

PENGARUH KONSELING MENOPAUSE OLEH BIDAN KONSELOR TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG MENOPAUSE

Suci Nurfajriah
Universitas Muhammadiyah Tangerang
Email : suci_nurfajriah@yahoo.co.id

ABSTRAK

Menopause adalah masa berhentinya menstruasi akibat hilangnya aktivitas folikel ovarium dalam memproduksi hormon estrogen. Penurunan kadar hormon ini diikuti berbagai perubahan fisik dan psikis. Informasi tentang menopause yang diberikan melalui konseling sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan membantu menurunkan gejala. Konseling yang baik dapat membantu ibu menopause memahami perubahan yang terjadi pada dirinya, mengatasi atau mencegah keluhan yang lebih berat. Proses konseling yang baik akan menimbulkan kepuasan pada ibu menopause dengan bukti bahwa penurunan gejala menopause dan keluhan berkurang. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh konseling menopause oleh bidan konselor terhadap pengetahuan tentang menopause. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan rancangan penelitian yaitu *pre-post test* dan *post test control group design*. Sampel pada penelitian ini adalah ibu menopause yang tinggal di kecamatan Soreang Kabupaten Bandung. Sampel dikelompokkan menjadi dua yaitu kelompok intervensi sebanyak 25 responden dan kelompok kontrol sebanyak 25 responden. Pada kelompok intervensi diberikan konseling oleh bidan konselor dan kelompok kontrol diberikan konseling oleh bidan non konselor. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan yang dibuat berdasarkan materi menopause pada modul konseling menopause. Pengujian statistik menggunakan analisis non parametrik dan nilai RR. Hasil penelitian menunjukkan nilai RR untuk pengetahuan adalah 16,0 sehingga dapat disimpulkan bahwa ibu menopause yang mendapatkan konseling menopause oleh non bidan konselor memiliki resiko untuk pengetahuan menopausenya rendah yaitu 16 kali bila dibandingkan dengan ibu menopause yang mendapatkan konseling menopause oleh bidan konselor. Simpulan penelitian ini adalah konseling menopause oleh bidan konselor berpengaruh terhadap pengetahuan tentang menopause.

Kata kunci : Pengetahuan tentangmenopuase, konseling menopause, bidan konselor

PENDAHULUAN

Menopause adalah berhentinya menstruasi akibat dari hilangnya aktivitas folikel ovarium karena penurunan hormon estrogen dan progesteron dan terjadi setelah 12 bulan berturut-turut tidak menstruasi. Penurunan kadar kedua hormon ini diikuti berbagai perubahan fisik dan psikis (Proverawati, 2010).

Pada masa menopause timbul berbagai macam gejala meliputi; gejala vasomotor, fisik, seksual maupun psikososial (Kasdu, 2002; Kemenkes, 2010). Sebanyak 80 % wanita melaporkan keluhan yang tidak menyenangkan ketika menjelang menopause, seperti sakit kepala, masalah seksual, takikardia, *hot flushes* dan insomnia, yang secara signifikan mengurangi kualitas hidup mereka (Kemenkes, 2007). Gejala vasomotor dapat mengganggu kualitas tidur, mengganggu aktivitas kerja dan liburan, serta memperburuk kecemasan dan depresi (Huffman, 1999).

Beberapa wanita menganggap menopause merupakan hal yang menakutkan, kekhawatiran ini berawal dari pemikiran bahwa dirinya akan menjadi tidak sehat sehingga muncul rasa cemas. Keterbatasan informasi tentang menopause membuat wanita semakin khawatir, takut dan cemas ketika memasuki masa menopause (Priyanto, 2009).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap ibu menopause secara signifikan meningkat setelah diberikan pendidikan kesehatan. Pengetahuan tentang masa menopause berperan penting dalam meningkatkan kemampuan mengelola menopause (Kwak, 2014; Elnaggar, 2013).

Oleh karena itu, pada periode menopause diperlukan informasi lebih lanjut tentang kebutuhan fisik dan psikososial. Intervensi dengan menggunakan metode pembelajaran yang cocok untuk meningkatkan kesadaran wanita menopause akan meningkatkan kualitas hidupnya (Fralely, 2002; Rotem, 2005).

Konseling merupakan salah satu pendekatan integratif yang dapat membantu wanita menopause memahami perubahan yang terjadi pada dirinya. Konselor dapat memberikan dukungan, dorongan dan sumber informasi serta membantu merencanakan dan melaksanakan pendekatan pribadi dalam proses paruh baya. Pendekatan ini dapat membantu memberdayakan dan mengontrol dirinya (Mcknight, 2011).

Bidan sebagai tenaga kesehatan profesional memiliki tugas penting dalam konseling dan pendidikan kesehatan untuk membantu memberdayakan wanita menopause sehingga dapat melalui masa transisi ini dengan bahagia dan sejahtera serta tetap dapat berkarya dan dapat mempersiapkan masa usia lanjut dengan sehat (Lubis, 2011; Yulifah, 2012).

Konseling dilakukan oleh orang yang berkompeten di bidangnya, yaitu konselor yang profesional harus mengetahui dan memahami tentang keterampilan dasar konseling untuk melaksanakan tugasnya, dengan keterampilan yang dimiliki diharapkan konselor dapat mengefektifkan proses konseling (Purwoastuti, 2015).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan bersama tim peneliti konseling menopause, menggunakan rancangan eksperimen semu, terdiri dari dua kelompok yakni kelompok intervensi (kelompok yang diberikan konseling oleh bidan konselor) dan kelompok kontrol (kelompok yang diberikan konseling menopause oleh bidan non konselor). Penelitian diawali dengan pembuatan modul konseling menopause yang dikonsultasikan kepada pakar menopause dan pakar konseling sampai modul layak digunakan, kemudian melakukan pelatihan konseling menopause kepada bidan dengan panduan modul yang telah dibuat. Bidan yang lulus pelatihan (bidan konselor) memberikan konseling kepada kelompok intervensi dan bidan yang tidak mengikuti pelatihan (bidan non konselor) memberikan konseling kepada kelompok kontrol. Konseling diberikan 2 x dengan interval waktu 2 minggu. Pengetahuan ibu menopause diukur sebelum dan sesudah konseling diberikan menggunakan kuesioner pengetahuan yang dibuat berdasarkan materi menopause pada modul konseling menopause. Analisis data menggunakan uji *Mann Whitney*, uji *wilcoxon*, dan uji *Eksak Fisher*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 50 ibu menopause ikut serta menjadi responden dalam penelitian ini. Analisis uji beda menunjukkan bahwa skor pengetahuan tentang menopause pada kedua kelompok terdapat perbedaan yang bermakna ($p < 0,001$). Skor kepuasan ibu menopause pada kedua kelompok terdapat perbedaan yang bermakna ($p < 0,001$). Uji pengaruh menunjukkan terdapat pengaruh konseling menopause terhadap pengetahuan tentang menopause yang bermakna ($RR=16$, $p < 0,05$) dan terdapat pengaruh konseling menopause terhadap kepuasan ibu menopause yang bermakna ($RR=5,75$, $p < 0,05$).

Karakteristik responden pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol tidak berbeda bermakna (homogen) sehingga layak untuk dilakukan analisis lebih lanjut.

Tabel 1. Perbandingan skor pengetahuan tentang menopause pada kedua kelompok

Variabel	Kelompok		Nilai p*
	Intervensi (n=25)	Kontrol (n=25)	
Skor Pengetahuan			
Skor Pre Test			0,406
X (SD)	43,4 (6,1)	42,2 (4,3)	
Median	45	45	
Rentang	35-55	35-50	

Skor Post Test			< 0,001
\bar{X} (SD)	60,8 (9,1)	45,5 (5,9)	
Median	60	45	
Rentang	45-75	35-55	
Perbandingan pre dan post	$p < 0,001^{**}$	$P = 0,001^{**}$	

Ket: * Uji Mann-Whitney, ** Uji Wilcoxon

Berdasarkan tabel 1, terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan setelah perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol (60,8 vs 45,5, $P < 0,001$) dan perbedaan presentase kenaikannya yaitu pada kelompok intervensi sebesar 40% dan kelompok kontrol sebesar 11,1 %.

Pada kedua kelompok perlakuan terdapat peningkatan pengetahuan tetapi presentase kenaikannya lebih besar pada kelompok kontrol. Presentase kenaikan pada kelompok intervensi disebabkan karena pada kelompok intervensi ibu menopause diberikan konseling oleh bidan yang telah mengikuti pelatihan konseling menopause, pada pelatihan konseling menopause bidan diajarkan tentang tehnik konseling yang baik dan pengetahuan tentang masa menopause sehingga konseling yang diberikan lebih terstruktur dan transfer informasi lebih optimal. Peningkatan pengetahuan pada kelompok kontrol disebabkan karena pada kelompok kontrol juga diberikan konseling, meskipun bidan yang memberikan konseling tidak mengikuti pelatihan konseling menopause tetapi dari proses konseling tersebut ibu menopause diberikan informasi tentang masa menopause sehingga terjadi peningkatan pengetahuan. Selain itu, jika dilihat dari karakteristik bidan yang memberikan konseling dari segi usia dan pengalaman kerja, pada kelompok intervensi dan kontrol memiliki rentang usia dan pengalaman kerja yang hampir sama.

Tabel 2. Pengaruh konseling menopause terhadap pengetahuan tentang menopause pada kedua kelompok

Kelompok	Pengetahuan		Total	p*	RR(IK)
	Rendah	Tinggi			
Kontrol	16 (64 %)	9 (36 %)	25	0,001	16 (2,29-111,64)
Intervensi	1 (4 %)	24 (96 %)	25		

Ket: * Uji Eksak Fisher

Tabel 2. menunjukkan terdapat pengaruh konseling menopause terhadap pengetahuan pada kelompok intervensi dan kontrol, ibu menopause yang mendapatkan konseling menopause oleh bidan non konselor, memiliki resiko untuk

pengetahuannya rendah sebanyak 16 kali dibandingkan dengan kelompok yang mendapatkan konseling menopause oleh bidan konselor ($p < 0,05$, $RR = 16,0$).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian konseling oleh bidan konselor dapat meningkatkan pengetahuan ibu menopause. Hal ini mengkonfirmasi penelitian SA Elnaggar, et.al, di Arab, yang menyimpulkan bahwa pengetahuan ibu menopause secara signifikan meningkat setelah diberikan pendidikan kesehatan. Pemberian konseling dengan modul konseling menopause yang terstruktur dan bidan yang dibekali dengan pelatihan membuat bidan terampil dalam memberikan konseling.

Bidan yang terampil dan memiliki pengetahuan yang baik tentang menopause akan memberikan informasi sesuai dengan kebutuhan ibu menopause dan dapat mengefektifkan proses konseling.

Dalam proses konseling, ibu menopause diberikan informasi tentang pengertian masa menopause, perubahan yang terjadi dan cara menangani gejala yang timbul pada masa menopause sesuai dengan kebutuhannya sehingga pengetahuan ibu menopause akan meningkat. Pengetahuan tentang menopause berperan penting dalam meningkatkan kemampuan mengelola menopause dengan memberikan informasi, dukungan, dan dorongan melalui proses konseling dapat membantu wanita menopause memahami perubahan yang terjadi pada dirinya, memberdayakan dan mengontrol dirinya (Kemenkes, 2007; Elnaggar, 2013).

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah dalam pengambilan sampel secara *purposive sampling* dalam penelitian sehingga belum dapat mewakili seluruh ibu menopause yang ada di wilayah kerja UPTD yankes kecamatan Soreang.. Informasi tentang menopause yang didapat dari berbagai media tidak dapat dikendalikan oleh peneliti.

KESIMPULAN

Konseling menopause oleh bidan konselor berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan tentang menopause. Ibu menopause yang mendapatkan konseling menopause oleh bidan non konselor memiliki resiko 16 kali untuk pengetahuannya rendah bila dibandingkan dengan ibu menopause yang mendapatkan konseling menopause oleh bidan konselor. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menilai kepuasan ibu menopause dilihat dari penilaian ibu menopause terhadap kualitas pelayanan konseling yang diberikan sebagai salah satu penilaian keberhasilan proses konseling yang dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

Elnaggar SA, et all. 2013. *Health education effect on knowledge and attitude of peri-menopausal and menopausal women toward menopause at el-arabin district in suez governorate*. Life Science Journal.

- Fraley SS, Altmaier EM. 2002. *Corellates of patient satisfaction among menopausal women*. J of Clinical Psychology in Medical Settings.
- Huffman SB, Myers JE. 1999. *Counseling women in midlife: integrative approach to menopause*. J of counseling and development.
- Kasdu, D. 2002. *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*. Jakarta : Puspa Swara.
- Keputusan Menteri Kesehatan RI. 2007. *Tentang Standar profesi bidan Nomor 369/Menkes/SK/III/2007*.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2010. *Tentang Pedoman Asuhan Kebidanan Masa Perimenopause Nomor 229/MENKES/SK/II/2010*. Diunduh 9 Maret 2016. Tersedia dari: URL:www.depkes.go.id
- Kwak EK, Park HS, Kang NM. 2014. *Menopause knowledge, attitude, symptom and management among midlife employed women*.
- Lubis NL. 2011. *Memahami dasar-dasar konseling dalam teori dan praktik*. Jakarta: Karisma putra utama.
- Mcknight KK, Wellon MF, Cites CK, Roth DL, Szychowski JM, Halanich JH. 2011. *Racial and regional differences in age at menopause in theunited states: findings from the reasons for geographic and racial differences in stroke (regards) study jurnal 21*. Am J Obstet Gynecol.
- Priyanto A.2009. *Komunikasi dan konseling*. Jakarta: Salemba Medika.
- Proverawati. A. 2010. *Menopause dan sindrom pre menopause*. Yogyakarta: Muha Medika.
- Purwoastuti E, Siwi Walyani E. 2015. *Komunikasi konseling kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka baru press.
- Rotem M, Kushnir T, Levine R, Ehrenfeld M, 2005. *A Pshycho educational program for improving women's attitudes and coping with menopause symptoms*. Journal of obstetric, gyneologic & neonatal nursing.
- Yazdkhasti M, Simbar M, Abdi F. 2015. *Empowerment and coping strategies in menopause women: A review*. Iran Red Crescent Med J.
- Yulifah R, Yuswanto TJA. 2012. *Komunikasi dan konseling dalam kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.