

ABSTRAK

Eny Sri Margawati

HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG MENOPAUSE DENGAN
KESIAPAN WANITA DALAM MENGHADAPI MASA MENOPAUSE

1x + 70 Halaman + 7 Tabel + 9 Lampiran

Menopause merupakan fase alami dalam kehidupan perempuan yang ditandai dengan berhentinya menstruasi secara permanen akibat penurunan fungsi ovarium. Perubahan fisik dan psikologis pada masa ini dapat menimbulkan berbagai keluhan, seperti gangguan tidur, kecemasan, dan perubahan suasana hati. Kurangnya pengetahuan tentang menopause sering menyebabkan wanita merasa takut dan tidak siap menghadapi perubahan tersebut. Oleh karena itu, pengetahuan yang memadai diperlukan agar wanita dapat mempersiapkan diri secara fisik maupun psikologis dalam menghadapi masa menopause. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause di Desa Kartoharjo, Kecamatan Kartoharjo, Kabupaten Magetan tahun 2026.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah wanita usia 45–49 tahun di Desa Kartoharjo dengan sampel sebanyak 58 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Penelitian dilaksanakan pada November 2025–Maret 2026. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan tentang menopause dan kesiapan menghadapi menopause. Analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden memiliki pengetahuan kategori cukup sebanyak 25 orang (43,1%), pengetahuan baik sebanyak 24 orang (41,4%), dan pengetahuan kurang sebanyak 9 orang (15,5%). Sebagian besar responden berada pada kategori siap menghadapi menopause sebanyak 41 orang (70,7%), sedangkan 17 orang (29,3%) berada pada kategori tidak siap. Responden dengan pengetahuan baik hampir seluruhnya berada pada kategori siap menghadapi menopause, sedangkan seluruh responden dengan pengetahuan kurang berada pada kategori tidak siap. Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan wanita tentang menopause, maka semakin tinggi kesiapan dalam menghadapi masa menopause. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan edukasi dan penyuluhan kesehatan mengenai menopause agar wanita lebih siap secara fisik maupun psikologis dalam menghadapi perubahan pada masa menopause.

Kata kunci: kesiapan, menopause, pengetahuan

Daftar bacaan: 58 buku dan jurnal (2021–2026)

ABSTRACT

Eny Sri Margawati

THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE ABOUT MENOPAUSE AND
WOMEN'S READINESS IN FACING MENOPAUSE

1x + 70 Pages + 7 Tables + 9 Appendices

Menopause is a natural phase in a woman's life characterized by the permanent cessation of menstruation due to declining ovarian function. The physical and psychological changes during this period may cause various complaints, including sleep disturbances, anxiety, and mood changes. Limited knowledge about menopause often leads women to feel fearful and unprepared for these changes. Therefore, adequate knowledge is essential to help women prepare physically and psychologically for menopause. This study aimed to analyze the relationship between knowledge about menopause and women's preparedness in facing menopause in Kartoharjo Village, Kartoharjo District, Magetan Regency in 2026.

This study employed a quantitative analytic design with a cross-sectional approach. The study population consisted of women aged 45–49 years in Kartoharjo Village, with a sample of 58 respondents selected through purposive sampling. The research was conducted from November 2025 to March 2026. Data were collected using questionnaires on knowledge about menopause and readiness to face menopause. Data analysis was performed using the Chi-Square test with a significance level of $\alpha = 0.05$.

The results showed that nearly half of the respondents had a moderate level of knowledge, accounting for 25 respondents (43.1%), while 24 respondents (41.4%) had good knowledge and 9 respondents (15.5%) had poor knowledge. Most respondents were categorized as ready to face menopause, totaling 41 respondents (70.7%), whereas 17 respondents (29.3%) were categorized as unprepared. Respondents with good knowledge were almost entirely categorized as ready to face menopause, while all respondents with poor knowledge were categorized as unprepared. The bivariate analysis revealed a significant relationship between knowledge about menopause and readiness to face menopause, with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$).

The conclusion of this study indicates that better knowledge about menopause is associated with higher preparedness among women in facing menopause. Therefore, improving health education and counseling regarding menopause is necessary to help women become more physically and psychologically prepared to face changes during menopause.

Keywords: knowledge, menopause, readiness

References: 58 books and journals (2021–2026)