INSAN MANDIRI
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
LPPM STIKES TRI MANDIRI SAKTI BENGKULU
ISSN Online : 2962-9845
Volume 1 Nomor 2 Juli-Desember 2022
https://ejournal.stikestrimandirisakti.ac.id/index.php/insanmandiri

Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi pada Lansia Pre-Menopause di Desa Taraweang Kabupaten Pangkep

Increasing Reproductive Health Knowledge in *Pre-Menopause* Elderly in Taraweang Village, Pangkep District

Jamila Kasim [1*)], dan Firawati[2)],

[1]Program Studi DIII Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanudin
[2]Program Studi DIII Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanudin

*Email Korespondensi : Jamila@stikesnh.ac.id

Abstract

The purpose of this Community Service is to increase knowledge in the community, especially elderly mothers with an age range of 40-55 years in Taraweang village in dealing with Pre-Menopause, the easiest way is to carry out health education through counseling. For this reason, PKM activities are carried out which are expected to be able to increase public knowledge about pre-menopausal reproductive health so that it can prevent a number of things that are not desirable, one of which is physical and psychological disorders. The method of activity in this PKM uses lectures and discussions, the material provided is Biological Processes, Menopause, Menopause Processes, Menopause Symptoms, Changes and symptoms occur during menopause, Self preparation for menopause, Sexuality in Menopausal Women, based on the results of pre test and post test evaluations, participants showed an increased understanding of the material provided.

Keywords: Knowledge, Elderly Reproductive Health, Pre Manopause

Abstrak

Tujuan Pengabdian Kepada Masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan pada masyarakat khusunya ibu-ibu lansia dengan kisaran usia 40-55 Tahun di desa taraweang dalam menghadapi *Pre-Menopause*, cara paling mudah dengan dilakukan pendidkan kesehatan melalui penyuluhan, agar itulah maka dilakukan kegiatan pengabdian yang di harapkan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan reproduksi lansia pre-menopause sehingga dapat mencegah beberapa hal yang tidak diinginkan, salah satunya gangguan fisik dan psikis, Metode pelaksanaan Pengabdian ini menggunakan ceramah dan diskusi, materi yang diberikan yakni Proses Biologis, *Menopause* , Proses *Menopause* ,Gejala *Menopause*, Perubahan dan gejala timbul saat *menopause*, Persiapan diri menghadapi *menopause*, Seksualitas Pada Wanita *Menopause*, hasil evaluasi pengabdian pre test dan *post test*, peserta menunjukkan peningkatan pengetahuan terhadap materi yang diberikan.

Kata Kunci : Pengetahuan, Kesehatan Reproduksi Lansia , *Pre-Manopause*

PENDAHULUAN

Menopause merupakan fenomena biopsikososial yang meliputi peralihan kehidupan seorang wanita dari subur menjadi tidak subur, menopause dapat mengakibatkan sangat gejala fisik yang tidak menyenangkan seperti atrofi vagina mukosa yang menyebabkan vaginitis, pruritus, dispareunia, dan stenosis; atrofi genitourinari yang menyebabkan uretritis, dis uria, inkontinensia urin, dan frekuensi buang air kecil; infeksi saluran kemih (Ilankoon et al., 2021). Perubahan keseimbangan hormonal ini dapat menyebabkan berbagai gejala psikologis ditandai dengan sikap yang mudah tersinggung, depresi, cemas, suasana hati (mood) yang tidak menentu, menurunnya kemampuan berfikir dan daya ingat (Noervadila et al., 2020).

Menopause adalah tahap akhir dari masa reproduksi wanita. Wanita yang akan memasuki masa *menopause* akan mengalami masalah fisik dan psikis, apabila hal ini tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan kecemasan, sehingga diperlukan pengetahuan yang cukup, Hasil penelitian menunjukan tingkat pengetahuan dengan kategoro kurang sebanyak (36,8%)mengalami kecemasan sedang, pengetahuan cukup (3/ i5,5%) mengalami kecemasan ringan dan kecemasan sedang, sedangkan berpengetahuan baik (51,2%) mengalami kecemasan sedang sehingga Petugas kesehatan hendaknya lebih meningkatkan promosi kesehatan kepada perempuan usia *menopause* tentang pengetahuan *menopause* untuk meningkatkan pengetahuan menopause agar siap dalam menghadapi masalah psikologi (Wibowo & Nadhilah, 2020)

(Bustami et al., 2021) persentase wanita yang mengalami *menopause* dini adalah 4,5%, 13,6% dengan *menopause* dini, dan 21,1% dengan *menopause* terlambat (ANM >52). Merokok adalah faktor risiko utama untuk usia dini/menopause dini di antara wanita Yordania dengan OR 2,46 (95% CI: 1,08–5,59, p<0,05). Di sisi lain, wanita dengan gejala dan penyakit radang sendi sesekali seperti hipertensi, diabetes, dislipidemia, dan kombinasinya dikaitkan dengan rata-rata (45-52 tahun) atau *menopause* terlambat (>52 tahun).

Hasil Penelitian (Syed Alwi et al., 2021) Persepsi wanita tentang *menopause* dalam penelitian ini ditemukan sesuai dengan penelitian lain pada wanita Asia. Wanita dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi dan wanita *pre-menopause* secara komparatif mengungkapkan pendapat yang lebih positif mengenai *menopause*, Untuk meningkatkan pengetahuan pada masyarakat, cara paling mudah adalah dilakukan pendidkan kesehatan melalui penyuluhan , karena berdasarkan hasil beberapa penelitian menyatakan bahwa penyuluhan dapat memberikan dampak baik untuk peningkatan pengetahuan warga masyarakat. Salah satu faktor yang sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap terhadap masyarakat adalah metode penyampaian informasi dengan menggunakan media edukasi kesehatan yang tepat (Ramadhanti et al., 2019)

Untuk itulah maka dilakukan kegiatan PKM dengan melakukan penyuluhan menggunakan metode ceramah yang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan sehingga dapat mencegah beberapa hal yang tidak diinginkan, salah satunya kesehatan reproduksi lansia *pre-manopause*.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan survei ke tempat pengabdian kepada masayarakat di desa taraweang melalui wawancara dan pengamatan langsung untuk dapat menggali permasalahan yang dihadapi di desa taraweang khususnya kesehatan reproduksi pada lansia *pre-menopause*, setelah itu permohonan ijin kegiatan kepada kepala desa Taraweang dan pengurusan

INSAN MANDIRI
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
LPPM STIKES TRI MANDIRI SAKTI BENGKULU
ISSN Online : 2962-9845
Volume 1 Nomor 2 Juli-Desember 2022
https://ejournal.stikestrimandirisakti.ac.id/index.php/insanmandiri

administrasi surat menyurat ,persiapan alat dan bahan serta akomodasi, persiapan tempat untuk penyuluhan yaitu balai desa taraweang .

Penyuluhan oleh ibu-ibu rumah tangga desa taraweang dusun taraweang. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada Sabtu, 18 juni 2022. Acara penyuluhan dilaksanakan di balai desa taraweang yang dilengkapi peralatan audiovisual berupa Proyektor dan pengeras suara. Materi Proses Biologis, *Menopause* , Proses *Menopause* ,Gejala *Menopause*, Perubahan dan gejala timbul saat *menopause*, Persiapan diri menghadapi *menopause*, Seksualitas Pada Wanita *Menopause*. Metode pendekatan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah :

1. Metode Ceramah : Metode ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada lansia *pre-menaopause*. Dalam ceramah diuraikan tentang Proses Biologis, *Menopause* , Proses *Menopause* ,Gejala *Menopause*, Perubahan dan gejala timbul saat menopause, Persiapan diri menghadapi *menopause*, Seksualitas Pada Wanita *Menopause*
2. Metode tanya jawab atau diskusi : Setelah sesi ceramah, kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman serta kesiapan ibu-ibu rumah tangga di desa taraweang dalam menghadapi *Pre-Menopause*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum penyuluhan dimulai, peserta diberikan kuisioner (*pre-test*) untuk mendapatkan informasi peserta memahami tentang kesehatan reproduksi *Pre-Manopause* Hasil *pre-test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat sebagai berikut:

Tabel. 1 *Pre Test* tentang kesehatan reproduksi *Pre-Menopause*

No	Pengetahuan	Jumlah	Presentasi (%)
1	Rendah	32	74
2	Tinggi	11	26
Total		43	100

Berdasarkan hasil *pre-test* dapat disimpulkan bahwa sebagian besar masyarakat belum paham tentang kesehatan reproduksi dimana hasil pengetahuan rendah yaitu sebanyak 32 orang (74%) da yang mempunya pengetahuan tinggi sebanyak 11 orang (26%), Setelah dilakukan pre test dilanjutkan penyajian materi, bahan penyuluhan yang diberikan terkait materi pada saat intervensi yaitu Proses Biologis, *Menopause* , Proses *Menopause* ,Gejala *Menopause*, Perubahan dan gejala timbul saat *menopause*, Persiapan diri menghadapi *menopause*, Seksualitas Pada Wanita *Menopause*. Perantara yang di pakai pada saat melakukan penyuluhan adalah penggunaan leaflet. Peserta dihadiri sebanyak 43 Peserta ,settingan tempat sesuai dengan rencana yang dibuat yaitu pelaksanaannya dilaksanakan di balai desa taraweang penyampaikan materi dengan bahasa yang dapat mudah di pahami dan di mengerti oleh peserta.dalam penyampaian materi peserta sangat memahami apa yang telah disampaikan dan selama penyuluhan berjalan dilakukan sesi tanya jawab yang akan diberikan reward untuk menarik antusias peserta dan yang mengingat point penting yang telah di sampaikan

Tabel. 1 Post Test tentang kesehatan reproduksi *Pre-Manopause*

No	Pengetahuan	Jumlah	Presentasi
1	Rendah	8	19%
2	Tinggi	35	81%
Total		43	100%

Berdasarkan hasil *post-test* dapat disimpulkan bahwa sebagian besar masyarakat paham tentang kesehatan reproduksi *pre-menopause* dimana hasil pengetahuan rendah yaitu sebanyak 8 orang (19%) dan yang pengetahuan tinggi sebanyak 35 orang (81%) Peserta Penyuluhan yang sebagian besar ibu-ibu lansia dengan kisaran usia 40- 55 Tahun setelah di berikan pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi *pre-menopause* dapat meningkat terkait kesiapan ibu-ibu di desa taraweang dalam menghadapi *pre-menopause*.

Menopause merupakan fenomena biopsikososial yang meliputi peralihan kehidupan seorang wanita dari subur menjadi tidak subur. Meskipun menopause dapat menyebabkan gejala fisik yang sangat tidak menyenangkan, terdapat bukti bahwa gejala *menopause* yang dilaporkan rendah di kalangan wanita dalam budaya Asia *Menopause* adalah tahap penuaan alami" dan tiga kategori "Memasuki tahap baru", "Mengelola *menopause*" dan "Bukan akhir kehidupan" perubahan menopause dialami sebagai perubahan alami dalam hidup, dengan masalah kesehatan yang normal untuk perubahan ini dan ditangani dengan praktik perawatan diri yang berbeda. Kategori "Memasuki tahap baru" menggambarkan wanita yang menyadari *menopause* dan perubahan tubuhnya. Kategori "Mengelola *Menopause*" menggambarkan pengalaman perempuan yang dapat menemukan solusi sendiri untuk meringankan gejala menopause dan dengan terlibat dalam kegiatan keagamaan dan berfokus pada interaksi dengan orang-orang. Kategori "Bukan Akhir Hidup" menggambarkan pandangan perempuan tentang dirinya masih berharga karena *menopause* dialami sebagai bagian alami dari kehidupan mereka.(Ilankoon et al., 2021).

Hasil Penelitian (Syed Alwi et al., 2021) Studi tentang persepsi *menopause* di kalangan Wanita Sarawak berusia antara 40 dan 65 tahun menunjukkan usia rata-rata *menopause* adalah 52 tahun. sikap peserta terhadap menopause berbeda dalam penelitian lain yang berbasis di Malaysia dan lainnya Negara-negara Asia, Latar belakang pendidikan memiliki efek yang signifikan pada bagaimana wanita memandang pria, semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin positif persepsi menopause. Terlebih adalah masalah yang umumnya tidak dibahas secara terbuka di sebagian besar komunitas timur, termasuk di antara perempuan, tampaknya ada kekurangan informasi, pengetahuan dan kesadaran tentang *menopause*, ini tercermin dalam jawaban yang diberikan selama wawancara. Penyedia perawatan primer, termasuk fisioterapi perawatan primer orang, memainkan peran penting dalam mendidik dan menciptakan kesadaran di kalangan wanita dari segala usia tentang *menopause* karena penyedia perawatan primer adalah titik pertama dari con- kebijaksanaan dengan penyedia layanan kesehatan formal untuk individu, keluarga dan masyarakat.

INSAN MANDIRI
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
LPPM STIKES TRI MANDIRI SAKTI BENGKULU
ISSN Online : 2962-9845
Volume 1 Nomor 2 Juli-Desember 2022
https://ejournal.stikestrimandirisakti.ac.id/index.php/insanmandiri

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pelaksanaan penyuluhan yang direncanakan telah berlangsung dengan baik. Selama persiapan, koordinasi dengan pihak aparat desa taraweang dan masyarakat berjalan dengan baik. Selama penyuluhan, dapat diketahui bahwa telah terjadi peningkatan pengetahuan mengenai pengetahuan kesehatan reproduksi lansia *pre-menopause*. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan sebelum dan sesudah penyuluhan.

Saran

Saran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat seperti penyuluhan kesehatan tentang Kesehatan reproduksi lansia *pre-menopause* perlu dilakukan secara kontinyu terutama oleh pihak puskesmas setempat, karena melihat masih ada masyarakat yang memiliki tingkat pengetahuan rendah mengenai kesehatan reproduksi lansia *pre-menopause*, Petugas kesehatan hendaknya lebih meningkatkan promosi kesehatan kepada perempuan usia menopause tentang pengetahuan menopause untuk meningkatkan pengetahuan menopause agar siap dalam menghadapi masalah psikologi Selain bentuk penyuluhan, perlu juga dikembangkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema yang berbeda kepada masyarakat yang dibutuhkan pelayanan kesehatan khususnya Lansia.

DAFTAR PUSTAKA

Bustami, M., Matalka, K. Z., Elyyan, Y., Hussein, N., Hussein, N., Safieh, N. A., Thekrallah, F., Mallah, E., Abu-Qatouseh, L., & Arafat, T. (2021). Age of natural menopause among jordanian women and factors related to premature and early menopause. *Risk Management and Healthcare Policy*, *14*. https://doi.org/10.2147/RMHP.S289851

Ilankoon, I. M. P. S., Samarasinghe, K., & Elgán, C. (2021). Menopause is a natural stage of aging: a qualitative study. *BMC Women's Health*, *21*(1). https://doi.org/10.1186/s12905-020-01164-6

Noervadila, I., Puspitasari, Y., Kartika, L. D., Idayani, D., & Rasyidi, A. K. (2020). Peningkatan Pengetahuan Lansia Melalui Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Lansia Pre-Menopause di Desa Sumberejo Kecamatan Banyuputih. *Dedication : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *4*(1). https://doi.org/10.31537/dedication.v4i1.285

Ramadhanti, C. A., Adespin, D. A., & Julianti, H. P. (2019). Perbandingan Penggunaan Metode Penyuluhan dengan dan tanpa media Leaflet terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang tumbuh kembang Balita. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, *8*(1).

Syed Alwi, S. A. R., Brohi, I. B., & Awi, I. (2021). Perception of menopause among women of Sarawak, Malaysia. *BMC Women's Health*, *21*(1). https://doi.org/10.1186/s12905-021-01230-7

Wibowo, D. A., & Nadhilah, S. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Menopause Dengan

Kecemasan Pada Wanita Premenopause Di Kelurahan Kertasari Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis. *Jurnal Keperawatan Galuh, 2*(1). https://doi.org/10.25157/jkg.v2i1.3736