's Health Study*. *Maturitas*;13(1):65-79.

- Azwar, S. (2003). *Sikap Manusia Teori Dan Pengukurannya* (2nd ed.) Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bener, A., Rizk, D.E., Shaheen, H., Micallef, R., osman, N., dunn, E.V., 2000. *Measurement Specific Quality Of Life Satisfaction During The Menopause In An Arabian Gulf Country. Climacterium*;3(1):43-9.
- Fishbein, M. and Ajzen, I. 1990. *Belief, Attitude, Intention and Behavior : anIntroduction to Theory and Research*. Addison-Wesley Publishing Company, Massachussetts.
- Green, LW. 2000. *Health Education Planning: A Diagnostic Approach*. Mayfield Publishing Company, California.
- Hidayet, N.M., Sharaf, S.A., Aref, S.R., Tawfik, T.A., Moubarak, I.I. 1999. *Correlates of Age At Natural Menopause: a Community-Based Study in Alexandria*. Eastern Mediterranean Health Journal; 5(2):307-319.
- Katz, & Nare. (2002). *Reproductive Health Knowledge and Use of Services Among Young Adults in Dakar, Senegal*. Combridge University Press. Printed in the United Kindom. *Journal Biosocial Science*.34: 215-231.
- Kaufert, P., Boggs, P.P., Ettinger, B., Woods, N.F., Utian W.H. 1998. *Women and Menopause: Beliefs, Attitudes and Behaviors*. Winter;5(4):197-202
- Kazerooni, T., Talei, A.R., Arasteh M.M., Saalabian, J. 2000. Reproductive behavior in women in Shiraz. Eastern mediterranean health journal ;6(2/3):517-521.
- Krisnadi, S.R. 2005. *Menopause*. Pustaka Populer Obor. Jakarta.
- Machfudz, S. (2002). Sumber informasi masalah reproduksi. *Berita Kedokteran Masyarakat*. Program Pendidikan Kedokteran Komunitas Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada.Yogyakarta.
- Mar'at. 1982. *Sikap Manusia, Perubahan serta Pengukurannya*. Ghalia Indonesia, Jakarta.
- Sarwono, S. 1993. *Sosiologi Kesehatan, Beberapa Konsep dan Aplikasinya*. Andi Offset, Yogyakarta.
- Simon, B.G., Morton, G.W.H., Gottlieb, N.H. 1995. *Introduction to Health Education and Health Promotion*. Waveland Press, Inc, Illinois.
- Sukidjo, Notoatmodjo.2003. *Pengantar Pendidikan Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Prilaku*.Yogyakarta. Andi Offset.

- Supriyadi. 1993. *Pendekatan Psikologi dalam Pengukuran KAP di Bidang Kesehatan*. Sosiomedika, I(03): 12-19.
- Widodo, A., Wilopo, S.A., Prabandari, Y.S. 2003. *Pengetahuan dan Sikap Pasangan Suami Istri Mengenai Masalah Kesehatan Reproduksi Perempuan Hubungannya dengan Partisipasi Pria dalam Keluarga Berencana*. Berita Kedokteran Masyarakat XIX (2). Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta.
- Yatim, F. 2001. *Haid Tidak Wajar Dan Menopause*. Pustaka populer Obor. Jakarta.
- Zimbardo, P.G. and Leippe, M.R. 1991. *The Psychology of Attitude Change and Social Influence*. Mc Graw-Hill Inc., New York.
- , *Tips Mempersiapkan Menopause*. Depkes RI.

