

**ABSTRAK**  
**GAMBARAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU PEREMPUAN**  
**DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI KELURAHAN LEDENG RW**  
**01 KOTAMADYA BANDUNG TAHUN 2009**

Mirza Adriana Effendy. 2009. Pembimbing I : Dani, dr., M. Kes.

Pembimbing II : Winny Suwindere, drg., M. S.

Menopause adalah periode dalam hidup perempuan yang terjadi secara alamiah yang dibagi dalam 4 masa yaitu pra-menopause, peri-menopause, menopause, dan pasca-menopause. Kadangkala sering ditemukan kesulitan dalam menghadapi menopause karena menimbulkan gejala yang disebut sindroma menopause. Hal ini terjadi ketika perempuan berumur 40-51 tahun. Menurut penelitian Samil di Jakarta diketahui 12% yang mengalami sindroma menopause.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, perilaku dan faktor-faktor yang mempengaruhi perempuan dalam memasuki menopause di Kelurahan Ledeng, RW 01, Kotamadya Bandung.

Penelitian ini menggunakan metode observasional deskriptif menggunakan kuisisioner yang berjumlah 55 pertanyaan sebagai instrumen penelitian. Subyek penelitian adalah perempuan usia 40-51 tahun dan terdaftar di Puskesmas Cipaku. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 orang (*whole sample*). Hasil dan kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan cukup, sikap kurang, perilaku baik.

Kata kunci : menopause, sindroma menopause, penyakit degeneratif.

**ABSTRACT**  
**DESCRIPTION OF KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND BEHAVIOUR**  
**WOMEN HEAD FOR MENOPAUSE AT KELURAHAN LEDENG RW 01**  
**KOTAMADYA BANDUNG TAHUN 2009**

*Mirza Adriana Effendy. 2009. 1<sup>st</sup> Tutor : Dani, dr., M. Kes.*

*2<sup>nd</sup> Tutor : Winny Suwindere, drg., M. S.*

*Menopause is a period in women's life and it's a natural process which is divided into four parts namely pra-menopause, peri-menopause, menopause, dan pasca-menopause. Women often find it difficult to face menopause because of a condition called menopause syndrome. This case happen when women in age 40-51 yaers old. According to Samil's research in Jakarta, 12% women had menopause syndrome.*

*The aim of this research is to know the description of knowledge level, attitudes, behavior and other factors that affect women head for menopause at Kelurahan Ledeng, RW 01, Kotamadya Bandung.*

*This study uses observational descriptive method using questionnaire with 55 questions as the research instrument questionnaire. Subject of this research is women in age 40-51 years old who registered in Puskesmas Cipaku. Amount sampel in this reseacrh is 30 peoples (whole sample). Research and conclution shows that knowledge adequate, attitudes less, behavior good.*

*Keywords : menopause, menopause syndrome, degenerative disease.*

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berbentuk penelitian ini sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Bandung.

Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang ditujukan kepada:

1. Dani, dr., M. Kes., selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu, tenaga, memberikan banyak bantuan serta kesabaran dalam membimbing penulis selama pembuatan karya tulis ini.
2. Winny Suwindere, drg., M. S., selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan banyak bantuan, kesabaran, dan dukungan moral kepada penulis dalam menyelesaikan karya tulis ini.
3. Badan Kesatuan Bangsa, Perlindungan dan Pemberdayaan Masyarakat yang telah memberikan surat pengantar kepada Dinas Kesehatan untuk memberi izin melakukan penelitian di Puskesmas Cipaku.
4. Kang Ucen Iskandar, dr., selaku kepala Puskesmas Cipaku yang telah memberikan ijin dan dukungan kepada penulis untuk pembuatan karya tulis ini.
5. Bidan Clara Djuarsih, Bapak Dadi Hudaya, Ibu Sriyati, Kader Nur yang telah membantu pengumpulan data yang diperlukan dalam penelitian ini.
6. Seluruh responden, atas waktu dan kesediaan menjadi responden dengan sukarela.
7. Perpustakaan gizi Rumah Sakit Immanuel, perpustakaan Dinas Kesehatan, perpustakaan Maranatha.
8. William Soeryaatmadja atas doa dan dukungannya untuk penulis selama pembuatan karya tulis ini.

9. Ivone, Kirby untuk saran, masukan, dan dukungan moral selama pembuatan karya tulis ini.
10. Synthia, Samuel, Carla, Adithya, Monique untuk semua perhatian, persahabatan, dan bantuan bagi penulis.
11. Orang tua, Edrick, Ibu Darmayanti, Bapak Kicky, Bapak Yahya, Ibu Yenny, terima kasih untuk doa, kasih sayang, dan dukungan materi selama penulis menempuh pendidikan. Tuhan Yesus memberkati.
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang telah membantu penulisan karya tulis ini.

Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat berguna bagi pembaca dan perkembangan ilmu kedokteran.

Bandung, 9 November 2009

Mirza Adriana Effendy

## DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	3
1.3 Maksud dan Tujuan.....	3
1.4 Kegunaan Penelitian.....	3
1.5 Kerangka Pemikiran.....	3
1.6 Metode Penelitian.....	4
1.7 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Definisi .....	5
2.1.1 Menopause .....	5
2.1.2 Periode Menopause .....	5
2.1.3 Menopause Dini .....	5
2.2 Epidemiologi.....	6
2.3 Faktor Penyebab Menopause Dini .....	6
2.3.1 Polusi Lingkungan .....	6
2.4 Patofisiologi .....	7
2.5 Masalah Kesehatan Akibat Menopause .....	7
2.5.1 Jangka Pendek.....	7
2.5.2 Jangka Panjang.....	9
2.5.2.1 Osteoporosis .....	9
2.5.2.2 Jantung Koroner .....	12
2.5.2.3 Kanker .....	13
2.5.2.4 Demensia Tipe Alzheimer .....	14
2.5.2.5 Stroke.....	15
2.6 Diagnosis.....	16
2.7 Pencegahan.....	17
2.7.1 Pencegahan Menopause .....	17
2.7.2 Pencegahan Menopause Dini .....	18
2.8 Peranan Gizi Seimbang.....	18
2.8.1 Penanggulangan Penyakit dengan Pangan yang Sehat .....	20

2.9 Pengobatan/Terapi.....	22
<b>BAB III BAHAN/SUBJEK DAN METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Bahan/Subjek Penelitian .....	30
3.1.1 Bahan/Alat Penelitian.....	30
3.1.2 Subjek Penelitian.....	30
3.1.3 Tempat dan Waktu Penelitian .....	31
3.2 Metode Penelitian.....	31
3.2.1 Desain Penelitian.....	31
3.2.2 Variabel Penelitian .....	31
3.2.2.1 Definisi Konseptual Variabel.....	31
3.2.2.2 Definisi Operasional .....	32
3.2.3 Besar Sampel Penelitian.....	34
3.2.4 Prosedur Penelitian.....	35
3.2.5 Cara Penelitian .....	36
3.2.6 Metoda Analisis .....	37
3.2.7 Aspek Etik Penelitian.....	38
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Identitas Responden .....	39
4.2 Pengetahuan .....	44
4.3 Sikap.....	53
4.4 Perilaku .....	59
4.5 Penyuluhan.....	65
4.6 Hasil Total.....	70
<b>BAB V KESIMPULAN</b>	
5.1 Kesimpulan .....	73
5.2 Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA .....	74
LAMPIRAN.....	76
RIWAYAT HIDUP .....	91

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Distribusi responden menurut golongan umur.....	39
Tabel 4.2 Distribusi responden menurut status pernikahan .....	39
Tabel 4.3 Distribusi responden menurut tingkat pendidikan formal teakhir .....	40
Tabel 4.4 Distribusi responden menurut pekerjaan.....	41
Tabel 4.5 Distribusi jumlah anak responden.....	41
Tabel 4.6 Distribusi pekerjaan suami responden .....	42
Tabel 4.7 Distribusi penghasilan.....	43
Tabel 4.8 Distribusi siklus haid responden selama 1 tahun terakhir.....	43
Tabel 4.9 Distribusi pengetahuan responden terhadap maksud/arti menopause.....	44
Tabel 4.10 Distribusi pengetahuan responden terhadap penyebab menopause.....	45
Tabel 4.11 Distribusi pengetahuan responden terhadap usia dimana gejala menopause pertama kali muncul.....	45
Tabel 4.12 Distribusi pengetahuan responden terhadap gejala menopause (jawaban boleh >1).....	46
Tabel 4.13 Distribusi pengetahuan responden tentang apakah menopause dini dapat dicegah .....	47
Tabel 4.14 Distribusi pengetahuan responden tentang faktor-faktor yang menyebabkan menopause dini (jawaban boleh >1).....	47
Tabel 4.15 Distribusi pengetahuan responden menurut cara mencegah menopause dini (jawabab boleh >1) .....	48
Tabel 4.16 Distribusi pengetahuan responden terhadap asupan gizi yang dapat mencegah menopause dini.....	49
Tabel 4.17 Distribusi pengetahuan responden terhadap dampak/akibat menopause (jawaban boleh >1).....	49
Tabel 4.18 Distribusi pengetahuan responden mengenai osteoporosis (jawaban boleh >1).....	50
Tabel 4.19 Distribusi pengetahuan responden mengenai ada tidaknya terapi/obat-obatan untuk mengurangi keluhan/dampak menopause.....	51
Tabel 4.20 Distribusi pengetahuan responden mengenai macam-macam terapi tersebut .....	51
Tabel 4.21 Distribusi pengetahuan responden mengenai ada tidaknya manfaat sinar matahari .....	52
Tabel 4.22 Distribusi pengetahuan responden mengenai manfaat sinar matahari.....	52
Tabel 4.23 Distribusi sikap responden menurut cara mencegah menopause dini (jawaban boleh >1) .....	53
Tabel 4.24 Distribusi sikap responden menurut ada tidaknya ketakutan dalam menghadapi menopause .....	54

Tabel 4.25 Distribusi sikap responden menurut bentuk ketakutan yang dialami dalam menghadapi menopause .....	54
Tabel 4.26 Distribusi sikap responden dalam menghadapi ketakutan tersebut (jawaban boleh >1).....	55
Tabel 4.27 Distribusi sikap responden menurut ada tidaknya dana lebih yang dialokasikan sehubungan menghadapi menopause .....	56
Tabel 4.28 Distribusi sikap responden menurut penggunaan dana lebih tersebut (jawaban boleh >1).....	56
Tabel 4.29 Distribusi sikap responden menurut penerimaan menopause sebagai sesuatu yang alami yang memang seharusnya terjadi.....	57
Tabel 4.30 Distribusi sikap responden menurut ada tidaknya perubahan emosi selama menghadapi menopause .....	57
Tabel 4.31 Distribusi sikap responden dalam menghadapi osteoporosis (jawaban boleh >1).....	58
Tabel 4.32 Distribusi sikap responden menurut jenis olah raga untuk menghadapi menopause .....	58
Tabel 4.33 Distribusi perilaku responden menurut memeriksakan kesehatan reproduksinya ke dokter .....	59
Tabel 4.34 Distribusi perilaku responden menurut tempat responden memeriksakan kesehatan reproduksi.....	60
Tabel 4.35 Distribusi perilaku responden menurut tindakan yang dilakukan bila mengalami masalah dalam menghadapi menopause.....	60
Tabel 4.36 Distribusi perilaku responden terhadap kerabat terdekat yang mengalami kesulitan dalam menghadapi menopause (jawaban boleh >1) .....	61
Tabel 4.37 Distribusi perilaku responden terhadap perubahan pola makan setelah mengetahui gizi mempengaruhi menopause .....	61
Tabel 4.38 Distribusi perilaku responden terhadap pola makan yang dikonsumsi .....	62
Tabel 4.39 Distribusi perilaku responden terhadap pencegahan menopause dini (jawaban boleh >1) .....	62
Tabel 4.40 Distribusi perilaku responden terhadap mengkonsumsi susu .....	63
Tabel 4.41 Distribusi perilaku responden terhadap cukup tidaknya menerima cahaya matahari pagi.....	63
Tabel 4.42 Distribusi perilaku responden terhadap menghindari tidaknya factor-faktor yang menyebabkan menopause dini .....	64
Tabel 4.43 Distribusi perilaku responden terhadap teratur tidaknya meminum multivitamin/multimineral .....	64
Tabel 4.44 Distribusi penyuluhan responden menurut pernah tidaknya diadakan penyuluhan.....	65
Tabel 4.45 Distribusi penyuluhan menurut perlu tidaknya diadakan penyuluhan .....	65
Tabel 4.46 Distribusi penyuluhan responden menurut siapa yang seharusnya mengadakan penyuluhan .....	66



Tabel 4.47 Distribusi penyuluhan responden menurut waktu sebaiknya penyuluhan diadakan.....	66
Tabel 4.48 Distribusi penyuluhan responden menurut kuantitas penyuluhan .....	67
Tabel 4.49 Distribusi penyuluhan responden menurut tempat diadakannya penyuluhan .....	67
Tabel 4.50 Distribusi penyuluhan responden menurut metode penyuluhan ...	68
Tabel 4.51 Distribusi penyuluhan terhadap ada tidaknya kesulitan/kendala dalam mengikuti penyuluhan .....	68
Tabel 4.52 Distribusi penyuluhan terhadap kesulitan/kendala yang dihadapi .....	69
Tabel 4.53 Distribusi penyuluhan menurut hadir tidaknya dalam penyuluhan .....	69
Tabel 4.54 Distribusi responden menurut tingkat pendidikan .....	70
Tabel 4.55 Distribusi responden menurut tingkat ekonomi .....	70
Tabel 4.56 Distribusi responden menurut periode menopause .....	71
Tabel 4.57 Distribusi responden menurut tingkat pengetahuan.....	71
Tabel 4.58 Distribusi responden menurut tingkat sikap.....	72
Tabel 4.59 Distribusi responden menurut tingkat perilaku .....	72

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Kuisisioner .....	76
Lampiran 2 Lembar <i>Informed Consent</i> .....	86
Lampiran 3 Surat Pemberitahuan Penelitian dari Badan Kesatuan Bangsa, Perindungan dan Pemberdayaan Masyarakat .....	88
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian dari Dinas Kesehatan .....	89
Lampiran 5 Surat Keputusan dari Komisi Etik Penelitian .....	90