

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN SUAMI
TERHADAP KESIAPAN IBU MENGHADAPI
MENOPAUSE DI POSBINDU
BENDUNGAN HILIR
RW. 07**

SKRIPSI



DIAS SABILA NOVITA

2115201012

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RSPAD GATOT SOEBROTO
PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
JAKARTA
2025**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN SUAMI
TERHADAP KESIAPAN IBU MENGHADAPI
MENOPAUSE DI POSBINDU
BENDUNGAN HILIR
RW. 07**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Kebidanan**



DIAS SABILA NOVITA

2115201012

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RSPAD GATOT SOEBROTO
PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
JAKARTA
2025**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertandatangan dibawah ini, saya:

Nama : Dias Sabila Novita
NIM : 2115201012
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Angkatan : 2021

menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Saya tidak melakukan tindakan plagiat dalam penulisan tugas akhir saya yang berjudul:

Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause Di Posbindu Bendungan Hilir Rw. 07

Apabila dikemudian hari saya terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi yang ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 10 Februari 2025

Yang menyatakan,



Dias Sabila Novita

NIM 21152012

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Dias Sabila Novita

NIM : 2115201012

Program Studi : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause Di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat telah diperiksa dan disetujui para pembimbing serta siap untuk dijadwalkan ujian sidang akhir atau seminar hasil penelitian.

Jakarta, 21 Januari 2025

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Manggiasih Dwiayu L, SST., M.Biomed
NIDN 0311018503

Bdn. Devi Yulianti, S.S.T.,M.Bmd
NIDN 0328079202

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Dias Sabila Novita
NIM : 2115201012
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause Di Posbindu Bendungan Hilir Rw. 07

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi S1 Kebidanan STIKes RSPAD Gatot Soebroto.

DEWAN PENGUJI

Penguji I : Bd.Hesti Kusumaningrum, S. ST., M. Keb 
Penguji II : Dr. Manggiasih Dwiayu L, SST., M.Biomed 
Penguji III : Bdn. Devi Yulianti, S.S.T., M.Bmd 

Jakarta, 13 Februari 2025

Mengetahui,
Ketua STIKes RSPAD Gatot Soebroto

Ketua Program Studi S1 Kebidanan


Dr. Didin Syachrudin, S.Kp., SH., MARS
NIDK 8995210021


Dr. Manggiasih Dwiayu Larasati, S.ST., M.Biomed
NIDN 0311018503

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Dias Sabila Novita
Tempat, Tanggal Lahir : Brebes, 22 November 2002
Agama : Islam
Alamat : Dk. Karangturi, Kec. Bumiayu,
Kab. Brebes, Prov. Jawa tengah.



Riwayat Pendidikan

1. SD SD Negeri 03 Dukuhturi Lulus Tahun 2014
2. SMP SMP Negeri 01 Paguyangan Lulus Tahun 2017
3. SMA SMA Islam Ta'allumul Huda Bumiayu Lulus Tahun 2020

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan bimbinganNya saya dapat menyelesaikan penelitian dan penyusunan tugas akhir dengan judul ” Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Suami dengan Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07 ” Penelitian ini dilakukan sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RSPAD Gatot Soebroto. Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa terselesaikannya karya tulis ilmiah ini berkat bimbingan, bantuan dan kerjasama serta dorongan berbagai pihak sehingga dapat terselesaikan dengan baik. Pada kesempatan ini dengan segala hormat peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Didin Syaefudin, SKp., SH., MARS, Ketua STIKes RSPAD Gatot Soebroto beserta jajaran yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk menuntut ilmu di Program Studi Kebidanan.
2. Christin Jayanti, S.ST., M. Kes, Ketua LPPM STIKes RSPAD Gatot Soebroto.
3. Dr. Manggiasih Dwiayu L, SST., M.Biomed, Ketua Program Studi S1 Kebidanan STIKes RSPAD Gatot Soebroto sekaligus pembimbing 1 saya yang telah menyediakan waktu, tenaga, memberikan inspirasi dan semangat serta masukan yang sangat berharga dalam mengarahkan penulis selama proses penyusunan proposal.
4. Bdn. Devi Yulianti, S.S.T., M.Bmd., Pembimbing 2 saya yang telah menyediakan waktu, tenaga, memberikan inspirasi dan semangat serta masukan yang sangat berharga dalam mengarahkan penulis selama proses penyusunan proposal.
5. Bdn. Hesti Kusumaningrum, S. ST., M. Keb, Dosen penguji sidang skripsi .
6. Puskesmas Tanah Abang yang telah bersedia bekerja sama dan memberikan dukungan.
7. Ketua RW. 07 Bendungan Hilir yang telah bersedia bekerja sama dan memberikan dukungan.
8. Dan kedua orang tua saya yang telah memberikan dukungan baik fisik maupun material.

Jakarta, 22 Januari 2025

[Dias Sabila Novita]

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik STIKes RSPAD Gatot Soebroto, saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Dias Sabila Novita
NIM : 2115201012
Program Studi : S1 Kebidanan
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKes RSPAD Gatot Soebroto **Hak Bebas Royalti Non eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi
Menopause Di Posbindu Bendungan Hilir Rw. 07

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini STIKes RSPAD Gatot Soebroto berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya tanpa meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 22 Januari 2025

Yang menyatakan



(Dias Sabila Novita)

ABSTRAK

Nama : Dias Sabila Novita
Program Studi : S1 Kebidanan
Judul : Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause Di Posbindu Bendungan Hilir Rw. 07

Latar Belakang

Menopause adalah fase alami dalam kehidupan perempuan yang sering kali disertai dengan berbagai perubahan fisik dan psikologis. Kesiapan ibu dalam menghadapi menopause dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk tingkat pengetahuan dan dukungan suami. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dan dukungan suami dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain survei analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel terdiri dari 32 ibu usia 45-55 tahun yang berada di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07, yang dipilih melalui teknik *total sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner 40 soal yang sudah valid, dan analisis data menggunakan uji *Chi-Square* untuk melihat hubungan antara variabel.

Hasil

Terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan ($p = 0,045$) dan dukungan suami ($p = 0,034$) dengan kesiapan ibu menghadapi menopause.

Kesimpulan

Pengetahuan dan dukungan suami meningkatkan kesiapan ibu menghadapi menopause.

Kata Kunci: Pengetahuan, Dukungan Suami, Kesiapan, Menopause

ABSTRACT

Name : Dias Sabila Novita
Study Program : Bachelor of degree in midwifery
Title : Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause Di Posbindu Bendungan Hilir Rw. 07

Introduction

Menopause is a natural phase in a woman's life, often accompanied by various physical and psychological changes. A mother's readiness to face menopause can be influenced by several factors, including her level of knowledge and spousal support. This study aims to analyze the relationship between maternal knowledge and spousal support with a mother's preparedness for menopause.

Method

This study employs an analytical survey design with a cross-sectional approach. The sample consists of 32 mothers aged 45-55 years from Posbindu Bendungan Hilir RW. 07, selected using a total sampling technique. Data collection was conducted using a validated 40-item questionnaire, and data analysis was performed using the Chi-Square test to examine the relationship between variables.

Results

There is a significant relationship between knowledge ($p = 0.045$) and spousal support ($p = 0.034$) with women's readiness to face menopause.

Conclusion

Knowledge and spousal support improve women's readiness to face menopause..

Keywords: *Knowledge, Spousal Support, Readiness, Menopause*

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah, Pertanyaan Penelitian dan Hipotesis	3
1. Rumusan Masalah.....	3
2. Pertanyaan Penelitian.....	3
3. Hipotesis.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian	4
1. Bagi Masyarakat	4
2. Bagi Akademik	4
3. Bagi Peneliti	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Tinjauan Pustaka	5
1. Pengetahuan.....	5
2. Dukungan Suami	9
3. Menopause	12
4. Kesiapan.....	19
B. <i>State of The Art</i>	21
C. Kerangka Teori.....	24
D. Kerangka Konsep	25

BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN	26
A. Desain Penelitian	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian	26
C. Populasi dan Subjek Penelitian	26
1. Populasi.....	26
2. Subjek Penelitian	27
D. Besar Sampel.....	27
E. Definisi Operasional	28
F. Instrumen Pengumpulan Data	30
1. Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan Ibu.....	30
2. Kisi-Kisi Kuesioner Dukungan Suami.....	31
3. Kisi-Kisi Kesiapan Ibu.....	31
G. Analisis Data	31
1. Pengolahan Data	31
2. Analisa Data	33
H. Etika Penelitian.....	34
I. Alur Penelitian.....	36
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Gambaran Lokasi Penelitian	37
B. Hasil.....	37
1. Analisis Univariat	38
2. Analisis Bivariat	41
C. Pembahasan.....	42
1. Pengetahuan Ibu Tentang Menopause	42
2. Dukungan Suami Pada Ibu Menopause	43
3. Hubungan Pengetahuan Ibu Terhadap Kesiapan Menghadapi Menopause... 44	
4. Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause	
46	
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	48
A. Kesimpulan	48
B. Saran	48

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka teori.....	24
Gambar 2. 2 Kerangka konsep	25

Gambar 3. 1 Alur penelitian.....	36
Gambar 6. 1 Sambutan dan Izin kepada responden.....	85
Gambar 6. 2 Responden mengisi kuesioner.....	85
Gambar 6. 3 Foto bersama petugas posbindu	85

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 State of art.....	23
Tabel 2. 2 Defini operasional	30
Tabel 2. 3 Kisi-kisi kuesioner pengetahuan ibu	31
Tabel 2. 4 Kisi;kisi kuesioner dukungan suami.....	31
Tabel 2. 5 Kisi-kisi kesiapan ibu	31
Tabel 4. 1 Karakteristik responden.....	38
Tabel 4. 2 Karakteristik suami ibu.....	39
Tabel 4. 3 Distribusi frekuensi pengetahuan ibu	40
Tabel 4. 4 Distribusi frekuensi dukungan suami	40
Tabel 4. 5 Distribusi frekuensi kesiapan ibu	40
Tabel 4. 6 Analisis Hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause ...	41
Tabel 4. 7 Analisis hubungan dukungan suami terhadap kesiapan ibu menghadapi menopause.....	42

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause adalah fase alami yang setiap perempuan akan hadapi, dan menurut data WHO tahun 2017, terdapat 1,94 miliar perempuan di seluruh dunia yang memasuki fase klimakterium, dengan 894 juta di antaranya sudah mengalaminya. Pada 2030, wanita usia diatas 50 tahun diperkirakan 1,2 miliar akan memasuki fase klimakterium, tiga kali lipat dibandingkan sebelumnya (Febriani et al., 2023). Meski menopause merupakan fenomena global, prevalensinya bervariasi di berbagai wilayah. Di Eropa, sekitar 70–80% perempuan mengalami sindrom menopause, sementara Amerika 60%, Malaysia 57%, China 18%, dan Jepang serta Indonesia hanya 10%. Pola makan disebut sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan ini, dengan pola makan perempuan Asia yang lebih tinggi kandungan estrogennya dibandingkan dengan perempuan Eropa. Penurunan kadar estrogen yang drastis menjadi salah satu penyebab tingginya sindrom menopause pada perempuan di Eropa (Septilia et al., 2024).

Di Indonesia, jumlah perempuan yang memasuki menopause terus meningkat. Sensus tahun 2000 mencatat sekitar 5,5 juta perempuan di atas 50 tahun (7,6% populasi), dan angka ini diperkirakan meningkat menjadi 30 juta (11,5%) pada tahun 2020. Dari total populasi Indonesia yang mencapai 262,6 juta, sekitar 30,3 juta perempuan telah mengalami menopause (Kemenkes RI, 2010). Wanita yang memasuki fase klimakterium menghadapi berbagai masalah akibat perubahan hormon, terutama rendahnya estrogen. Efek biologis dan reaksi individu yang berbeda membuat pengalaman menopause setiap wanita unik, dan hal ini sering kali mempengaruhi rasa percaya diri mereka. Banyak wanita merasa kurang siap menerima perubahan fisik dan mental yang mereka alami. Kesiapan wanita untuk menopause dipengaruhi oleh sejumlah variabel, termasuk pendidikan, sosial ekonomi, budaya, riwayat kesehatan, dan usia (Meilan & Huda, 2022).

Salah satu faktor penting yang mempengaruhi kesiapan ibu yaitu pengetahuan ibu yang baik tentang menopause, agar ibu dapat mempersiapkan diri menghadapi fase ini. Sebuah penelitian oleh Bela dkk (2023) menunjukkan bahwa dari 43 responden, 22 di antaranya (51,2%) berpengetahuan kurang, dan 23 responden (53,5%) merasa tidak siap menghadapi masa tersebut (Dewi P. et al., 2023). Pengetahuan tentang premenopause sangat penting untuk menentukan apakah dengan pemahaman yang memadai tentang premenopause, para ibu dapat mengenali perubahan dalam tubuh mereka dan mempersiapkan dirinya. Setiap perempuan akan mengalami masa premenopause sebagai bagian alami dari kehidupannya, tanpa perlu cemas atau pengobatan khusus serta melakukan apa yang mereka butuhkan untuk melakukannya (Choirin et al., 2020).

Selain pengetahuan, dukungan suami juga memainkan peran penting dalam kesiapan wanita menghadapi menopause. Ada korelasi yang signifikan antara dukungan suami dan kesiapan wanita dalam menghadapi menopause, menurut penelitian yang dilakukan di Gampong Ceurih. Dari 78 responden, mayoritas (59%) merasa bahwa suami mereka tidak memberikan dukungan yang memadai, dan lebih dari separuh wanita (53,8%) menyatakan bahwa mereka tidak siap menghadapi menopause, baik dari segi fisik, psikologis, maupun spiritual, penelitian menunjukkan bahwa dukungan suami, seperti komunikasi terbuka dan perhatian emosional, membuat wanita lebih siap menghadapi gejala menopause, serta lebih mampu mengatasi stres dan perubahan fisik yang terjadi (Riza, 2023). Dengan berbagai masalah yang dihadapi wanita premenopause, dukungan suami sangat penting karena berkaitan dengan kualitas hidup istri yang memasuki masa menopause. Kualitas hidup istri yang memasuki masa menopause berkorelasi positif dengan dukungan suami, dan sebaliknya korelasi negatif terjadi ketika suami tidak memberikan dukungan (Zakiah et al., 2023).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di RW. 07 Kelurahan Bendungan hilir pada November 2024. Hasil wawancara dari 10 ibu menopause di usia 45 hingga 55 tahun, didapatkan data 6 dari 10 ibu mengatakan tidak tahu apa itu menopause dikarenakan kurangnya informasi yang mereka

dapatkan. Dalam hal dukungan suami didapatkan 5 dari 10 suami kurang mendukung, hal tersebut disebabkan oleh kurangnya komunikasi antara suami dan ibu yang berkaitan dengan menopause. Dan hasil tingkat kesiapan menunjukkan 6 ibu kurang siap, mereka mengatakan menopause adalah fase alami yang harus dihadapi tetapi mereka tidak mengetahui bahwa menopause itu harus dipersiapkan baik secara fisik dan mental. Sementara itu, 4 ibu mengatakan tidak siap dikarenakan jika ibu sudah menopause akan terjadi perubahan pada siklus menstruasi dan keluhan yang sering ibu rasakan.

Maka dari itu kurangnya pengetahuan dan dukungan suami dapat menyebabkan ibu tidak siap untuk menghadapi menopause. Sehingga dapat timbul masalah-masalah saat ibu sudah mengalami menopause. Berdasarkan fenomena yang ada, karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan dan dukungan suami terhadap kesiapan ibu menghadapi menopause di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07.

B. Rumusan Masalah, Pertanyaan Penelitian dan Hipotesis

1. Rumusan Masalah

Dengan mempertimbangkan masalah di atas, jadi masalah yang dapat dirumuskan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan dukungan suami terhadap kesiapan ibu menghadapi menopause di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07.

2. Pertanyaan Penelitian

- a. Apakah ada hubungan antara pengetahuan ibu usia 45-55 tahun terhadap kesiapan dalam menghadapi menopause?
- b. Apakah ada hubungan antara dukungan suami terhadap kesiapan ibu usia 45-55 tahun dalam menghadapi menopause?

3. Hipotesis

- a. Ada hubungan signifikan antara pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan mereka dalam menghadapi menopause
- b. Ada hubungan signifikan antara dukungan suami dan kesiapan ibu usia 45-55 tahun dalam menghadapi menopause

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan dukungan suami terhadap kesiapan wanita menghadapi menopause di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisa hubungan pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu usia 45-55 tahun
- b. Menganalisa hubungan dukungan suami terhadap kesiapan ibu usia 45-55 tahun menghadapi menopause.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini bermanfaat bagi masyarakat dengan meningkatkan pemahaman tentang menopause, khususnya bagi ibu yang akan menghadapi fase menopause, sehingga mereka lebih siap menghadapi fase tersebut dan mendorong suami untuk memberikan dukungan emosional yang penting dalam meningkatkan kualitas hidup istri selama masa menopause

2. Bagi Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan, khususnya bagi mahasiswa Jurusan Kebidanan STIKes RSPAD Gatot Soebroto sebagai calon bidan.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan di Jurusan Kebidanan STIKes RSPAD Gatot Soebroto dan diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan bagi peneliti dan mahasiswa lainnya tentang hubungan pengetahuan dan dukungan suami dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu usia 45-55 tahun.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

1. Pengetahuan

a. Definisi Pengetahuan

Kata "pengetahuan" berasal dari bahasa Inggris. Menurut ensiklopedia filsafat, "pengetahuan" dapat didefinisikan sebagai keyakinan yang benar. Beberapa definisi lainnya diberikan secara terminologis. menurut Dr. Sidi Gazalba, pengetahuan didefinisikan sebagai Pemahaman atau wawasan yang diperoleh setelah mempelajari atau menyadari sesuatu dan menjadi pintar adalah hasil dari proses mengetahui. Pengetahuan dapat didefinisikan sebagai segala sesuatu yang terkandung dalam pikiran seseorang. Oleh karena itu, pengetahuan adalah produk dari proses upaya manusia untuk mengetahui. Menurut kamus filsafat, Pengetahuan diciptakan oleh pengalaman hidup yang dipahami secara langsung oleh manusia melalui kesadaran. Pragmatis, khususnya John Dewey, tidak melakukan perbedaan antara pengetahuan dan kebenaran. Oleh sebab itu, pengetahuan harus tepat; jika tidak, akan muncul pertentangan (Ismail et al., 2024).

b. Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri, seperti pendidikan dan usia, serta faktor dari luar, seperti pekerjaan dan pengalaman.

a) Pendidikan

Pendidikan meliputi segala aspek kehidupan seseorang, sejak lahir hingga akhir hayat, termasuk hubungan individu dengan lingkungannya, baik dalam konteks formal maupun informal. Menurut Sunaryo (2002), semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin banyak pengetahuan yang mereka miliki, yang dapat berdampak pada cara mereka berpikir dan berpikir, faktor

predisposisi mencakup pendidikan, pekerjaan, nilai, dan kepercayaan, sementara faktor pendorong meliputi sikap serta perilaku tenaga kesehatan. Selain itu, faktor pendukung terdiri dari sarana atau fasilitas yang tersedia. dapat mempengaruhi pembentukan pengetahuan (Notoatmodjo dalam Affandi A. & Soliha E., 2023).

b) Umur

Menurut Purwodarminto (1985), umur adalah lamanya seseorang hidup sejak kelahiran atau sejak sesuatu diciptakan. Ada dua pandangan tradisional terkait perkembangan sepanjang hidup. Pertama, semakin tua seseorang, semakin bijaksana ia menjadi, karena telah mengalami lebih banyak hal dan memperoleh lebih banyak pengetahuan. Kedua, orang yang sudah tua sulit mempelajari keterampilan baru karena mengalami penurunan kondisi fisik dan mental (Affandi A. & Soliha E., 2023).

c) Pekerjaan

Pekerjaan merupakan kegiatan yang dilakukan seseorang untuk memperoleh penghasilan. Setiap pekerjaan memerlukan waktu dan usaha untuk diselesaikan, dengan beragam jenis pekerjaan yang memiliki nilai penting dan patut diperhatikan. Orang-orang yang sibuk sering kali hanya memiliki waktu terbatas untuk memperoleh informasi (Affandi A. & Soliha E., 2023).

d) Pengalaman

Menurut notoatmodjo, pengalaman adalah sesuatu yang telah dialami, dijalani, atau dirasakan kemudian tersimpan dalam ingatan. Pengalaman terbentuk dari kombinasi indera, seperti penglihatan, persepsi, dan pendengarn, serta dipengaruhi oleh kejadian masa depan. Pengalaman yang luas akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, (Affandi A. & Soliha E., 2023).

c. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2007), pengetahuan, juga dikenal sebagai kognitif, memainkan peran penting dalam menentukan perilaku

seseorang. Dalam teorinya, Benjamin Bloom menyatakan bahwa pengetahuan yang digunakan dalam permainan kognitif terdiri dari enam tingkatan (Rini & Fadlilah, 2021), yaitu :

a) Tahu (*Know*)

Tahu dapat diartikan sebagai mengingat kembali materi yang telah dipelajari sebelumnya. Hal ini mencakup mengingat kembali informasi tertentu dari keseluruhan bahan yang telah dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh karena itu, mengetahui merupakan tingkat pemahaman yang paling dasar.

b) Memahami (*comprehension*)

Memahami adalah kemampuan untuk menjelaskan dan mengerti sesuatu dengan tepat. Seseorang yang telah memahami suatu konsep atau materi seharusnya mampu menjelaskan, memberikan contoh, membuat kesimpulan, serta memprediksi berdasarkan apa yang telah dipelajarinya.

c) Aplikasi (*Application*)

Aplikasi adalah kemampuan menerapkan materi yang telah dipelajari dalam situasi nyata. Hal ini mencakup penggunaan rumus, metode, hukum, dan prinsip dalam berbagai konteks dan kondisi.

d) Analisa (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan menguraikan suatu materi atau objek ke dalam strukturnya serta membaginya menjadi bagian-bagian yang saling berkaitan. Kemampuan ini ditunjukkan melalui penggunaan kata kerja seperti menggambarkan, membedakan, memisahkan, dan mengelompokkan.

e) Sintesis (*Synthesis*)

Kemampuan untuk menggabungkan atau menyusun berbagai bagian menjadi suatu bentuk yang baru dikenal sebagai sintesis. Bisa dikatakan, sintesis adalah kemampuan untuk merumuskan sesuatu yang baru berdasarkan formulasi yang telah ada.

f) Evaluasi (*Evaluation*)

Menurut Notoatmodjo (2007), Evaluasi suatu kemampuan menilai dan menganalisis suatu hal atau materi secara lebih mendalam. Yang bisa dilakukan berdasarkan standar yang telah ditetapkan sendiri maupun yang sudah tersedia.

d. Cara Pengukuran Pengetahuan

Pengetahuan bisa diukur dengan menggunakan wawancara atau kuesioner yang berisi pertanyaan mengenai materi yang akan dinilai kepada responden atau subjek penelitian. Tingkat pengetahuan yang diukur bisa disesuaikan dengan level tertentu. Menurut Arikunto (2001), pengetahuan dianggap baik jika skornya lebih dari 75%, dan kurang jika skornya di bawah 75%. Penilaian dilakukan dengan membandingkan total jawaban dengan skor maksimal yang diharapkan, lalu dikalikan 100% untuk mendapatkan persentase, sesuai dengan rumus berikut (Rini & Fadlilah, 2021) :

$$P = f/n \times 100\%$$

Keterangan:

P = persentasi

f = frekuensi dari semua alternatif jawaban yang dipilih responden untuk pernyataan yang diajukan

n = Jumlah frekuensi dari semua alternatif jawaban yang dipilih peneliti oleh responden.

100% = Menurut Serbaguna (2008), 100% adalah bilangan genap.

Selain itu, skala kualitatif dapat digunakan untuk mengukur dan menginterpretasikan informasi seseorang:

a. Baik: hasil presentasi 76% hingga 100%

b. Hasil presentasi yang cukup dari 56% hingga 75%

c. Ada kekurangan hasil presentasi kurang dari 56%

2. Dukungan Suami

a. Definisi Dukungan Suami

Dukungan bisa diartikan sebagai bentuk interaksi yang melibatkan hubungan atau ikatan sosial antara individu. Bentuk dukungan ini dapat berupa dukungan emosional, dorongan untuk mengungkapkan perasaan, memberikan saran atau informasi, serta bantuan fisik atau material. Menurut Kurniawati (2007), dukungan mencakup informasi atau nasihat yang diberikan secara lisan dan non-verbal, serta kedekatan yang terbentuk melalui kehadiran orang lain, yang dapat memberikan dampak positif secara emosional maupun perilaku bagi penerimanya (Purnamawati Leli, 2023). Dukungan suami adalah hubungan antara keluarga dan lingkungan sosialnya. Peran suami sangat penting dalam keluarga karena memberi dukungan atau dorongan membuat seseorang merasa diperhatikan. Dukungan suami dapat berupa dukungan psikologis, seperti motivasi, perhatian, dan penerimaan. Dukungan suami juga dapat berupa dukungan instrumental, informasional, penghargaan, dan emosional (Friedman dalam Musthofa Irsyad et al., 2024).

b. Jenis Dukungan Suami

Dalam teori Friedman et al. (2010) membagi dukungan suami menjadi 4 (empat) kategori (Andayani Fitria, 2024), yaitu:

a) Dukungan Informasional

Menurut Hause & Newman (1997), dalam Friedman et al. (2010), dukungan informasional dapat didefinisikan sebagai dukungan dalam bentuk komunikasi opini atau kenyataan yang relevan tentang tantangan saat ini. Jenis dukungan ini dapat mencakup nasihat dan informasi yang dapat membantu seseorang menjadi lebih baik dalam menyelesaikan masalah yang mereka hadapi. Jenis Dukungan ini termasuk dalam bentuk penyampaian informasi, rekomendasi, Atau tanggapan mengenai keadaan dan situasi seseorang. Manfaatnya yaitu dapat mencegah suatu penyebab stress muncul karena informasi yang disampaikan akan membantu

dalam menentukan tindakan yang tepat. Rekomendasi, bimbingan, dan informasi adalah contoh dukungan ini.

b) Dukungan Penilaian

Dukungan penilaian adalah suatu pengakuan yang diberikan kepada seseorang tergantung kondisi yang dihadapinya. Penghargaan ini dapat mencakup pengakuan terhadap pencapaian dalam kehidupan keluarga berdasarkan keadaan yang sebenarnya, serta mencakup penilaian baik dan buruk yang memiliki makna penting bagi individu tersebut.

c) Dukungan Instrumental

Pemberian sumber daya yang bisa memberikan bantuan langsung, seperti pinjaman dana untuk menyediakan materi, makanan, dan layanan, merupakan jenis dukungan ini. Dukungan ini bisa menurunkan stres karena orang dapat langsung memecahkan masalah materi mereka. Dukungan instrumental sangat penting untuk mempercepat penyelesaian masalah.

d) Dukungan Psikologis

Sumber dukungan sosial bertujuan agar seseorang merasa diperhatikan, disayangi, nyaman, dan terlindungi, sehingga mereka lebih mampu menghadapi masalah. Dalam kondisi yang dirasa sulit dikendalikan, dukungan ini menjadi sangat berharga. Menurut Febriyanti (2016), dukungan yang melibatkan ungkapan kepedulian, empati, dan perhatian dikenal sebagai dukungan emosional .

c. Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Suami

Menurut teori Bobak & Lowdermilk, Terdapat beberapa faktor yang berpengaruh terhadap dukungan dari suami (Astiti & Purnamayanti, 2022), yaitu antara lain:

1) Tingkat pendidikan suami.

Pendidikan suami berperan dalam membentuk pemahaman dan wawasannya mengenai peran serta kebutuhan istri untuk mendapatkan perawatan kesehatan dan pendidikan kesehatan, yang berdampak pada kemampuan suami untuk membuat keputusan.

Kemampuan kognitif berperan dalam membentuk cara seseorang dalam berpikir, termasuk kemampuan untuk memahami berbagai faktor terkait penyakit dalam usaha menjaga kesehatan.

2) Pendapatan dan Sosial

Kemampuan suami untuk membantu biaya kesehatan ibu dipengaruhi oleh pendapatan keluarga. Faktor ekonomi menjelaskan bahwa tanggapan individu terhadap gejala penyakit biasanya semakin baik seiring dengan peningkatan ekonomi individu. Faktor sosial bisa menambah risiko penyakit, mempengaruhi cara seseorang mengenali penyakitnya, serta menentukan respons terhadapnya.

3) Pengaruh Budaya

Pandangan bahwa istri tidak setara dengan suami berdampak pada perilaku suami terhadap kesehatan reproduksi istri.

d. Mengukur Dukungan Suami

Kuesioner tentang dukungan suami terdiri dari beberapa pernyataan yang mencakup empat komponen utama yaitu, dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan alat, dan dukungan psikologis. Kuesioner ini mengikuti pedoman skala Guttman, yang disusun berdasarkan hierarki pertanyaan yang saling berhubungan. Skala ini terdiri dari serangkaian pertanyaan dikotomis, biasanya berbentuk pilihan "ya" atau "tidak", yang berfungsi untuk menilai tingkat dukungan atau ketidaksetujuan seseorang terhadap suatu pernyataan. Pertanyaan-pertanyaan tersebut disusun secara berurutan untuk mencerminkan sikap yang semakin ekstrim terhadap suatu isu (Yusrizal & Rahmati, 2022).

Kategorisasi dukungan suami dilakukan menggunakan kategori ordinal dengan langkah-langkah berikut (Yuzrizal, 2016) :

a) Nilai tertinggi (XT)

XT = Jumlah pertanyaan x skor tertinggi tiap butir pertanyaan

$$XT = 11 \times 1$$

$$= 11$$

b) Nilai Terendah (XR)

$$\begin{aligned} XR &= \text{Jumlah pertanyaan} \times \text{skor terendah tiap butir pertanyaan} \\ &= 11 \times 0 \\ &= 0 \end{aligned}$$

c) Menentukan μ (Mean)

$$\begin{aligned} \mu &= 1/2 (XT + XR) \\ &= 1/2 (11+0) \\ &= 5,5 \end{aligned}$$

d) Menentukan σ (Standar deviasi)

$$\begin{aligned} \sigma &= 1/6 (XT - XR) \\ &= 1/6 (11-0) \\ &= 1,8 \end{aligned}$$

e) Klasifikasi untuk variabel dukungan suami dibagi menjadi tiga kategori, yaitu :

$$\begin{aligned} \text{Baik} &: x \geq (\mu + 1,0 \sigma) \\ &: x \geq (5,5 + 1,0 \cdot 1,8) \\ &: x \geq 7 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Cukup} &: (\mu - 1,0 \sigma) \leq x < (\mu + 1,0 \sigma) \\ &: (5,5 - 1,0 \cdot 1,8) \leq x < (5,5 + 1,0 \cdot 1,8) \\ &: 4 \leq x < 7 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Kurang} &: x < (\mu - 1,0 \sigma) \\ &: x < (5,5 - 1,0 \cdot 1,8) \\ &: x < 4 \end{aligned}$$

3. Menopause

a. Definisi Menopause

Menopause merupakan kondisi di mana menstruasi berhenti secara permanen akibat tidak berfungsinya ovarium. Biasanya, menopause dikonfirmasi setelah satu tahun tanpa menstruasi, dan ini dilihat secara retrospektif. Masa sebelum menopause disebut peri-menopause, yang ditandai dengan perubahan hormon dan biologis, serta menstruasi yang tidak teratur. Kurang lebih 80% wanita mengalami setidaknya satu

gejala menopause, dan 45% menghadapi masalah terkait kondisi ini. Usia rata-rata menopause adalah 52 tahun, meski umumnya terjadi antara usia 45 hingga 58 tahun (Pratiwi & Liswanti, 2021). Berakhirnya siklus menstruasi disertai dengan menurunnya produksi hormon reproduksi, khususnya estrogen dan progesteron, merupakan tahap alami dalam kehidupan seorang wanita yang dikenal sebagai menopause. Meskipun menopause sering dianggap sebagai akhir dari masa subur wanita, itu sebenarnya adalah awal dari fase baru dalam kehidupan yang disebut post-menopause. Kondisi ini biasanya terjadi pada rentang usia 45 hingga 55 tahun, tetapi waktu yang tepat untuk terjadi dapat berbeda dari wanita ke wanita (Saras Tresno, 2024).

Menopause tidak sama dengan lanjut usia. Seseorang yang mengalami menopause belum tentu tergolong lanjut usia, namun orang yang sudah lanjut usia pasti telah melewati menopause. Seseorang dianggap lansia jika telah berusia 65 tahun atau lebih. Lansia bukanlah suatu penyakit, melainkan tahap kehidupan yang lebih lanjut di mana tubuh semakin sulit menyesuaikan diri terhadap tekanan dari lingkungan. Kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan antara stres fisik dan emosional dikenal sebagai lansia. Kegagalan ini dikaitkan dengan peningkatan kepekaan individu dan penurunan daya kemampuan untuk hidup. Berdasarkan definisi ini, menopause adalah berhentinya menstruasi yang menandai berakhirnya masa kesuburan wanita. Hal ini terjadi akibat penurunan produksi estrogen, yang umumnya dialami oleh wanita di atas usia 51 tahun, meskipun waktu terjadinya menopause dapat bervariasi pada setiap individu (Pratiwi & Liswanti, 2021).

b. Proses Fisiologi Menopause

Menopause merupakan proses fisiologis yang dialami wanita, terjadi seiring bertambahnya usia dan melibatkan penurunan bertahap dalam produksi hormon reproduksi oleh ovarium, terutama *estrogen* dan *progesteron* (Adiputra S. et al., 2021). Ini adalah gambaran umum dari proses fisiologis yang terjadi selama menopause:

a) Penurunan produksi hormon reproduksi

Saat seorang wanita mendekati menopause, ovarium mulai mengalami penurunan dalam jumlah folikel ovarium dan kemampuan untuk menanggapi stimulasi hormon dari hipotalamus dan kelenjar pituitari. Akibatnya, produksi estrogen dan progesteron menurun, yang mempengaruhi siklus menstruasi dan gejala menopause.

b) Fase perimenopause

Perimenopause adalah fase transisi yang terjadi beberapa tahun sebelum menopause sebenarnya, ketika produksi hormon ovarium menjadi tidak stabil, yang menyebabkan siklus menstruasi tidak teratur dan munculnya gejala menopause. Fase ini biasanya dimulai beberapa tahun sebelum menopause sebenarnya, dan dapat berlangsung selama beberapa tahun.

c) Menopause

Ketika wanita tidak menstruasi selama 12 bulan berturut-turut, wanita itu secara resmi menopause. Pada saat ini, ovarium tidak lagi melepaskan sel telur, dan produksi hormon estrogen serta progesteron menurun secara signifikan. Menopause umumnya terjadi pada rentang usia 45 hingga 55 tahun, tetapi usia ini dapat berbeda untuk setiap wanita.

d) *Post-menopause*

Waktu setelah menopause disebut *post-menopause*. Selama periode ini, orang masih dapat mengalami tanda-tanda menopause seperti sensasi panas (*hot flashes*), berkeringat di malam hari, serta perubahan mood meskipun intensitasnya mungkin lebih sedikit daripada selama perimenopause. Karena penurunan kadar estrogen dalam tubuh, wanita *post-menopause* lebih rentan terhadap osteoporosis dan penyakit kardiovaskular.

Wanita yang mengalami menopause dapat mempersiapkan diri secara mental dan fisik untuk transisi ini dengan memahami proses fisiologisnya. Dengan dukungan yang tepat dan pengetahuan tentang

perubahan yang terjadi dalam tubuh mereka, mereka dapat mengelola gejala mereka dengan lebih baik dan menjalani gaya hidup yang sehat selama dan setelah menopause (Adiputra S. et al., 2021).

c. Patofisiologi Menopause

Menopause adalah proses fisiologis alami yang terjadi pada wanita seiring bertambahnya usia, ditandai dengan penurunan drastis jumlah folikel ovarium primer. Akibatnya, jumlah folikel yang tersisa tidak cukup untuk merespons stimulasi FSH, sehingga lonjakan LH tidak terjadi dan ovulasi terhenti. Hal ini menyebabkan produksi estrogen menurun dan menstruasi berhenti. LH dan FSH tetap berada pada kadar tinggi selama bertahun-tahun setelah menopause terjadi. Meskipun demikian, sejumlah kecil estrogen masih dapat diproduksi melalui konversi testosteron yang dilepaskan oleh kelenjar adrenal, sehingga beberapa individu hanya mengalami sedikit atau bahkan tidak merasakan gejala selain berhentinya menstruasi. Lebih dari 80% wanita mengalami gejala menopause, namun setiap individu memiliki pengalaman yang berbeda dalam menghadapi perubahan ini. Berbagai faktor dapat mempengaruhi proses fisiologis menopause, seperti pola makan, kebiasaan merokok, etnisitas, kondisi kesehatan, aktivitas fisik, status sosial ekonomi, indeks massa tubuh, serta kesehatan reproduksi secara keseluruhan (Peacock et al., 2023).

d. Gejala Dan Tanda Menopause

Selama menopause, penurunan kadar estrogen dapat menyebabkan berbagai gejala. Meskipun gejala perimenopause bervariasi di setiap populasi wanita menopause, beberapa wanita mengalami gejala yang tidak nyaman, sementara sisanya hampir tidak mengalami gejala selama perimenopause. Oleh karena itu, penting untuk memahami menopause sehingga kita dapat merencanakan intervensi yang bermanfaat untuk meningkatkan kualitas hidup. Menurut National Institute of Ageing, beberapa perubahan yang terjadi di setiap aspek kehidupan wanita (Pratiwi & Liswanti, 2021), termasuk:

a) Perubahan Siklus Menstruasi

Ovulasi menjadi lebih teratur, dan Anda mungkin melewatkan beberapa periode, dan interval antara menstruasi dapat lebih lama atau lebih pendek. Perimenopause awal ditandai dengan perubahan panjang siklus menstruasi, yang dapat lebih dari tujuh hari. Perimenopause akhir ditandai dengan dua periode menstruasi atau lebih dan selang waktu 60 hari atau lebih.

b) *Hot Flashes* atau Keringat Malam

Gejala vasomotor, seperti *hot flashes* atau keringat malam, sering menjadi gangguan bagi banyak wanita. Saat mengalami hot flash, akan merasakan sensasi panas di wajah dan tubuh bagian atas, disertai banyak keringat, dan terkadang hot flashes disertai dengan sensasi menggigil atau merasa kedinginan. Kondisi ini juga bisa terjadi saat tidur. Frekuensinya bervariasi, mulai dari beberapa kali dalam satu jam, beberapa kali sehari, hingga hanya satu atau dua kali dalam seminggu. Sering kali, gejala ini berlangsung selama beberapa tahun sebelum akhirnya berhenti. Faktor risiko seperti ras atau etnis, indeks massa tubuh, dan kebiasaan merokok berhubungan dengan kemungkinan lebih besar mengalami *hot flashes*.

c) Kulit dan Jaringan Lain

Kulit menjadi kering seiring bertambahnya usia karena mulai kehilangan kolagen, jaringan protein. Kulit dapat menjadi lebih tipis dan tidak elastis karena kesalahan ini. Jika jaringan vagina terpengaruh, perubahan ini dapat menyebabkan vagina lebih kering dan menyebabkan infeksi lebih mudah.

d) Kelelahan dan kekurangan tidur

Banyak wanita mengalami masalah tidur dan kelelahan, terutama sebelum dan setelah menopause. Wanita yang berkeringat di malam hari dapat terbangun di tengah malam dan kemudian mengalami kesulitan untuk tidur kembali setelah terbangun. Berulang kali, wanita akan lelah dan tidak memiliki energi untuk melakukan aktivitas keesokan harinya.

e) Seks

Beberapa wanita setelah menopause mengatakan mereka tidak lagi memiliki minat dalam seks. Wanita dapat berkonsultasi dengan dokter jika perubahan tersebut mengganggu mereka. Misalnya, obat yang diresepkan untuk mengobati depresi, tekanan darah tinggi, dan kolesterol.

f) Perubahan Mood

Ada bukti yang menunjukkan bahwa stres, riwayat depresi, dan kesehatan yang kurang baik dapat meningkatkan kemungkinan mengalami perubahan suasana hati, kecemasan, dan mudah tersinggung selama masa transisi menopause. Oleh karena itu, beberapa wanita paruh baya terkadang mengalami perubahan suasana hati yang ekstrem dan sulit diprediksi.

g) Perubahan Fisik

Perubahan fisik seperti nyeri atau kekakuan otot, peningkatan berat badan, dan penurunan massa otot sering terjadi. Kehilangan massa otot membuat tubuh lebih sulit membakar kalori, yang akhirnya menyebabkan kenaikan berat badan.

e. Faktor Yang Mempengaruhi Menopause

Beragam faktor dapat mempengaruhi gejala menopause, dan setiap individu dapat mengalaminya dengan cara yang berbeda. Berikut beberapa faktor yang berperan dalam munculnya gejala menopause (Srimiyati, 2020):

a) Usia

Menurut Notoatmodjo (2003), seiring bertambahnya usia, seseorang akan lebih siap menghadapi menopause karena pengalaman yang telah didapat. Pengalaman ini dapat membantu wanita dalam memahami dan mengelola perubahan yang terjadi selama masa menopause, sehingga mereka bisa lebih baik beradaptasi dengan gejala yang muncul.

b) Psikis

Wanita yang menopause mengalami perubahan fisik dan psikologis yang berbeda, termasuk penurunan tenaga, konsentrasi, kemampuan untuk mengingat, dan perubahan emosi seperti menjadi tidak sabar, sulit tidur, kesepian, kesepian, dan ketakutan (Srimiyati, 2020).

c) Pengetahuan dan Pemahaman

Menurut Kasdu (2002), mendapatkan pengetahuan dan pemahaman yang baik dapat membantu mempersiapkan diri agar dapat menjalani masa menopause dengan lebih baik, wanita yang memiliki pemahaman yang baik tentang menopause diharapkan dapat mengambil langkah untuk mengurangi gejala sejak dini serta mempersiapkan diri secara mental, sehingga dapat melewati menopause dengan lebih nyaman dan minim keluhan.

d) Pendidikan

Menurut Yang et al. (2008), tingkat pendidikan tidak hanya mempengaruhi pengetahuan tetapi juga dapat berkontribusi pada munculnya gejala menopause. Wanita dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai kesehatan, sehingga dapat membantu mereka dalam memahami dan menghadapi perubahan yang terjadi selama menopause (Srimiyati, 2020).

e) Paritas dan Menopause

Menurut Virgian (2008), wanita dengan paritas rendah cenderung mengalami menopause lebih lambat, dengan rata-rata usia menopause sekitar 47 tahun. Sebaliknya, wanita yang memiliki lebih dari tiga anak cenderung mengalami menopause lebih awal. Tingginya paritas dapat berkontribusi pada penurunan produksi hormon estrogen dalam tubuh wanita, yang mempengaruhi waktu terjadinya menopause.

4. Kesiapan

a. Definisi Kesiapan

Menurut Good (2003:473) dalam *Dictionary of Education*, kesiapan didefinisikan sebagai "keinginan, motivasi serta kapasitas untuk terlibat dalam aktivitas tertentu". Dengan kata lain, kesiapan mencakup kemampuan untuk terlibat dalam suatu kegiatan, dorongan untuk melakukannya, serta kemauan untuk bertindak. S. Nasution (2003:179) juga menambahkan kesiapan adalah keadaan yang terjadi sebelum suatu tindakan dilakukan; proses mental tidak akan terjadi tanpa adanya kesiapan atau kemauan. Selain itu, menurut Slameto (2010:113), kesiapan merujuk pada kondisi menyeluruh seseorang yang memungkinkan dirinya untuk merespons atau memberikan jawaban tertentu terhadap suatu keadaan" (Rusdiana A & Nasihudin, 2018).

b. Kesiapan Ibu Menopause

Persiapan menopause adalah proses yang dialami wanita premenopause dan Dapat terpengaruh oleh berbagai aspek, seperti usia, tingkat pengetahuan, pendidikan, status sosial ekonomi, budaya sekitar, serta riwayat kesehatan (Anisa Nur & Aprilina Dwi, 2023). Kesiapan sendiri didefinisikan sebagai respon seseorang terhadap situasi baru dengan berbagai cara, baik fisik, mental, maupun spiritual. Secara fisik, wanita diharapkan menerima perubahan alami menopause dengan menjaga gaya hidup sehat melalui olahraga teratur, konsumsi makanan bergizi, menghindari rokok dan alkohol, serta konsultasi dengan dokter. Dari sisi mental, wanita perlu memiliki pola pikir positif, menerima perubahan dengan lapang dada, dan mengelola stres dengan baik. Dari aspek spiritual, mempererat hubungan dengan Tuhan serta meningkatkan kualitas ibadah juga menjadi hal yang penting dapat membantu menciptakan penerimaan yang positif terhadap kondisi ini. Dengan pemahaman yang baik, seorang wanita dapat melihat menopause sebagai bagian alami dari kehidupan (Anisa Nur & Aprilina Dwi, 2023).

c. Mengukur Kesiapan

Kesiapan ibu didapatkan dari dari kuesioner yang menggunakan pedoman skala Guttman disusun berdasarkan hierarki pertanyaan yang saling berhubungan dan terdiri dari serangkaian pertanyaan dikotomis, umumnya dalam bentuk "ya" atau "tidak". Skala ini digunakan untuk mengukur sejauh mana seseorang mendukung atau menolak suatu pernyataan. Pertanyaan-pertanyaan tersebut dirancang secara bertahap untuk mencerminkan sikap yang semakin ekstrim terhadap suatu isu (Yusrizal & Rahmati, 2022). Kategorisasi kesiapan ibu dilakukan menggunakan menggunakan kategori ordinal berikut langkah-langkahnya (Yuzrizal, 2016) :

a) Nilai Tertinggi (XT)

XT = Jumlah pertanyaan x skor tertinggi tiap butir pertanyaan

$$XT = 13 \times 1$$

$$= 13$$

b) Nilai Terendah (XR)

XR = Jumlah pertanyaan x skor terendah tiap butir pertanyaan

$$= 13 \times 0$$

$$= 0$$

c) Menentukan μ (Mean)

$$\mu = 1/2 (XT + XR)$$

$$= 1/2 (13+0)$$

$$= 6,5$$

d) Menentukan σ (Standar deviasi)

$$\sigma = 1/6 (XT - XR)$$

$$= 1/6 (13-0)$$

$$= 2,16$$

e) Menetapkan batas skoring untuk variabel kesiapan dibagi menjadi tiga kategori, yaitu :

$$\text{Baik} : x \geq (\mu + 1,0 \sigma)$$

$$: x \geq (6,5 + 1,0 \cdot 2,16)$$

$$: x \geq 9$$

Cukup : $(\mu - 1,0 \sigma) \leq x < (\mu + 1,0 \sigma)$

: $(6,5 - 1,0 \cdot 2,16) \leq x < (6,5 + 1,0 \cdot 2,16)$

: $4 \leq x < 9$

Kurang : $x < (\mu - 1,0 \sigma)$

: $x < (6,5 - 1,0 \cdot 2,16)$

: $x < 4$

B. State of The Art

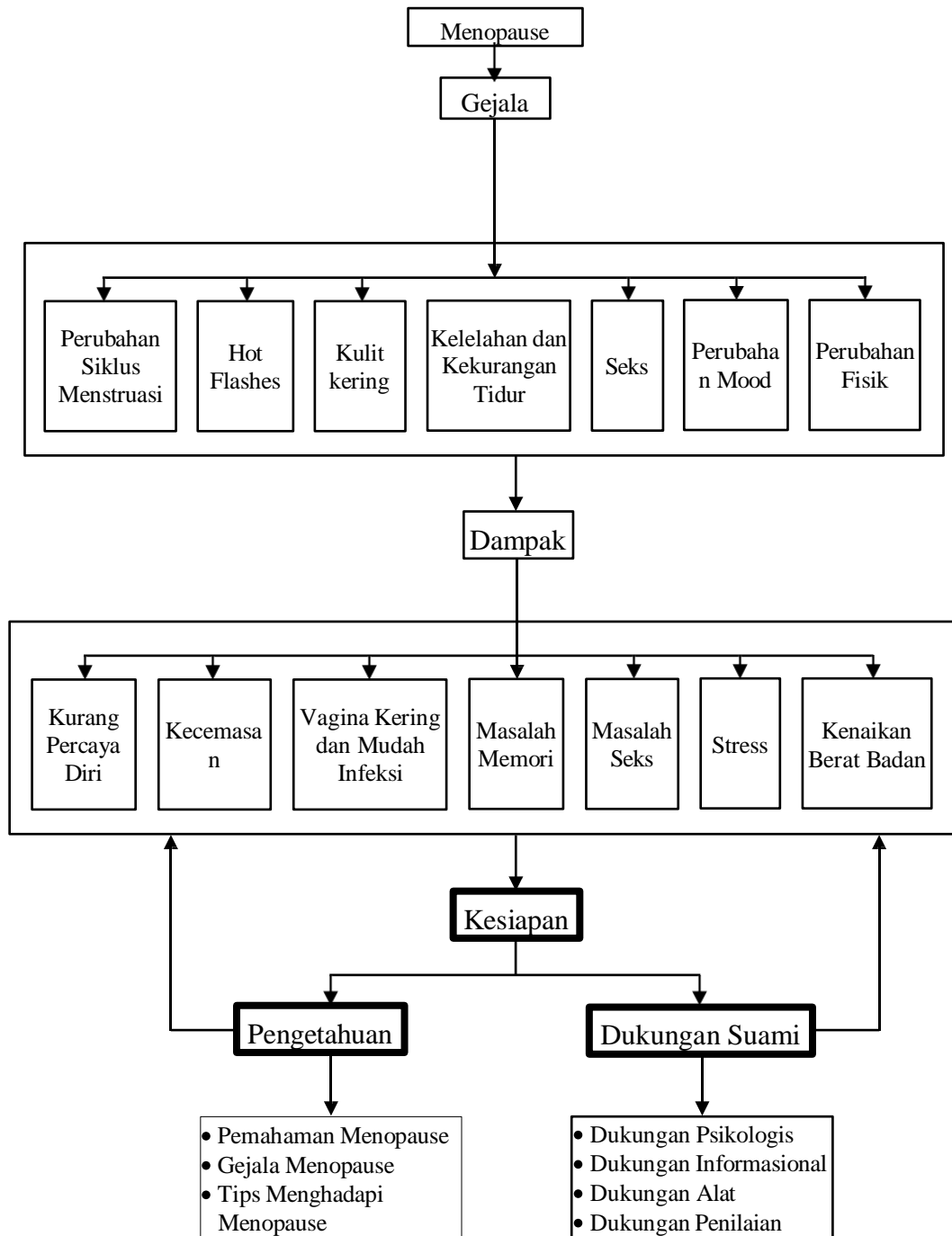
Tahun	Penulis	Judul Jurnal	Hasil Penelitian
2024	Katarina Iit ¹ , Liza Erviana ² , Febrina Millennia.	Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause Di Desa Wajok Hilir Tahun 2023.	Responden berpengetahuan kurang ada 14 responden (42,4%), 13 orang (39,4%) cukup, dan sangat sedikit dari responden berpengetahuan baik yaitu 6 responden (18,2%). Responden tidak siap menghadapi menopause sejumlah 16 responden (48,5%) (Lit Katarina et al., 2024).
2022	Evy Tri Susanti ¹ , Utami Indrajati ¹ .	Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause.	penelitian yang dilakukan pada 33 orang di RT 09 RW 04 Kelurahan Krincing Kecamatan Secang Kabupaten Magelang, ditemukan bahwa Sebanyak 48,5% ibu premenopause memiliki tingkat pengetahuan yang rendah tentang menopause, sementara 54,5% ibu premenopause menunjukkan kesiapan yang

			kurang dalam menghadapi menopause. Ada korelasi dengan nilai signifikansi 0,000 (Susanti & Indrajati, 2022).
2023	Aridzka, Andriyani, Via Zakiah	Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Masa Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Bungku Kabupaten Morowali	Dari 161 responden, 6 di antaranya tidak siap, dan 70 di antaranya cukup dan 11 di antaranya tidak siap. Kategori dukungan suami yang kurang dan tidak siap menghadapi masa menopause, berjumlah 8 responden (42,1%), dan 11 responden tidak siap. Di wilayah kerja Puskesmas Bungku, terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan suami terhadap kesiapan ibu untuk menghadapi masa menopause, menurut hasil uji chi square (Zakiah et al., 2023).
2023	Nelva riza	Hubungan Dukungan Suami Dengan Kesiapan Wanita Dalam Menghadapi Masa Menopause Di Gampong Ceurih	Hasilnya menunjukkan bahwa 32 (41,0%) dari 46 responden yang tidak mendapatkan dukungan suami, 32 orang (41,0%) termasuk dalam kategori tidak siap. Selain itu, terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan kesiapan wanita

			dalam menghadapi menopause (Riza, 2023).
--	--	--	---

Tabel 2. 1 State of art

C. Kerangka Teori

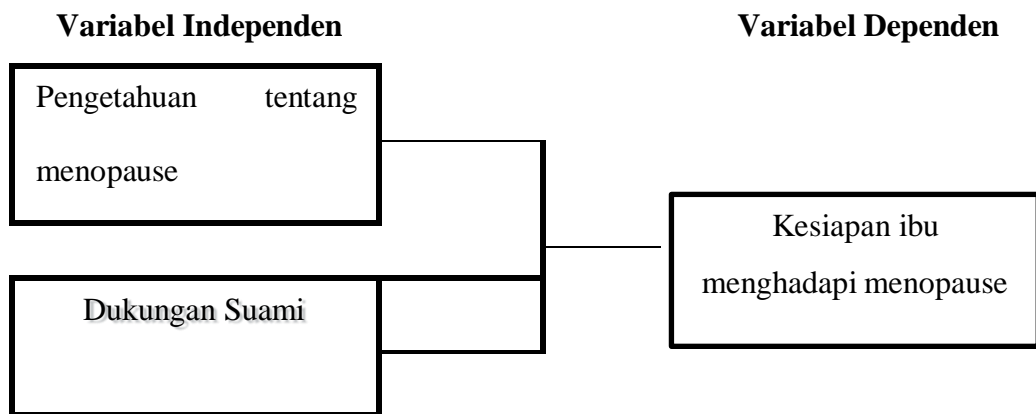


Gambar 2. 1 Kerangka teori

Keterangan : Diteliti **————**

Tidak diteliti **————**

(Affandi A. & Soliha E., 2023; Andayani Fitria, 2024)

D. Kerangka Konsep**Gambar 2. 2** Kerangka konsep

BAB 3

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Studi ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain survei analitik. Namun, metode cross-sectional digunakan untuk menyelidiki hubungan antara variabel independen dan dependen. Ini dilakukan dengan menggunakan metode pengumpulan data sekaligus pada waktu tertentu. Studi ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain survei analitik. Namun, metode cross-sectional digunakan untuk menyelidiki hubungan antara variabel independen dan dependen. Ini dilakukan dengan menggunakan metode pengumpulan data sekaligus pada waktu tertentu. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui kuesioner dan bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan dan dukungan suami terhadap kesiapan ibu dalam menghadapi menopause.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di posbindu. Pengumpulan data akan dilakukan pada hari layanan posbindu yang sesuai dengan jadwal kegiatan di wilayah RW. 07 Bendungan Hilir pada tanggal 11 Desember 2024, agar dapat menjangkau lebih banyak responden. Penelitian ini akan dilaksanakan di posbindu yang telah dipilih di posbindu merupakan lokasi yang tepat karena menjadi tempat berkumpulnya ibu yang akan menjadi subjek penelitian, serta merupakan pusat pelayanan kesehatan ibu yang relevan dengan topik menopause.

C. Populasi dan Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi merujuk pada kelompok subjek atau objek dengan jumlah dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti sebagai fokus penelitian, guna dianalisis dan ditarik kesimpulan. (Adiputra S. et al., 2021) . Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu berusia 45-55 tahun yang ada di Posbindu Bendungan Hilir RW.07 yaitu 32 ibu.

2. Subjek Penelitian

Metode pemilihan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-random sampling* adalah *purposive sampling*. Pengambilan sampel non-random merupakan metode pemilihan sampel yang tidak didasarkan pada probabilitas yang dapat dihitung, melainkan hanya dipilih berdasarkan aspek-aspek praktis semata. Purposive sampling dilakukan dengan mempertimbangkan kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti, berdasarkan karakteristik atau ciri-ciri populasi yang telah diketahui sebelumnya (Masriadi et al., 2021). Berdasarkan penilaian pribadi peneliti, sebagian anggota populasi kemudian dipilih sebagai sampel penelitian. Dengan demikian, teknik purposive ini didasarkan pada keputusan subjektif peneliti. Sampel untuk penelitian "Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Suami terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause di Posbindu Bendungan Hilir RW.07 " adalah ibu yang berusia 45-55 tahun di wilayah Posbindu Bendungan Hilir RW. 07 yang masuk dalam kriteria sampel serta kriteria inklusi penelitian sebanyak 32 responden.

D. Besar Sampel

Dalam penelitian ini, populasi ibu di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07 mungkin tidak terlalu besar, sehingga peneliti menggunakan teknik total sampling untuk membantu mendapatkan ukuran sampel yang lebih tepat dan memungkinkan peneliti untuk menetapkan *margin of error* yang diinginkan, sehingga peneliti agar memperoleh hasil yang lebih tepat dan sesuai dengan harapan mereka dalam hal keakuratan data. (Masriadi et al., 2021).

Adapun kriteria inklusi dan eksklusi yang peneliti tentukan :

a. Kriteria inklusi

- 1) Ibu usia 45-55 tahun yang sudah menopause
- 2) Ibu yang memiliki suami
- 3) Tidak bekerja sebagai tenaga kesehatan (bidan, perawat, dokter)

b. Kriteria eksklusi

- 1) Ibu yang Mengalami Gangguan Kognitif atau Psikologis (*Alzheimer* atau *demensia*, depresi berat, *skizofrenia*, atau gangguan kecemasan yang signifikan)
- 2) Ibu dengan Penyakit Kronis atau Akut yang Berat (Penyakit jantung koroner, kanker. *stroke*, dan penyakit lainnya)

E. Definisi Operasional

Menurut Wahab (2013), definisi operasional merujuk pada penjabaran variabel secara konkret berdasarkan karakteristik yang dapat diamati, sehingga memungkinkan peneliti melakukan observasi atau pengukuran secara tepat terhadap suatu objek atau fenomena. Konsep yang dapat dilihat atau diamati ini penting karena memungkinkan orang lain selain peneliti untuk melakukan hal yang sama. Dengan kata lain penelitian dapat diuji kembali oleh peneliti selanjutnya (Moshinsky, 2021).

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel Independen					
Pengetahuan tentang menopause	Pengetahuan ibu tentang menopause, meliputi pemahaman mengenai definisi, gejala, proses fisiologis, serta cara mengatasi	Kuesioner	Data Primer	Baik: Jika jawaban benar 13 – 16 soal. Cukup : Jika jawaban benar 9-12 soal. Kurang : Jika jawaban benar < 9 soal.	Ordinal

	perubahan fisik dan mental selama menopause.				
Dukungan Suami	Peran suami dalam memberikan dukungan emosional, informasi al, dan praktis kepada istrinya selama menghadapi menopause.	Kuesioner	Data Primer	Baik : Jika jawaban benar 7-10 soal. Cukup : Jika jawaban benar 4-6 soal. Kurang : Jika jawaban benar < 4 soal.	Ordinal
Variabel Dependen					
Kesiapan ibu menghadapi menopause	kemampuan ibu untuk menghadapi menopause secara fisik, mental, dan spiritual, yang diukur berdasarkan kuesioner terkait pola hidup sehat, pengelolaan	Kuesioner	Data Primer	Baik : Jika jawaban benar 9-13 soal. Cukup : Jika jawaban benar 4-8 soal. Kurang : Jika jawaban benar < 4 soal	Ordinal

	emosi, dan penerimaan spiritual terhadap perubahan				
--	--	--	--	--	--

Tabel 2. 2 Definisi operasional

F. Instrumen Pengumpulan Data

Peneliti menggunakan kuesioner yang disusun berdasarkan referensi dari penelitian sebelumnya untuk menguji validitas dan reliabilitasnya. Kuesioner ini termasuk dalam kategori tertutup, di mana responden hanya perlu memilih jawaban dari opsi yang telah disediakan sesuai dengan petunjuk. Metode ini bertujuan untuk mempermudah proses pengisian oleh responden serta mempermudah pengolahan data jawaban (Masriadi et al., 2021). Dalam penelitian ini terdapat 3 kuesioner yaitu kuesioner pengetahuan ibu, dukungan suami, dan kesiapan ibu menghadapi menopause. Ada 41 soal yang diadopsi dari penelitian Dicky elyas dengan judul “Hubungan pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kesiapan menjelang menopause pada ibu premenopause di Desa Manggung” dan 15 soal yang dibuat oleh peneliti. Validitas kuesioner dengan membagi ke 10 responden sesuai kriteria inklusi, hasil soal yang sudah valid ada 40 soal.

1. Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan Ibu

No	Komponen yang Diukur	<i>Favorable</i> (Nomor Soal)	<i>Unfavorable</i> (Nomor Soal)	Jumlah
1	Pemahaman Menopause	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	-	8
2	Gejala Menopause	9,10, 11,13	12	5
3	Tips Menghadapi Menopause	14,15	16	3

Jumlah	16
--------	----

Tabel 2. 3 Kisi-kisi kuesioner pengetahuan ibu

2. Kisi-Kisi Kuesioner Dukungan Suami

No	Jenis Dukungan	<i>Favorable</i> (Nomor Soal)	<i>Unfavorable</i> (Nomor Soal)	Jumlah
1	Dukungan Psikologis	1, 4,6,7,8,9	3	7
2	Dukungan Informasional	2	-	1
3	Dukungan Alat	5	-	1
4	Dukungan Penilaian	9	11	2
Jumlah				11

Tabel 2. 4 Kisi-kisi kuesioner dukungan suami

3. Kisi-Kisi Kesiapan Ibu

No.	Komponen yang Diukur	<i>Favorable</i> (Nomor Soal)	<i>Unfavorable</i> (Nomor Soal)	Jumlah
1	Fisik	2,3,4,	1,5,6	6
2	Mental	10	7,8,9,11	5
3	Spiritual	12,13	-	2
Jumlah				13

Tabel 2. 5 Kisi-kisi kesiapan ibu

G. Analisis Data

1. Pengolahan Data

Setelah pengumpulan data, pengolahan data adalah tahap penelitian di mana data mentah, juga dikenal sebagai data mentah, dikumpulkan dan

diproses atau dianalisa untuk menghasilkan informasi (Syapitri Henny et al., 2021). Berikut pengolahan data :

a. *Editing*

Editing atau penyuntingan data adalah proses menyesuaikan data yang diperoleh dari kuesioner agar sesuai dengan jawaban yang diberikan. Jika ditemukan kesalahan dalam penyuntingan, maka perlu dilakukan pengumpulan data ulang.

b. *Coding*

Coding merupakan proses mengkonversi data dari bentuk teks menjadi angka atau bilangan untuk memberikan identitas pada data. Kode yang digunakan bisa berupa angka atau huruf, yang berfungsi sebagai skor kuantitatif guna mempermudah analisis. Misalnya, dalam kuesioner pengetahuan, jawaban benar diberi skor 1, sedangkan jawaban salah mendapat skor 0. Prinsip yang sama diterapkan pada kuesioner mengenai dukungan suami dan kesiapan ibu, di mana jawaban yang benar diberikan nilai 1, sementara jawaban yang salah diberi nilai 0. Dengan sistem coding ini, data yang diperoleh dapat diproses lebih sistematis, sehingga menghasilkan analisis yang lebih akurat.

c. *Data entry*

Data entry merupakan proses memasukkan kode ke dalam kolom berdasarkan jawaban dari setiap pertanyaan.

d. *Processing*

Tahap di mana seluruh kuesioner telah terisi dengan lengkap dan benar, serta jawaban responden telah dikodekan ke dalam aplikasi pengolahan data komputer, disebut sebagai proses pengolahan data. Metodologi Penelitian Kesehatan, pemrosesan data dapat dilakukan dengan berbagai cara, peneliti menggunakan aplikasi *SPSS*.

e. *Cleaning data*

Cleaning data merupakan proses memeriksa kembali data yang telah dimasukkan guna memastikan keakuratannya dan menghindari kesalahan dalam *input data*.

2. Analisa Data

a. Analisa Univariat

Analisa univariat dalam penelitian ini bertujuan untuk memberikan penjelasan tentang setiap variabel sebelum melanjutkan ke tahap analisis hubungan antar-variabel. Pertama, dalam mengidentifikasi pengetahuan tentang menopause pada ibu usia 45-55 tahun, analisa univariat akan menampilkan distribusi frekuensi dan persentase tingkat pengetahuan, seperti kategori baik, cukup, dan kurang. Kedua, untuk mengidentifikasi dukungan suami, analisa univariat akan menyajikan distribusi frekuensi dan persentase dukungan suami, yang dapat dikategorikan sebagai baik, cukup, kurang. Ketiga, dalam mengidentifikasi kesiapan menghadapi menopause, data akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi serta persentase kesiapan ibu, dengan kategori siap, cukup siap, dan kurang siap. Analisa dikerjakan menggunakan komputerisasi dan tabel distribusi frekuensi.

Untuk menyajikan data dalam bentuk dengan rumus berikut (Rini & Fadlilah, 2021):

$$P = f/n \times 100\%$$

Keterangan:

P = persentasi

f = frekuensi dari semua alternatif jawaban yang dipilih responden untuk pernyataan yang diajukan

n = Jumlah frekuensi dari semua alternatif jawaban yang dipilih peneliti oleh responden.

b. Analisa Bivariat

Variabel independen dalam penelitian ini terdiri dari pengetahuan dan dukungan suami. Analisis data yang diterapkan adalah uji Chi-Square, yang digunakan untuk menguji hubungan antara pengetahuan dan dukungan suami dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause. Jika hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan jika p

≥ 0.05 maka tidak terdapat hubungan. Peneliti menggunakan perangkat lunak SPSS.

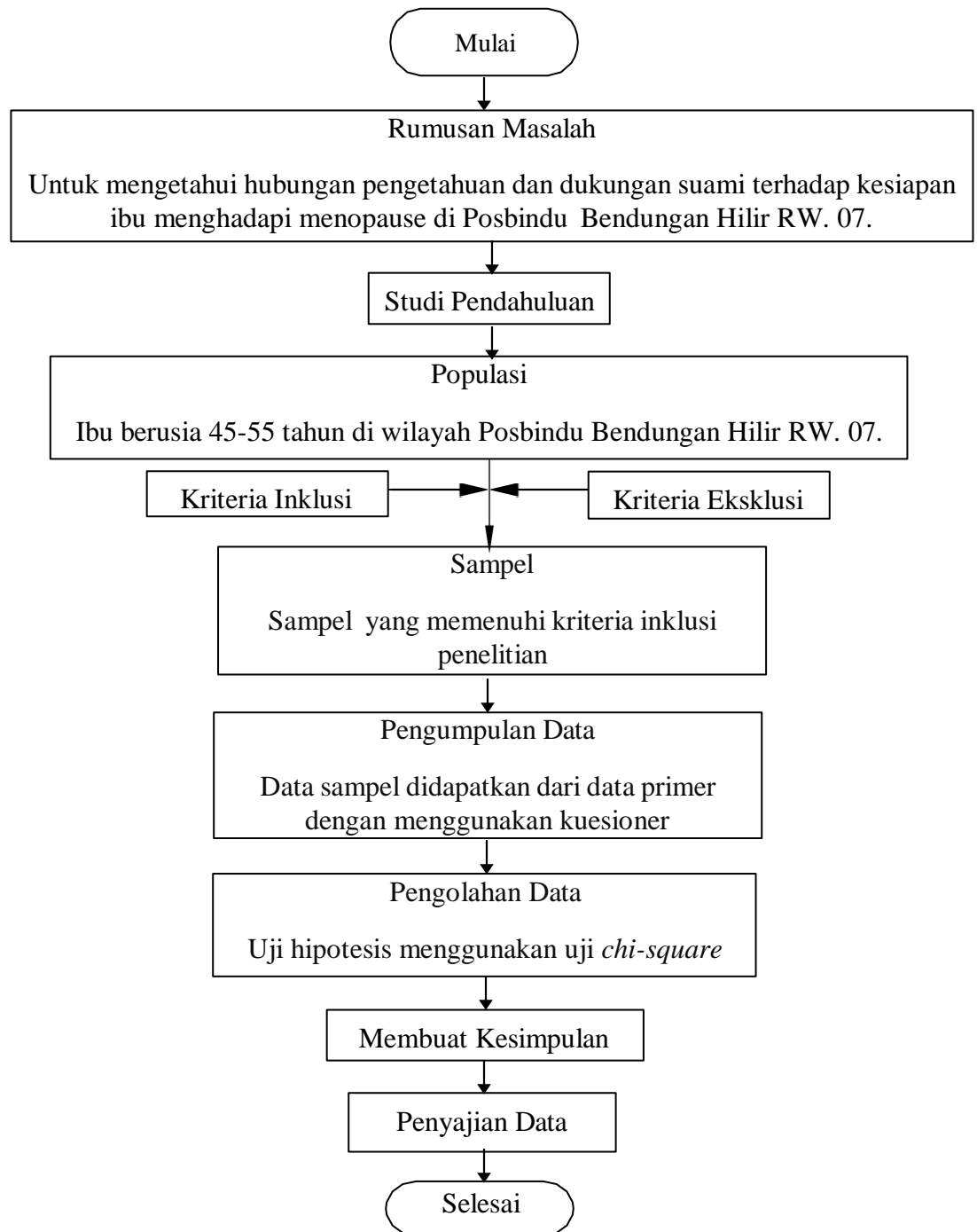
H. Etika Penelitian

Dalam penelitian kesehatan, kode etik adalah standar dan prinsip yang ditetapkan untuk membantu para peneliti melakukan penelitian yang benar dan kontinu. Kode etik penelitian ini dari Komite Etik Penelitian (KEP) dengan nomor 000073/STIKes RSPAD Gatot Soebroto/2025 pada tanggal 10 Januari 2025. Kode etik ini bertujuan untuk menjaga dan melindungi hak serta kepentingan subjek penelitian, menjaga integritas dan integritas penelitian, dan mendorong penelitian yang menguntungkan masyarakat, berikut etika penelitian menurut (Ishak S. et al., 2023) :

- a) *Informed Consent* (persetujuan yang diberikan dengan penuh kesadaran), Responden penelitian perlu memperoleh informasi yang jelas mengenai tujuan, proses, serta kemungkinan risiko yang terkait dengan penelitian. dan persetujuan harus diperoleh tanpa paksaan, dan subjek harus memiliki hak untuk menarik diri kapan saja.
- b) *Non-Maleficence* (Tidak Merugikan), peneliti harus berusaha untuk meminimalkan risiko dan potensi kerugian bagi subjek penelitian.
- c) *Beneficence* (Melakukan Kebajikan), peneliti harus memaksimalkan manfaat dari penelitian untuk subjek dan masyarakat.
- d) *Justice* (Keadilan), Setiap responden penelitian harus diperlakukan dengan adil dan setara, tanpa membedakan status sosial, gender, ras, atau agama.
- e) *Transparency* (Transparansi), peneliti harus terbuka mengenai tujuan, hasil, serta sumber dana dan dukungan untuk penelitian.
- f) *Fair Treatment* (Perlakuan yang adil), peneliti harus menghormati hak-hak dan martabat subjek penelitian, serta memperlakukan mereka dengan etika dan rasa hormat.
- g) Privasi dan Kerahasiaan, informasi yang dikumpulkan dari subjek penelitian harus disimpan secara aman serta tidak disampaikan kepada pihak yang tidak memiliki wewenang.
- h) Metode penelitian yang aman dan efektif, metode yang digunakan dalam penelitian harus aman untuk subjek dan sesuai dengan standar etika.

- i) Pertimbangan budaya dan sosial, penelitian harus menghargai dan mempertimbangkan nilai-nilai lokal dan konteks budaya dari subjek penelitian dan komunitas sekitar.
- j) Penggunaan hewan percobaan, penelitian yang melibatkan hewan harus mematuhi prinsip etika yang mengatur penggunaan hewan dalam penelitian.
- k) Publikasi dan pelaporan hasil, hasil penelitian harus dilaporkan secara akurat dan terbuka, tanpa menyembunyikan data yang tidak sesuai atau negatif.
- l) Kolaborasi dengan lembaga etika, peneliti harus bekerja sama dengan lembaga etika dan komite etik untuk memastikan penelitian sesuai dengan standar yang ditetapkan.

I. Alur Penelitian



Gambar 3. 1 Alur penelitian

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07, sebuah pusat layanan kesehatan yang berfokus pada pemantauan kesehatan masyarakat, khususnya bagi kelompok usia lanjut dan pra-lanjut usia. Posbindu dipilih sebagai tempat penelitian karena merupakan lokasi yang strategis bagi ibu-ibu yang berusia 45-55 tahun, sesuai dengan kriteria subjek dalam penelitian ini. Sebagai bagian dari program kesehatan masyarakat, Posbindu menjadi tempat berkumpulnya ibu-ibu untuk mendapatkan pemeriksaan kesehatan secara rutin serta edukasi mengenai berbagai aspek kesehatan, termasuk menopause. Hal ini menjadikan Posbindu sebagai lokasi yang tepat untuk mengumpulkan data mengenai hubungan pengetahuan dan dukungan suami terhadap kesiapan ibu menghadapi menopause. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 11 Desember 2024, bertepatan dengan hari layanan Posbindu. Pemilihan waktu ini bertujuan untuk memaksimalkan jumlah responden yang dapat berpartisipasi dalam penelitian, karena pada hari tersebut biasanya terdapat kegiatan pemeriksaan kesehatan rutin yang dihadiri oleh ibu-ibu di wilayah RW. 07 Bendungan Hilir. Dengan mempertimbangkan faktor-faktor tersebut, Posbindu Bendungan Hilir RW. 07 menjadi lokasi yang sesuai untuk memperoleh data yang akurat dan relevan mengenai kesiapan ibu dalam menghadapi menopause.

B. Hasil

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari setiap variabel, baik variabel independen (pengetahuan dan dukungan suami) maupun dependen (kesiapan ibu), terkait kesiapan ibu usia 45-55 tahun dalam menghadapi masa menopause.

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik

1) Karakteristik Responden/Ibu

Karakteristik Ibu	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Pendidikan		
SMP	3	9,4
SMA	27	84,4
D3	1	3,1
S1	1	3,1
Total	32	100,0
Pekerjaan		
IRT	19	59,4
Bekerja	13	40,6
Total	32	100,0

Tabel 4. 1 Karakteristik responden

Pada tabel 4.1 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik pendidikan dan pekerjaan. Mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan SMA, yaitu sebanyak 27 orang (84,4%), sementara 3 orang (9,4%) berpendidikan SMP, dan masing-masing 1 orang (3,1%) memiliki pendidikan D3 dan S1. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu dalam penelitian ini memiliki latar belakang pendidikan menengah, dengan jumlah yang sangat sedikit yang mencapai pendidikan tinggi. Selain itu, berdasarkan status pekerjaan, sebagian besar responden merupakan Ibu Rumah Tangga (IRT), yaitu sebanyak 19 orang (59,4%), sementara 13 orang (40,6%) memiliki pekerjaan di luar rumah. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh ibu dalam penelitian ini tidak bekerja secara formal dan lebih fokus pada peran sebagai ibu rumah tangga.

2) Karakteristik Suami Ibu

Karakteristik Suami	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Pendidikan		
SMP	1	3,1
SMK	2	6,3
SMA	27	84,4
D3	1	3,1
S1	1	3,1
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	3	9,4
Bekerja	29	90,6
Total	32	100,0

Tabel 4. 2 Karakteristik suami ibu

Pada tabel 4.2 menunjukkan distribusi frekuensi suami ibu berdasarkan karakteristik pendidikan dan pekerjaan. Dari segi pendidikan, mayoritas suami memiliki tingkat pendidikan SMA, yaitu sebanyak 27 orang (84,4%). Sementara itu, terdapat 2 orang (6,3%) dengan pendidikan SMK, serta masing-masing 1 orang (3,1%) dengan pendidikan SMP, D3, dan S1. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar suami memiliki latar belakang pendidikan menengah, dengan jumlah yang sangat sedikit yang mencapai pendidikan tinggi (D3 dan S1). Berdasarkan status pekerjaan, mayoritas suami bekerja, yaitu sebanyak 29 orang (90,6%), sementara 3 orang (9,4%) tidak bekerja. Persentase suami yang bekerja jauh lebih tinggi dibandingkan yang tidak bekerja, menunjukkan bahwa sebagian besar keluarga dalam penelitian ini memiliki kepala rumah tangga yang berperan sebagai pencari nafkah.

b. Pengetahuan Ibu Tentang Menopause

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Kurang	13	40,6
Cukup	13	40,6
Baik	6	18,8
Total	32	100,0

Tabel 4. 3 Distribusi frekuensi pengetahuan ibu Berdasarkan analisis univariat terhadap pengetahuan ibu tentang menopause, dapat dilihat bahwa sebagian besar ibu memiliki tingkat pengetahuan yang kurang atau cukup mengenai menopause. Dari 32 responden, sebanyak 13 ibu (40,6%) memiliki pengetahuan yang kurang, dan 13 ibu lainnya (40,6%) memiliki pengetahuan yang cukup. Hanya 6 ibu (18,8%) yang memiliki pengetahuan yang baik tentang menopause.

c. Dukungan Suami Pada Ibu Menopause

Dukungan Suami	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Kurang	2	6,3
Cukup	18	62,5
Baik	12	37,5
Total	32	100,0

Tabel 4. 4 Distribusi frekuensi dukungan suami Dari total 32 ibu yang dianalisis, mayoritas ibu (62,5%) menerima dukungan suami yang cukup. Selain itu, 37,5% ibu melaporkan dukungan suami yang baik, sementara hanya 6,3% ibu yang merasa dukungan suami mereka kurang.

d. Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause

Kesiapan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Kurang	2	6,3
Cukup	22	68,8
Baik	8	25,0
Total	32	100,0

Tabel 4. 5 Distribusi frekuensi kesiapan ibu Dari total 32 ibu yang dianalisis, sebagian besar ibu (68,8%) merasa cukup siap menghadapi menopause, diikuti oleh 25% yang merasa sangat siap (kesiapan baik). Hanya 6,3% ibu yang merasa kurang siap menghadapi fase tersebut.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh antara variabel independen dan dependen. Data yang disajikan dalam bentuk kategorik maka digunakan uji *Chi-Square*. Telah didapatkan hasilnya sebagai berikut.

a. Hubungan Pengetahuan Ibu Terhadap Kesiapan Menghadapi Menopause

Pengetahuan	Kesiapan Ibu						p-Value
	Kurang		Cukup		Baik		
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	2	6,3	7	21,9	0	0,0	0,045
Cukup	0	0,0	13	40,6	4	12,5	
Baik	0	0,0	3	9,4	3	9,5	
Total	2	6,3	23	71,9	7	21,9	

Tabel 4. 6 Analisis Hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause

Berdasarkan diatas hubungan antara pengetahuan ibu tentang menopause dan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause menunjukkan hasil yang signifikan. Dari total 32 ibu yang diperiksa, kelompok pengetahuan ibu dibagi menjadi tiga kategori: kurang, cukup, dan baik, dengan distribusi kesiapan ibu sebagai berikut. Pada kelompok ibu dengan pengetahuan kurang, sebanyak 2 ibu (6,3%) merasa kurang siap, 7 ibu (21,9%) merasa cukup siap, dan tidak ada ibu yang memiliki kesiapan baik. Pada kelompok ibu dengan pengetahuan cukup, tidak ada ibu yang merasa kurang siap, 13 ibu (40,6%) merasa cukup siap, dan 4 ibu (12,5%) merasa sangat siap. Sementara itu, pada kelompok ibu dengan pengetahuan baik, tidak ada ibu yang merasa kurang siap, 3 ibu (9,4%) merasa cukup siap, dan 3 ibu (9,5%) merasa sangat siap. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,045, yang lebih kecil dari 0,05, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause. Dengan demikian, semakin baik pengetahuan ibu tentang menopause, semakin besar kemungkinan mereka merasa siap dalam menghadapi perubahan yang terjadi selama masa menopause

b. Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause

Dukungan Suami	Kesiapan Ibu						p-Value
	Kurang		Cukup		Baik		
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	1	3,1	1	3,1	0	0,0	0,034
Cukup	1	3,1	14	43,8	2	6,3	
Baik	0	0,0	8	25,0	5	15,6	
Total	2		23		7		

Tabel 4. 7 Analisis hubungan dukungan suami terhadap kesiapan ibu menghadapi menopause

Berdasarkan tabel diatas, terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause. Pada kelompok ibu dengan dukungan suami kurang, terdapat 1 ibu (3,1%) yang merasa kurang siap, 1 ibu (3,1%) yang merasa cukup siap, dan tidak ada ibu yang merasa sangat siap. Pada kelompok ibu dengan dukungan suami cukup, 1 ibu (3,1%) merasa kurang siap, 14 ibu (43,8%) merasa cukup siap, dan 2 ibu (6,3%) merasa sangat siap. Sementara itu, pada kelompok ibu dengan dukungan suami baik, tidak ada ibu yang merasa kurang siap, 8 ibu (25,0%) merasa cukup siap, dan 5 ibu (15,6%) merasa sangat siap. Hasil uji Chi-Square menunjukkan p-value sebesar 0,034, yang lebih kecil dari 0,05, yang berarti ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan suami yang baik dapat meningkatkan kesiapan ibu dalam menghadapi perubahan yang terjadi selama masa menopause.

C. Pembahasan

1. Pengetahuan Ibu Tentang Menopause

Berdasarkan analisis univariat, mayoritas ibu memiliki pengetahuan kurang dan cukup mengenai menopause, dari 32 responden, 13 ibu (40,6%) memiliki pengetahuan kurang, 13 ibu (40,6%) memiliki pengetahuan cukup, dan hanya 6 ibu (18,8%) yang memiliki pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesiapan.

Pengetahuan ibu tentang menopause merupakan aspek penting yang mempengaruhi kesiapan mereka dalam menghadapi perubahan yang terjadi selama masa tersebut. Pada hasil kuesioner poin tertinggi pada pemahaman ibu tentang menopause bahwa semua wanita akan mengalami menopause, sedangkan point terendah pertanyaan tentang tips menghadapi menopause. Sesuai dengan penelitian Tambunan dan Sinaga menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang kesehatan fisik selama menopause penting karena perubahan fisik yang terjadi dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka (Tambunan & Sinaga, 2022).

Kurangnya pengetahuan mengenai menopause membuat ibu kesulitan dalam menghadapi serta mempersiapkan diri menghadapi fase tersebut. Akibatnya, ibu tidak dapat melakukan langkah pencegahan sejak dini, sehingga berisiko mengalami keluhan yang lebih berat saat memasuki masa menopause (E. T. Susanti & Indrajati, 2022). Dengan demikian, penyuluhan yang komprehensif mengenai menopause, termasuk aspek fisik dan psikologis, sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu dalam menghadapi masa menopause (Distinarista et al., 2021). Menurut peneliti secara keseluruhan, pengetahuan ibu tentang menopause berperan penting dalam mempersiapkan mereka menghadapi perubahan yang terjadi. Upaya untuk meningkatkan pengetahuan ini melalui penyuluhan dan pendidikan kesehatan harus terus dilakukan untuk membantu wanita melewati masa menopause dengan lebih baik serta meminimalkan kemungkinan dampak negatif yang dapat terjadi.

2. Dukungan Suami Pada Ibu Menopause

Berdasarkan hasil analisis mayoritas ibu (62,5%) menerima dukungan suami yang cukup, dalam hasil kuesioner jenis dukungan suami instrumental atau materi paling banyak jawaban benar sebanyak 26 ibu. Sesuai dengan teori Friedman et al. (2010), bentuk dukungan ini membantu mengurangi stres karena memungkinkan individu untuk segera menyelesaikan permasalahan material mereka. Agar masalah dapat diatasi dengan lebih efektif, dukungan instrumental menjadi sangat penting

(Andayani Fitria, 2024). Dan jenis dukungan suami yang paling banyak ibu menjawab salah adalah dukungan informasional sebanyak 24 ibu. Menurut teori Hause & Newman (1997) dukungan informasi dari suami penting untuk ibu agar lebih terdorong untuk melakukan hal tersebut, hal ini menunjukkan bahwa ketika suami memberikan dukungan dalam hal pengetahuan dan informasi mengenai menopause, ibu akan lebih siap untuk menghadapi perubahan yang akan datang (Andayani Fitria, 2024).

Namun, meskipun banyak suami memberikan dukungan yang cukup, masih ada tantangan yang dihadapi oleh wanita menopause. Dalam penelitian Asad, menunjukkan bahwa wanita yang merasa kurang didukung oleh pasangan mereka cenderung mengalami gejala psikologis yang lebih berat, seperti kecemasan dan depresi (Asad et al., 2021). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan suami yang baik dapat meningkatkan kesiapan ibu dalam menghadapi perubahan selama masa menopause.

3. Hubungan Pengetahuan Ibu Terhadap Kesiapan Menghadapi Menopause

Dari hasil analisis bivariat hubungan antara pengetahuan ibu tentang menopause terhadap kesiapan ibu dalam menghadapi menopause menunjukkan hasil signifikan. Dari 32 ibu yang diperiksa, kelompok ibu dengan pengetahuan kurang menunjukkan 6,3% merasa kurang siap dan 21,9% merasa cukup siap, tanpa yang merasa sangat siap. Pada kelompok pengetahuan cukup, 40,6% merasa cukup siap dan 12,5% sangat siap. Pada kelompok pengetahuan baik, 9,4% merasa cukup siap dan 9,5% sangat siap. Hasil uji Chi-Square menunjukkan p-value 0,045, yang lebih kecil dari 0,05, mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan ibu dan kesiapan menghadapi menopause. Dan hasil analisis *Pearson Correlation* atau keeratan korelasi (r), penelitian ini sebesar 0,497, hasil tersebut menunjukkan tingkat keeratan hubungan pengetahuan ibu dengan kesiapan menghadapi menopause adalah cukup kuat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanti, bahwa tingkat pengetahuan yang rendah sering kali berhubungan dengan kesiapan yang kurang baik dalam menghadapi menopause (E. T. Susanti & Indrajati, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang terbatas dapat mengakibatkan kecemasan dan ketidakpastian yang lebih besar saat memasuki fase menopause. Hal ini juga ditegaskan dalam penelitian mardiyati dan januriwasti, bahwa pengetahuan tentang menopause berhubungan langsung dengan kesiapan ibu dalam menghadapi gejala vegetatif yang muncul selama fase ini. Dalam studi yang melibatkan 32 ibu pramenopause, ditemukan bahwa kurangnya perhatian terhadap gaya hidup sehat, seperti pola makan dan olahraga, berkontribusi pada kesiapan yang rendah dalam menghadapi menopause (Mardiyanti & Januriwasti, 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Meilan, menunjukkan bahwa dukungan sosial dan pendidikan kesehatan juga berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu menghadapi menopause. Ibu yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang menopause, yang dapat meningkatkan kesiapan mereka (Meilan & Huda, 2022). Menurut Wahyuni pengetahuan yang baik dapat membantu ibu mengelola kecemasan dan stres yang mungkin muncul selama fase ini (Wahyuni, 2020). Menurut peneliti, upaya untuk meningkatkan pengetahuan tentang menopause melalui program edukasi kesehatan sangat diperlukan untuk mempersiapkan ibu secara menyeluruh. Kesimpulan dari peneliti, hubungan antara pengetahuan dan kesiapan ibu menghadapi menopause sangat jelas. Pengetahuan yang memadai tentang menopause, termasuk perubahan fisik dan psikologis yang akan terjadi, dapat meningkatkan kesiapan dalam menghadapi menopause.

4. Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause

Berdasarkan tabel bivariat 4.7 hasil uji *statistic chi-square* menggunakan aplikasi SPSS didapatkan p-value sebesar 0,034, yang lebih kecil dari 0,05, yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara dukungan suami dan kesiapan ibu menghadapi menopause. Pada kelompok dengan dukungan suami kurang, 3,1% merasa kurang siap dan 3,1% cukup siap, tanpa ada yang memiliki kesiapan baik. Pada kelompok dengan dukungan cukup, 3,1% kurang siap, 43,8% cukup siap, dan 6,3% memiliki kesiapan baik. Sementara itu, dalam kelompok dengan dukungan baik, tidak ada yang kurang siap, 25,0% cukup siap, dan 15,6% memiliki kesiapan baik. Analisis *Pearson Correlation* atau keeratan hubungan (r) dukungan suami terhadap kesiapan ibu menghadapi menopause sebesar 0,446 yang menunjukkan keeratan hubungan cukup kuat.

Penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Damai Yanti (2021), yang menganalisis hubungan antara dukungan suami dan kesiapan wanita dalam menghadapi menopause. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 responden dengan dukungan suami yang kurang, 28 orang (44%) berada dalam kategori tidak siap. Sementara itu, dari 23 responden yang mendapatkan dukungan suami, 7 orang (11%) masih tergolong tidak siap. Uji chi-square menghasilkan nilai $p = 0,003$, yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara dukungan suami dan kesiapan wanita dalam menghadapi menopause (Yanti Damai, 2021). Sama halnya dengan penelitian Nelva riza (2023), menunjukkan bahwa 32 (41,0%) dari 46 orang yang dukungan suami tidak mendukung berada dalam kategori tidak siap. Terdapat korelasi yang signifikan antara dukungan suami dan kesiapan wanita untuk menghadapi masa menopause (Riza, 2023).

Sesuai dengan teori Zakiah, Dukungan suami berperan penting dalam kesiapan istri menghadapi menopause, karena suami diharapkan dapat membangun hubungan timbal balik yang penuh cinta dan kasih sayang melalui sikap, tindakan, serta penerimaannya terhadap istri. Wanita yang mendekati menopause sebaiknya memiliki pola pikir positif, memahami

bahwa perubahan ini adalah proses alami. Dengan kemampuan beradaptasi, fase ini dapat dilalui dengan baik tanpa hambatan yang berarti (Zakiah et al., 2023). Dengan demikian, suami yang aktif memberikan dukungan emosional dan praktis dapat membantu ibu merasa lebih siap dan mampu mengatasi tantangan yang muncul selama menopause.

Menurut peneliti dapat disimpulkan, dukungan suami berperan penting dalam kesiapan ibu menghadapi menopause. Dukungan ini dapat meningkatkan kesehatan mental dan fisik ibu, serta membantu mereka mengelola perubahan yang terjadi selama fase kehidupan ini. Karena itu, peran tenaga kesehatan sangat penting dalam melibatkan suami dalam proses edukasi dan pemberian dukungan kepada ibu yang sedang menjalani masa menopause.

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu dan dukungan suami terhadap kesiapan ibu usia 45-55 tahun dalam menghadapi menopause di Posbindu Bendungan Hilir RW 07. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Pengetahuan ibu tentang menopause berhubungan signifikan dengan kesiapan menghadapi menopause ($p\text{-value} = 0,045$) dan nilai r 0,497. Ibu dengan pengetahuan baik memiliki tingkat kesiapan yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang berpengetahuan kurang.
2. Dukungan suami berpengaruh signifikan terhadap kesiapan ibu menghadapi menopause ($p\text{-value} = 0,034$) dan nilai r 0,446. Dukungan suami yang baik meningkatkan kesiapan ibu secara fisik, mental, dan spiritual.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

Membentuk kelompok pendampingan perempuan atau bekerja sama dengan tenaga kesehatan untuk membentuk kelompok pendampingan, mengadakan kegiatan olahraga bersama, pengajian arisan.

2. Bagi Akademik

Memperbanyak kegiatan atau menyelenggarakan kegiatan kemahasiswaan seperti mengadakan pengabdian Masyarakat khususnya untuk jurusan kebidanan.

3. Bagi Peneliti

Untuk peneliti selanjutnya supaya dapat membuat media edukasi untuk memperluas wawasan ibu mengenai menopause agar lebih siap dalam menghadapi menopause.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra S., Trisnadewi W., & Dkk. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Affandi A., & Soliha E. (2023). *Manajemen Pengetahuan* (1st ed.). Cipta Media Nusantara.
- Andayani Fitria. (2024). *Gizi Ibu Hamil* (1st ed.). PT Nasya Expanding Management.
- Anisa Nur, & Aprilina Dwi. (2023, August). *View of Hubungan Pengetahuan Tentang Perubahan Fisik Dan Psikologis Wanita Dalam Kesiapan Menghadapi Menopause Di Desa Bukateja*.
- Asad, N., Somani, R., Peerwani, N., Pirani, S., Zuberi, N., Andrades, M., & Karmaliani, R. (2021). "I am not the person I used to be": Perceptions and experiences of menopausal women living in Karachi, Pakistan. *Post Reproductive Health*, 27(4), 199–207.
- Astiti, N. K. E., & Purnamayanti, N. M. D. (2022). *Couple Prenatal Class* (S. M. Khoeriyah, Ed.; Vol. 1). Zahir Publishing.
- Dewi P., Nopriani Y., Italia, & Rimbawati S. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Menopause Di Posyandu Kenangan Puskesmas Air Sugihan Jalur 25. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 13(26).
- Distinarista, H., Wuriningsih, A. Y., & Haiya, N. N. (2021). Pembentukan Kelompok Pendamping *Optimalization Menopause Affection (KP-OMA)* Guna Meningkatkan Kualitas Hidup Ibu Menopause. *Community Empowerment*, 6(4), 583–589.
- Ishak S., Choirunissa R., & Agustawan. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Media Sains Indonesia dan Penulis.
- Ismail, Basri M, Rahmatia Sitti, Nasrullah, & Rahman. (2024). *Buku Ajar Falsafah Dan Teori Keperawatan* (1st ed.). PT. Nas Media Indonesia.
- Lit Katarina, Erviana Liza, & Millennia Febrina. (2024). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause Di Desa Wajok Hilir Tahun 2023. *Jurnal Kebidanan*, 14(1).
- Mardiyanti, S., & Januriwasti, D. E. (2022). Pengetahuan dan Kesiapan Ibu Pramenopause Menghadapi Gejala Vegetatif Masa Menopause. *Buletin Ilmu Kebidanan Dan Keperawatan*, 1(02), 47–52.
- Masriadi, Baharudin A, & Samsualam. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan Dan Keperawatan* (1st ed.). CV. Trans Info Media.
- Meilan, N., & Huda, N. (2022a). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Perempuan Dalam Menghadapi Masa Menopause. *Jurnal Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia*, 2(1), 2807–8020.

- Meilan, N., & Huda, N. (2022b). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Perempuan Dalam Menghadapi Masa Menopause Program Studi Diii Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta. In *Jurnal Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia* (Vol. 2, Issue 1).
- Moshinsky, M. (2021). Metodologi Penelitian Dan Statistik. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Musthofa I., Yuliani C., & Rusyani Y. (2024). Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Premenopause Di Desa Sabranglor Kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten. *Jurnal Ilmiah Masyarakat Dan Sosial*, 2(3), 24–32.
- Peacock, K., Carlson, K., & Ketvertis, K. M. (2023). Menopause. *StatPearls*.
- Pratiwi, & Liswanti. (2021). *Serba-Serbi Menopause (Sudut Pandang Teori dan Penelitian)* (1st ed.). CV jejak.
- Purnamawati Leli. (2023). Pemberian Dukungan Suami berpengaruh terhadap Tingkat Kecemasan Istri dalam Menghadapi Menopause. *Journal Of Health Services*, 1(2).
- Rini, P. S., & Fadlilah, M. (2021). Tingkat pengetahuan perawat tentang penerapan prinsip enam tepat dalam pemberian obat di ruang rawat inap. *wawasan Ilmu*.
- Riza, N. (2023). Hubungan Dukungan Suami Dengan Kesiapan Wanita Dalam Menghadapi Masa Menopause Di Gampong Ceurih. *Journal Getsempena Health Science Journal*, 2(2), 61–69.
- Rusdiana A, & Nasihudin. (2018). *Kesiapan PTKIS* (1st ed.). Pusat Penelitian Dan Penerbitan Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Saras Tresno. (2024). *Menopause: Panduan Komprehensif untuk Memahami dan Mengelola Transisi* (1st ed.). Tiram Media.
- Srimiyati. (2020). *Pendidikan Kesehatan Menggunakan Booklet Berpengaruh Terhadap Pengetahuan Dan Kecemasan Wanita Menghadapi Menopause* (1st ed.). CV. Jakad Media Publishing.
- Susanti, E. T., & Indrajati, U. (2022). Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 8(2),
- Susanti, E. T., & Indrajati, U. (2022b). Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 8(2), 78–84.
- Syapitri Henny, Amilia, & Aritonang Juneris. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan* (1st ed.). Ahlimedia Press. www.ahlimediapress.com

- Tambunan, R. L., & Sinaga, D. (2022). Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Kesehatan Fisik Selama Menopause Di Klinik Pratama Heny Kasih Kota Medan Tahun 2021. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2(1).
- Wahyuni, S. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Wanita Usia 40-50 Tahun Dalam Menghadapi Menopause Di Kecamatan Langsa Timur Kota Langsa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Aceh*, 1.
- Yanti Damai. (2021). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dukungan Suami Dengan Kesiapan Wanita Menghadapi Menopause Di Rw 08 Cibeber Cimahi Selatan. *Jurnal Kesehatan Edisi*, 13(1), 2021.
- Yusrizal, & Rahmati. (2022). Pengembangan Instrumen Afektif Dan Kuesioner (1st ed.). Percetakan Bandar di Lamgugob Banda Aceh.
- Yuzrizal. (2016). Tanya Jawab Seputar Pengukuran, Penilaian Dan Evaluasi Pendidikan. Penerbit Syiah Kuala University Press.
- Zakiah, V., Andriyani, & Aridzka. (2023). Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Masa Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Bungku Kabupaten Morowali. *Jurnal Pelita Sains Kesehatan*, 3(5), 107–113.



LAMPIRAN




1. Bukti Konsultasi Bimbingan Skripsi




	PRODI S 1 KEBIDANAN STIKes RSPAD GATOT SOEBROTO Jl. Abdul Rahman Saleh No.24 Jakarta 10410 Telepon: (021) 3441008 Akbid. 2241 fax. 3454373 Laman : http://www.akbidrspad.ac.id	Kode ::
		Tanggal :
		Revisi :
		Hal :
FORMULIR BIMBINGAN SKRIPSI		




Pengusul : Diast Sabila Navita




Nama Pembimbing : Dr. Manggiah Dwiayu Larasati S.ST, M.Biomed.




Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
Sabtu / 13 sept 2024	Bab I Bab II Bab III			
Sabtu, 21 sept 2024	- membahas BAB I Latar belakang - membahas BAB II metodologi penelitian			
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket

Jumat, 27 sept 2024	- Cara menggunakan SPSS /mengolah data - Bab I Latar belakang			
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
Jumat, 1 okt 2024	- konsul revisi judul - Bab I pendahuluan			
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
8 oktober 2024	Bab I Latar Belakang - data survei Bab II, kerangka teori Bab IV. Besar sample.			
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket

15 oktober 2029	- Membahas kerangka teori			
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
Senin, 21 oktober 2029	Bab II. kerangka teori Bab I. Latar belakang Bab IV. analisis data universitas dan birokrasi. Bab IV - kuesioner kuisioner.	- Perbaiki kerangka teori - Analisis data. - Buat kisi-kisi kuesioner.		
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
25 oktober 2029	Bab I. Latar belakang Bab II. Revisi kerangka teori Bab IV. Analisis data - kuesioner kuisioner.	- Ace kuesioner. - Lakukan uji validitas reliabilitas - Buat ppt 1/sempro.		

Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
Senin 19 Oktober 2024	<ul style="list-style-type: none"> - Analisis Data - Perbaiki ETD / tata bahasa - Alur penelitian 	Perbaiki B6 <u>iii</u>		
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
15 November 2024	<ul style="list-style-type: none"> - Analisis Data - Alur penelitian - Konsul ppt. sempro 	ACC B6 <u>iii</u>		
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
Kamis 21/11 2024	<ul style="list-style-type: none"> - Revisi pendahuluan Courvei (ubaham kriteria responden). - Uji normalitas data. 	Buat B6 <u>iv</u>		

Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
Rabu, 07 November 2024	Bab I Survei pendahuluan Regresi operasional di Valedatar kitchen			
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
Jumat, 06 Desember 2024	- Rengam bilan data	Anc pengambilan data penelitian.		
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
Senin, 6 Jan 2025	- Bab 1 olah data - Pembahasan - Bab 5	Perbaiki Hal penyebab data (Pb 4) - Buat Bab 5		
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket

		<p>revisi Bab 4 & 5 Tambahkan Lampiran</p>		
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
<p>21 Jan. 2025</p>	<p>- Bab 4 - Bab 5.</p>	<p>ACC sedang dikripsi Buat ppt ulang!</p>		
Hari / Tgl	Bahasan Konsul	Catatan Pembimbing	Tandatangan	Ket
<p>5 Bab / 5 Februari 2024</p>	<p>Bab 1. Analisis Data - Perbaiki tabel.</p>			

2. Surat Permohonan Izin Penelitian dari Ketua STIKes
RSPPAD Gatot

 YWBKH	YAYASAN WAHANA BHAKTI KARYA HUSADA STIKes RSPAD GATOT SOEBROTO Jl. Dr. Abdurrahman Saleh No. 24 Jakarta Pusat 10410 Tlp & Fax.021-3446463, 021-345437 Website : www.stikesrspadgs.ac.id, Email: info@stikesrspadgs.ac.id									
Nomor : B/LS/57XII/2024	Jakarta, 07 November 2024									
Klasifikasi : Biasa										
Lampiran : -										
Perihal : <u>Surat Permohonan Ijin</u>										
Kepada										
Yth. Kepala Dinkes Jakarta Pusat										
di										
Tempat										
<p>1. Berdasarkan Program Praktik Prodi S1 Kebidanan STIKes RSPAD Gatot Soebroto Semester 7 T.A. 2024-2025</p> <p>2. Sehubungan dasar di atas, dengan ini mohon Kepala berkenan memberikan ijin kepada mahasiswi Tk. IV Semester 7 Program Studi S1 Kebidanan a.n. Dias Sabila Novita, untuk melaksanakan penelitian di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07 yang akan dilaksanakan pada November – Desember 2024, dengan lampiran:</p>										
<table border="1"><thead><tr><th>No</th><th>Nama</th><th>Nim</th><th>Tema Penelitian</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>Dias Sabila Novita</td><td>2115201012</td><td>Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07.</td></tr></tbody></table>			No	Nama	Nim	Tema Penelitian	1	Dias Sabila Novita	2115201012	Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07.
No	Nama	Nim	Tema Penelitian							
1	Dias Sabila Novita	2115201012	Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07.							
<p>3. Demikian untuk dimaklumi.</p>										
Tembusan :		<p>Ketua STIKes RSPAD Gatot Soebroto</p>   Dr. Didin Syaetudin, SKp, SH, MARS NIDK 8995220021								
<p><u>Wakil Ketua I STIKes RSPAD Gatot Soebroto</u></p>										

3. Lembar Kuesioner

KUESIONER

A. Identitas Responden

No. Responden

--	--

- a. Nama/Inisial Responden: Nama/Inisial Suami :
- b. Umur : Umur Suami :
- c. Pendidikan Terakhir : Pendidikan Terakhir :
- d. Pekerjaan : Pekerjaan Suami :

B. PETUNJUK PENGISIAN

- Bacalah setiap pertanyaan dan alternatif jawaban dengan seksama.
- Silang (X) jawaban yang dianggap paling benar.
- Kuesioner yang diisi lengkap tolong dikembalikan pada penulis atau peneliti

I. PENGETAHUAN

- Menurut ibu apa yang di maksud dengan menopause ?
 - Penyakit menular yang diderita lansia
 - Berhentinya menstruasi untuk selamanya
 - Seseorang yang tidak mendapatkan anak
- Kapan seseorang tersebut ditetapkan sebagai menopasue ?
 - Apabila sudah 5 tahun tidak mendapatkan anak
 - Apabila selama 12 bulan haid tidak datang lagi
 - Apabila haid yang tidak teratur

3. Menurut ibu apakah semua wanita akan mengalami masa menopause?
 - a. Semua wanita akan mengalami masa menopause
 - b. Hanya wanita yang berpenyakit mengalami masa menopause
 - c. Hanya wanita yang tidak subur yang mengalami masa menopause

4. Menurut ibu, hormon apa yang berperan dalam siklus menstruasi?
 - a. Hormon estrogen dan progesteron
 - b. Hormon androgen dan testoteron
 - c. Hormon testoteron saja

5. Menopause yang terjadi sebelum usia 40 tahun disebut?
 - a. Menopause premature
 - b. Menopause normal
 - c. Menopause terlambat

6. Menurut ibu apakah menopause itu salah satu penyakit?
 - a. Iya
 - b. Tidak
 - c. Tidak tahu

7. Menopause pada wanita terbagi menjadi 3 jenis, yaitu?
 - a. Menopause premature, Menopause normal, dan Menopause terlambat
 - b. Menopause pertama, Menopause kedua, dan Menopause ketiga
 - c. Menopause akut, Menopause kronis, dan Menopause keturunan

8. Apabila seseorang mengalami haid di akhir usia 40 tahun / diawal 50 tahun disebut?
 - a. Menopause normal
 - b. Menopause terlambat

c. Menopause premature

9. Apa tanda dan gejala yang lain dari seseorang yang mengalami menopause?

- a. Rasa kering pada vagina / kemaluan
- b. Vagina / kemaluan tiba-tiba terasa nyeri
- c. Vagina / kemaluan mengeluarkan lendir yang banyak / becek

10. Apa gejala psikologis bagi orang yang mengalami menopause yang ibu ketahui?

- a. Mudah tertawa
- b. Mudah tersinggung
- c. Tidak ada perubahan sama sekali

11. Apakah susah tidur salah satu efek yang dikarenakan menopause?

- a. Iya
- b. Tidak
- c. Tidak tahu

12. Berikut adalah salah satu gejala yang disebabkan oleh menopause, kecuali?

- a. Jadwal menstruasi menjadi kacau atau terhenti
- b. Suasana hati berubah-ubah
- c. Mengalami nyeri perut yang hebat

13. Apa faktor yang dapat mempengaruhi menopause?

- a. Faktor psikis, cemas, dan pemakaian kontrasepsi
- b. Keturunan, dan pengonsumsi obat yang berlebihan
- c. Menderita penyakit diabetes dan jantung

14. Bagaimana tips menghadapi menopause yang ibu ketahui?

- a. Tidak perlu tips dalam menghadapi menopause
- b. Terima apa adanya

c. Jika tidak suka minum susu, bisa diganti dengan mengonsumsi tahu, tempe, atau sayur dengan dosis yang lebih besar. Misalnya, 50 gram tempe atau 120 gram tahu mengandung fitoestrogen yang cukup untuk satu hari

15. Bagaimana tips yang lain menghadapi menopause yang ibu ketahui?

- a. Jangan minum air putih terlalu banyak
- b. Jangan terlalu lama saat merebus sayur, karena vitaminnya akan larut dalam air
- c. Olahraga cukup 1x enam bulan

16. Berikut adalah tips menghadapi menopause, kecuali?

- a. Setiap kali makan, pilih salah satu saja makanan yang digoreng, sedangkan menu lainnya dimasak dengan cara lain. Sehingga tidak memperbanyak masuknya minyak ke dalam tubuh
- b. Makanan dan minuman yang harus dihindari untuk memperlambat datangnya menopause antara lain kafein, alkohol, minuman bersoda, rempah-rempah, dan makanan berlemak
- c. Makan semua yang ibu suka tanpa terkecuali

II. DUKUNGAN SUAMI

Petunjuk: Bacalah setiap pertanyaan di bawah ini dan pilih jawaban yang sesuai dengan keadaan Anda. Pilihlah salah satu jawaban dibawah ini yang ibu anggap benar dan beri tanda checklist (√) pada jawaban yang dipilih yaitu iya atau tidak.

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Suami saya mendorong saya untuk bercerita atau berbicara tentang perasaan selama menopause.		

2	Suami saya membantu mencari informasi tentang menopause untuk saya. (seperti membantu dengan mencari artikel atau video yang menjelaskan tentang gejala menopause dan cara mengatasinya)		
3	Suami saya tidak peduli ketika saya mengalami fase menopause. (seperti merasakan panas tiba-tiba yang menyebar ke seluruh tubuh, sulit tidur, merasa cemas, penurunan gairah seksual, badan terasa pegal dan linu, merasa sering lupa).		
4	Suami saya ikut terlibat dalam keputusan tentang kesehatan saya. (Seperti memutuskan untuk menjalani pola makan sehat dan olahraga teratur)		
5	Suami memberi dukungan finansial untuk pengobatan atau perawatan yang saya butuhkan.		
6	Suami memberi semangat dan menenangkan saya ketika merasa cemas		
7	Suami saya membantu pekerjaan rumah atau tugas sehari-hari saat saya merasa lelah.		
8	Suami mendorong saya untuk rutin memeriksakan kesehatan.		
9	Suami saya terbuka untuk membicarakan masalah seksualitas. (seperti mencari cara agar hubungan tetap nyaman, misalnya dengan menggunakan pelumas ketika ibu merasakan vagina kering).		
10	Suami saya meluangkan waktu untuk mengajak saya melakukan kegiatan yang saya sukai. (seperti mengajak berjalan-jalan di akhir pekan)		

11	Suami saya tidak pernah memberi pujian atau dukungan saat saya menghadapi tantangan selama menghadapi fase menopause.		
----	---	--	--

III. KESIAPAN MENGHADAPI MENOPAUSE

Petunjuk : pilihlah salah satu jawaban dibawah ini yang ibu anggap benar dan beri tanda checklist (√) pada jawaban yang dipilih yaitu iya atau tidak.

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Meskipun akhir-akhir ini saya sering berkeringat, saya tidak minum lebih dari delapan gelas air sehari.		
2.	Untuk menjaga kebugaran, saya berolahraga paling tidak tiga kali seminggu misalnya jalan kaki mengelilingi kompleks perumahan.		
3.	Setiap hari saya mengkonsumsi sayuran untuk mengurangi keluhan menghadapi menopause.		
4.	Saya sering minum kopi supaya badan lebih segar.		
5.	Walaupun susu banyak manfaatnya untuk kesehata, saya tetap tidak suka minum susu		

6.	Saya tetap mengerjakan pekerjaan rumah tangga sendiri, meskipun akhir-akhir ini saya merasa mudah lelah.		
7.	Saya menganggap menopause adalah hal yang menakutkan.		
8.	Saya merasa cemas menghadapi masa menopause.		
9.	Diumur saya yang lebih dari 45 tahun, saya merasa mudah marah.		
10.	Saya suka membaca buku khususnya tentang menopause untuk meningkatkan pengetahuan saya.		
11.	Akhir-akhir ini perasaan saya lebih sensitive atau mudah tersinggung.		
12.	Saya rutin mengikuti kegiatan keagamaan yang diadakan di dalam atau luar kompleks perumahan.		
13.	Menurut saya, menopause merupakan bagian siklus kehidupan wanita sehingga kita mensyukurinya.		

KUESIONER

A. Identitas Responden

- No. Responden 1
- a) Nama/Inisial Responden : Siti A Nama Inisial Suami : Kuswanto
- b) Umur : 54 th Umur Suami : 59 th
- c) Pendidikan Terakhir : SMA Pendidikan Terakhir Suami : SMA
- d) Pekerjaan : IKT Pekerjaan Suami : Wiraswasta

B. Petunjuk Pengisian

- Bacalah setiap pertanyaan dan alternatif jawaban dengan seksama.
- Silang (X) jawaban yang dianggap paling benar.
- Kuisisioner yang diisi lengkap tolong dikembalikan pada penulis atau peneliti

I. PENGETAHUAN

- Menurut ibu apa yang di maksud dengan menopause ?
 - Penyakit menular yang diderita lansia
 - Berhentinya menstruasi untuk selamanya
 - Seseorang yang tidak mendapatkan anak
- Kapan seseorang tersebut ditetapkan sebagai menopause ?
 - Apabila sudah 5 tahun tidak mendapatkan anak
 - Apabila selama 12 bulan haid tidak datang lagi
 - Apabila haid yang tidak teratur

3. Menurut ibu apakah semua wanita akan mengalami masa menopause?
- a. Semua wanita akan mengalami masa menopause
 - b. Hanya wanita yang berpenyakit mengalami masa menopause
 - c. Hanya wanita yang tidak subur yang mengalami masa menopause
4. Menurut ibu, hormon apa yang berperan dalam siklus menstruasi?
- a. Hormon estrogen dan progesteron
 - b. Hormon androgen dan testosteron
 - c. Hormon testosteron saja
5. Menopause yang terjadi sebelum usia 40 tahun disebut?
- a. Menopause premature
 - b. Menopause normal
 - c. Menopause terlambat
6. Menurut ibu apakah menopause itu salah satu penyakit?
- a. Iya
 - b. Tidak
 - c. Tidak tahu
7. Menopause pada wanita terbagi menjadi 3 jenis, yaitu?
- a. Menopause premature, Menopause normal, dan Menopause terlambat
 - b. Menopause pertama, Menopause kedua, dan Menopause ketiga
 - c. Menopause akut, Menopause kronis, dan Menopause keturunan

8. Apabila seseorang mengalami haid di akhir usia 40 tahun / diawal 50 tahun disebut?

- a. Menopause normal
- b. Menopause terlambat
- c. Menopause prematur

9. Apa tanda dan gejala yang lain dari seseorang yang mengalami menopause?

- a. Rasa kering pada vagina / kemaluan
- b. Vagina / kemaluan tiba-tiba terasa nyeri
- c. Vagina / kemaluan mengeluarkan lendir yang banyak / becek

10. Apa gejala psikologis bagi orang yang mengalami menopause yang ibu ketahui?

- a. Mudah tertawa
- b. Mudah tersinggung
- c. Tidak ada perubahan sama sekali

11. Apakah susah tidur salah satu efek yang dikarenakan menopause?

- a. Iya
- b. Tidak
- c. Tidak tahu

12. Berikut adalah salah satu gejala yang disebabkan oleh menopause, kecuali?

- a. Jadwal menstruasi menjadi kacau atau terhenti
- b. Suasana hati berubah-ubah
- c. Mengalami nyeri perut yang hebat

13. Apa faktor yang dapat mempengaruhi menopause?

- a. Faktor psikis, cemas, dan pemakaian kontrasepsi
- b. Keturunan, dan pengonsumsi obat yang berlebihan
- c. Menderita penyakit diabetes dan jantung

14. Bagaimana tips menghadapi menopause yang ibu ketahui?

a. Tidak perlu tips dalam menghadapi menopause

b. Terima apa adanya

c. Jika tidak suka minum susu, bisa diganti dengan mengkonsumsi tahu, tempe, atau sayur dengan dosis yang lebih besar. Misalnya, 50 gram tempe atau 120 gram tahu mengandung fitoestrogen yang cukup untuk satu hari

15. Bagaimana tips yang lain menghadapi menopause yang ibu ketahui?

a. Jangan minum air putih terlalu banyak

b. Jangan terlalu lama saat merebus sayur, karena vitaminnya akan larut dalam air

c. Olahraga cukup 1x enam bulan

16. Berikut adalah tips menghadapi menopause, kecuali?

a. Setiap kali makan, pilih salah satu saja makanan yang digoreng, sedangkan menu lainnya dimasak dengan cara lain. Sehingga tidak memperbanyak masuknya minyak ke dalam tubuh

b. Makanan dan minuman yang harus dihindari untuk memperlambat datangnya menopause antara lain kafein, alkohol, minuman bersoda, rempah-rempah, dan makanan berlemak

c. Makan semua yang ibu suka tanpa terkecuali

II. DUKUNGAN SUAMI

Petunjuk: Bacalah setiap pertanyaan di bawah ini dan pilih jawaban yang sesuai dengan keadaan Anda. Pilihlah salah satu jawaban dibawah ini yang ibu anggap benar dan beri tanda checklist (✓) pada jawaban yang dipilih yaitu iya atau tidak.

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
0 1.	Suami saya mendorong saya untuk bercerita atau berbicara tentang perasaan selama menopause.		✓
0 2.	Suami saya membantu mencari informasi tentang menopause untuk saya. (seperti membantu dengan mencari artikel atau video yang menjelaskan tentang gejala menopause dan cara mengatasinya)		✓
1 3.	Suami saya tidak peduli ketika saya mengalami fase menopause. (seperti merasakan panas tiba-tiba yang menyebar ke seluruh tubuh, sulit tidur, merasa cemas, penurunan gairah seksual, badan terasa pegal dan linu, merasa sering lupa)		✓
1 4.	Suami saya ikut terlibat dalam keputusan tentang kesehatan saya. (Seperti memutuskan untuk menjalani pola makan sehat dan olahraga teratur)	✓	
1 5.	Suami memberi dukungan finansial untuk pengobatan atau perawatan yang saya butuhkan.	✓	
1 6.	Suami memberi semangat dan menenangkan saya ketika merasa cemas.	✓	
1 7.	Suami saya membantu pekerjaan rumah atau tugas sehari-hari saat saya merasa lelah.	✓	
0 8.	Suami mendorong saya untuk rutin memeriksakan kesehatan.		✓

9.	Suami saya terbuka untuk membicarakan masalah seksualitas. (seperti mencari cara agar hubungan tetap nyaman, misalnya dengan menggunakan pelumas ketika ibu merasakan vagina kering)	✓	
10.	Suami saya meluangkan waktu untuk mengajak saya melakukan kegiatan yang saya sukai. (seperti mengajak berjalan-jalan di akhir pekan)	✓	
11.	Suami saya tidak pernah memberi pujian atau dukungan saat saya menghadapi tantangan selama menghadapi fase menopause.	✓	

III. KESIAPAN MENGHADAPI MENOPAUSE

Petunjuk : Pilihlah salah satu jawaban dibawah ini yang ibu anggap benar dan beri tanda checklist (✓) pada jawaban yang dipilih yaitu iya atau tidak.

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
0 1.	Meskipun akhir-akhir ini saya sering berkeringat, saya tidak minum lebih dari delapan gelas air sehari.	✓	
0 2.	Untuk menjaga kebugaran, saya berolahraga paling tidak tiga kali seminggu misalnya jalan kaki mengelilingi kompleks perumahan.		✓
1 3.	Setiap hari saya mengkonsumsi sayuran untuk mengurangi keluhan menghadapi menopause.	✓	
0 4	Saya sering minum kopi supaya badan lebih segar.		✓
1 5	Walaupun susu banyak manfaatnya untuk kesehatan, saya tetap tidak suka minum susu	✓	
0 6	Saya tetap mengerjakan pekerjaan rumah tangga sendiri, meskipun akhir-akhir ini saya merasa mudah lelah.		✓
1 7	Saya menganggap menopause adalah hal yang menakutkan	✓	✓
1 8	Saya merasa cemas menghadapi masa menopause		✓
1 9	Diumur saya yang lebih dari 45 tahun, saya merasa mudah marah.	✓	

8	10.	Saya suka membaca buku khususnya tentang menopause untuk meningkatkan pengetahuan saya.	✓	
	11.	Akhir-akhir ini perasaan saya lebih sensitive atau mudah tersinggung.	✓	
	12.	Saya rutin mengikuti kegiatan keagamaan yang diadakan di dalam atau luar kompleks perumahan.	✓	
	13.	Menurut saya, menopause merupakan bagian siklus kehidupan wanita sehingga kita mensyukurinya.	✓	

4. Surat Lolos Kaji Etik



Komite Etik Penelitian Research Ethics Committee

Surat Layak Etik Research Ethics Approval



No:000073/STIKes RSPAD Gatot Soebroto/2025

Peneliti Utama <i>Principal Investigator</i>	: Dias sabila Novita
Peneliti Anggota <i>Member Investigator</i>	: -
Nama Lembaga <i>Name of The Institution</i>	: STIKES RSPAD Gatot Subroto
Judul <i>Title</i>	: Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Suami dengan Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause di Posbindu Bendungan Hilir RW. 07 <i>The Relationship between Husband's Knowledge and Support with Readiness to Face Menopause in Premenopausal Mothers at Posbindu Bendungan Hilir RW. 07</i>

Atas nama Komite Etik Penelitian (KEP), dengan ini diberikan surat layak etik terhadap usulan protokol penelitian, yang didasarkan pada 7 (tujuh) Standar dan Pedoman WHO 2011, dengan mengacu pada pemenuhan Pedoman CIOMS 2016 (lihat lampiran). *On behalf of the Research Ethics Committee (REC), I hereby give ethical approval in respect of the undertakings contained in the above mention research protocol. The approval is based on 7 (seven) WHO 2011 Standard and Guidance part III, namely Ethical Basis for Decision-making with reference to the fulfilment of 2016 CIOMS Guideline (see enclosed).*

Kelayakan etik ini berlaku satu tahun efektif sejak tanggal penerbitan, dan usulan perpanjangan diajukan kembali jika penelitian tidak dapat diselesaikan sesuai masa berlaku surat kelayakan etik. Perkembangan kemajuan dan selesainya penelitian, agar dilaporkan. *The validity of this ethical clearance is one year effective from the approval date. You will be required to apply for renewal of ethical clearance on a yearly basis if the study is not completed at the end of this clearance. You will be expected to provide mid progress and final reports upon completion of your study. It is your responsibility to ensure that all researchers associated with this project are aware of the conditions of approval and which documents have been approved.*

Setiap perubahan dan alasannya, termasuk indikasi implikasi etis (jika ada), kejadian tidak diinginkan serius (KTD/KTDS) pada partisipan dan tindakan yang diambil untuk mengatasi efek tersebut; kejadian tak terduga lainnya atau perkembangan tak terduga yang perlu diberitahukan; ketidakmampuan untuk perubahan lain dalam personel penelitian yang terlibat dalam proyek, wajib dilaporkan. *You require to notify of any significant change and the reason for that change, including an indication of ethical implications (if any); serious adverse effects on participants and the action taken to address those effects; any other unforeseen events or unexpected developments that merit notification; the inability to any other change in research personnel involved in the project.*

10 January 2025
Chair Person

Ns. Meulu Primananda, S.Kep

Masa berlaku:
10 January 2025 - 10 January 2026

5. Uji Validitas Kuesioner

1. Kuesioner Pengetahuan Ibu

No. Soal	r Hitung	r Tabel	Keterangan
1.	0,538	0,632	Tidak valid
2.	0,710	0,632	Valid
3.	0,745	0,632	Valid
4.	0,814	0,632	Valid
5.	0,738	0,632	Valid
6.	0,684	0,632	Tidak valid
7.	0,946	0,632	Valid
8.	0,186	0,632	Tidak valid
9.	0,807	0,632	Valid
10.	0,338	0,632	Tidak valid
11.	0,738	0,632	Valid
12.	0,745	0,632	Valid
13.	0,767	0,632	Valid
14.	0,767	0,632	Valid
15.	0,360	0,632	Tidak valid
16.	0,000	0,632	Tidak valid
17.	0,757	0,632	Valid
18.	0,360	0,632	Tidak valid
19.	0,738	0,632	Valid
20.	0,248	0,632	Tidak valid
21.	0,745	0,632	Valid

2. Kuesioner Dukungan Suami

No. Soal	r Hitung	r Tabel	Keterangan
1.	0,778	0,632	valid
2.	0,795	0,632	Valid
3.	0,733	0,632	Valid
4.	0,668	0,632	Tidal valid
5.	0,712	0,632	Valid
6.	0,795	0,632	Valid
7.	0,712	0,632	Valid
8.	0,696	0,632	Tidak valid
9.	0,513	0,632	Tidak Valid
10.	0,517	0,632	Tidak valid
11.	0,878	0,632	Valid
12.	0,926	0,632	Valid
13.	0,778	0,632	Valid
14.	0,795	0,632	Valid
15.	0,926	0,632	Valid
16.	0,050	0,632	Tidak valid
17.	-0,050	0,632	Tidak valid
18.	0,733	0,632	Valid
19.	0,811	0,632	Valid
20.	0,795	0,632	Valid
21.	0,050	0,632	Tidak valid

3. Kusioner Kesiapan Ibu

No. Soal	r Hitung	r Tabel	Keterangan
1.	0,570	0,632	Tidak valid
2.	0,746	0,632	Valid
3.	0,738	0,632	Valid
4.	0,465	0,632	Tidak valid
5.	0,931	0,632	Valid
6.	0,887	0,632	Valid
7.	0,887	0,632	Valid
8.	0,512	0,632	Tidak valid
9.	0,746	0,632	Valid
10.	-0,089	0,632	Tidak valid
11.	0,512	0,632	Valid
12.	0,746	0,632	Valid
13.	0,839	0,632	Valid
14.	0,465	0,632	Tidak valid
15.	0,738	0,632	Valid

6. Master Tabel Hasil Pengolahan Data

No Responden	Nama/Inisial	Nama/Inisial	Pendidikan	Pendidikan	Pekerjaan	Pekerjaan	Pengetahuan	Keinginan	Keinginan	Keinginan	Pengeluaran	Pengeluaran	Kesiapan
1	Ny. Siti A	Tn. Kuswant	SMA	SMA	IRT	Bekerja	13	7	6	3	2	2	
2	Ny. Indah	Tn. Samsul	SMA	SMA	IRT	Bekerja	15	10	9	3	3	3	
3	Ny. Ira	Tn. A	SMA	SMK	Bekerja	Bekerja	14	4	5	3	2	2	
4	Ny. Uun Lesta	Tn. Haryadi	SMA	SMA	IRT	Bekerja	10	8	8	2	3	2	
5	Ny. Jurmasih	Tn. T	SMA	SMA	Bekerja	Bekerja	11	7	7	2	3	2	
6	Ny. Partilah	Tn. Sudiyat	SMA	SMA	IRT	Bekerja	9	8	8	2	3	2	
7	Ny. Turah	Tn. Rahmat	SMP	SMA	Bekerja	Tidak Bekerj	5	3	6	1	2	2	
8	Ny. Sri	Tn. Sarino	SMP	SMP	IRT	Bekerja	5	9	6	1	2	2	
9	Ny. Yati	Tn. Edi	SMA	SMA	Bekerja	Bekerja	7	5	8	1	2	2	
10	Ny. Saryati	Tn. IK	SMA	SMA	Bekerja	Bekerja	10	5	7	2	2	2	
11	Ny. Saripah	Tn. W	SMA	SMA	IRT	Bekerja	14	3	8	3	2	2	
12	Ny. Supriyar	Tn. Misbach	SMA	SMA	IRT	Bekerja	7	6	7	1	2	2	
13	Ny. Z	Tn. A	SMA	SMA	Bekerja	Bekerja	11	2	7	2	1	2	
14	Ny. B	Tn. S	S1	S1	Bekerja	Bekerja	13	4	12	3	2	3	
15	Ny. Hadijah	Tn. J	SMA	SMA	IRT	Bekerja	7	3	3	1	1	1	
16	Ny. Lina	Tn. R	SMA	SMA	Bekerja	Bekerja	10	7	6	2	3	2	
17	Ny. Suminah	Tn. Ahmad	SMA	SMA	IRT	Bekerja	10	10	8	2	3	2	
18	Ny. Endang	Tn. Budi	SMA	SMA	IRT	Bekerja	12	11	13	2	2	3	
19	Ny. Tarmimi	Tn. S	SMA	SMA	IRT	Bekerja	10	8	8	2	3	2	
20	Ny. Dewi	Tn. Sukardi	SMA	SMK	IRT	Bekerja	9	10	9	2	3	3	
21	Ny. Ani Raha	Tn. Fauzan	SMA	SMA	Bekerja	Bekerja	8	4	3	1	2	1	
22	Ny. Ratna	Tn. B	SMA	SMA	IRT	Bekerja	8	5	7	1	2	2	
23	Ny. Lilis	Tn. Wahyudi	D3	D3	IRT	Bekerja	13	10	9	3	3	3	
24	Ny. Suryani	Tn. Mulyonc	SMA	SMA	IRT	Bekerja	11	8	9	2	3	3	
25	Ny. Juliana W	Tn. Mulyadi	SMA	SMA	Bekerja	Bekerja	9	8	8	2	3	2	
26	Ny. Ulfah	Tn. Sigit	SMA	SMA	IRT	Tidak Bekerj	10	5	6	2	2	2	
27	Ny. W	Tn. S	SMA	SMA	IRT	Bekerja	12	9	10	2	3	3	
28	Ny. Tina	Tn. Lukman	SMP	SMA	Bekerja	Bekerja	6	5	4	2	3	2	
29	Ny. Yuliawat n.	Tn. Kurniawa	SMA	SMA	Bekerja	Tidak Bekerj	6	6	8	1	2	2	
30	Ny. D	Tn. P	SMA	SMA	IRT	Bekerja	9	3	7	2	2	2	
31	Ny. Haryati	Tn. Ramdan	SMA	SMA	IRT	Bekerja	10	5	7	2	2	2	
32	Ny. Farida S	Tn. Mukhlis	SMA	SMA	Bekerja	Bekerja	2	5	5	1	2	2	

7. Output Pengolahan Data

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pengetahuan Ibu * Kesiapan Ibu	32	100,0%	0	0,0%	32	100,0%
Dukungan Suami * Kesiapan Ibu	32	100,0%	0	0,0%	32	100,0%

Pengetahuan Ibu

Crosstab

		Kesiapan Ibu			Total	
		Kurang	Cukup	Baik		
Pengetahuan Ibu	Kurang	Count	2	7	0	9
		Expected Count	,6	6,5	2,0	9,0
		% within Pengetahuan Ibu	22,2%	77,8%	0,0%	100,0%
		% within Kesiapan Ibu	100,0%	30,4%	0,0%	28,1%
		% of Total	6,3%	21,9%	0,0%	28,1%
Cukup		Count	0	13	4	17
		Expected Count	1,1	12,2	3,7	17,0
		% within Pengetahuan Ibu	0,0%	76,5%	23,5%	100,0%
		% within Kesiapan Ibu	0,0%	56,5%	57,1%	53,1%

	% of Total	0,0%	40,6%	12,5%	53,1%
Baik	Count	0	3	3	6
	Expected Count	,4	4,3	1,3	6,0
	% within Pengetahuan Ibu	0,0%	50,0%	50,0%	100,0%
	% within Kesiapan Ibu	0,0%	13,0%	42,9%	18,8%
	% of Total	0,0%	9,4%	9,4%	18,8%
Total	Count	2	23	7	32
	Expected Count	2,0	23,0	7,0	32,0
	% within Pengetahuan Ibu	6,3%	71,9%	21,9%	100,0%
	% within Kesiapan Ibu	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	6,3%	71,9%	21,9%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	9,764 ^a	4	,045
Likelihood Ratio	11,156	4	,025
Linear-by-Linear Association	7,664	1	,006
N of Valid Cases	32		

a. 7 cells (77,8%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,38.

Symmetric Measures

	Value	Approx. Sig.
Nominal by Nominal Contingency Coefficient	,484	,045
N of Valid Cases	32	

Dukungan Suami

Crosstab

			Kesiapan Ibu			Total
			Kurang	Cukup	Baik	
Dukungan Suami	Kurang	Count	1	1	0	2
		Expected Count	,1	1,4	,4	2,0
		% within Dukungan Suami	50,0%	50,0%	0,0%	100,0%
		% within Kesiapan Ibu	50,0%	4,3%	0,0%	6,3%
		% of Total	3,1%	3,1%	0,0%	6,3%
	Cukup	Count	1	14	2	17
		Expected Count	1,1	12,2	3,7	17,0
		% within Dukungan Suami	5,9%	82,4%	11,8%	100,0%
		% within Kesiapan Ibu	50,0%	60,9%	28,6%	53,1%
		% of Total	3,1%	43,8%	6,3%	53,1%
	Baik	Count	0	8	5	13
		Expected Count	,8	9,3	2,8	13,0
		% within Dukungan Suami	0,0%	61,5%	38,5%	100,0%
		% within Kesiapan Ibu	0,0%	34,8%	71,4%	40,6%

	% of Total	0,0%	25,0%	15,6%	40,6%
Total	Count	2	23	7	32
	Expected Count	2,0	23,0	7,0	32,0
	% within Dukungan Suami	6,3%	71,9%	21,9%	100,0%
	% within Kesiapan Ibu	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	6,3%	71,9%	21,9%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	10,394 ^a	4	,034
Likelihood Ratio	7,800	4	,099
Linear-by-Linear Association	6,162	1	,013
N of Valid Cases	32		

a. 7 cells (77,8%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,13.

Symmetric Measures

	Value	Approx. Sig.
Nominal by Nominal Contingency Coefficient	,495	,034
N of Valid Cases	32	

Correlations

		X1	X2	Y
X1	Pearson Correlation	1	,314	,497**
	Sig. (2-tailed)		,080	,004
	N	32	32	32
X2	Pearson Correlation	,314	1	,446*
	Sig. (2-tailed)	,080		,011
	N	32	32	32
Y	Pearson Correlation	,497**	,446*	1
	Sig. (2-tailed)	,004	,011	
	N	32	32	32

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

8. Cek Plagiarisme

TURNITIN DIAS SABILA.docx

ORIGINALITY REPORT

21 %
SIMILARITY INDEX

19 %
INTERNET SOURCES

10 %
PUBLICATIONS

6 %
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id Internet Source	1 %
2	repositori.usu.ac.id Internet Source	1 %
3	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	1 %
4	eprints.undip.ac.id Internet Source	1 %
5	Della Wilutama, Asep Barkah. "Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kesiapan Wanita Premenopause Menghadapi Menopause Diwilayah Buaran Cakung Timur RT 05 dan RT 13", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2024 Publication	1 %
6	ejournal.unaja.ac.id Internet Source	1 %
7	dspace.umkt.ac.id Internet Source	<1 %
8	Submitted to Konsorsium 4 Perguruan Tinggi Swasta Student Paper	<1 %
9	repository.unjaya.ac.id Internet Source	<1 %

9. Dokumentasi



Gambar 6. 1 Sambutan dan Izin kepada responden



Gambar 6. 2 Responden mengisi kuesioner



Gambar 6. 3 Foto bersama petugas posbindu