

BAB 6

PEMBAHASAN

Dalam bab ini akan dibahas mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti di Posyandu lansia RW 5 Kelurahan Sumbersari Malang yaitu : a) Penerimaan diri wanita menghadapi gejala *premenopause* sebelum pendidikan kesehatan melalui metode *buzz group*, b) Penerimaan diri wanita menghadapi gejala *premenopause* sesudah pendidikan kesehatan melalui metode *buzz group*, c) Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap penerimaan diri wanita menghadapi gejala *premenopause* di Posyandu Lansia RW 5 Kelurahan Sumbersari Malang.

6.1 Penerimaan Diri Wanita Menghadapi Gejala *Premenopause* Sebelum Pendidikan Kesehatan melalui Metode *Buzz Group*

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan 8 dari 16 wanita dengan gejala *premenopause* sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan memiliki penerimaan diri sedang yang ditunjukkan dengan hasil skor kuisioner 32-47 (50%), dan sisanya menunjukkan penerimaan diri rendah dengan hasil skor kuisioner *self acceptance scale* < 32. Ini dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri responden pada sebelum dilakukannya pendidikan kesehatan cenderung rendah. Atau bisa diekspresikan dalam tingkat fisiologis seperti kurang menikmati kehidupan seksualnya, dan kurang atau bahkan tidak bisa tidur nyenyak. Ekspresi tingkat fisiologis tersebut

menunjukkan bahwasanya terdapat gangguan pada penerimaan dirinya khususnya pada indikator (1) Menerima kondisi fisik yang menurun, (2) Selalu memandang segala hal dari sisi yang positif, (3) Menerima segala kekurangan yang dimiliki. Penerimaan diri wanita *premenopause* yang mengakibatkan penerimaan diri rendah diasumsikan karena wawasan diri responden yang dirasa kurang dalam pemenuhan *self acceptance* wanita *premenopause*.

Pada penelitian Astiti dkk (2015), disebutkan bahwa pendidikan kesehatan mampu meningkatkan penerimaan diri wanita *premenopause* dibuktikan melalui jurnal penelitian oleh Astiti dkk (2015) yang meneliti tentang penerimaan diri wanita *menopause*. Dalam penelitian Astiti dkk (2015) disebutkan bahwasanya penerimaan diri wanita *menopause* sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar yaitu 18 responden (60%) dalam kategori sedang, yang menunjukkan wanita *menopause* belum mampu secara maksimal menerima keadaan atau perubahan-perubahan yang terjadi akibat *menopause* secara positif. Namun setelah dilakukannya pendidikan kesehatan, penerimaan diri wanita *menopause* sebagian besar yaitu 20 responden (66,7%) dalam kategori tinggi.

Hasil penelitian sebelum pemberian pendidikan kesehatan, penerimaan diri wanita *premenopause* dalam kategori sedang yaitu sebanyak 8 responden (50%) dan selebihnya dalam kategori rendah yaitu sebanyak 8 orang (50%), hal ini mungkin disebabkan oleh responden yang belum mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan yang terjadi akibat gejala yang ditimbulkan oleh masa *premenopause*. Hal ini sesuai dengan pernyataan Lestari (2010) bagi kebanyakan wanita usia 40-50 tahun

merupakan usia yang menentukan atau masa krisis dalam dirinya yang akan menjadi tua dan mengalami krisis masa *menopause* baik dalam segala fase *menopause*. Hal ini juga didukung oleh Maelani (2010), penerimaan diri wanita *menopause* dapat disebabkan oleh adanya perubahan citra tubuh dan perubahan ideal diri sehingga muncul perilaku yang menggambarkan perubahan fungsi peran. Karena aspek utama yang mempengaruhi penerimaan diri adalah dicintai dan menerima penghargaan dari orang lain. Wanita yang mengalami gejala *premenopause* akan memiliki coping positif dan penerimaan diri yang baik ketika mereka bisa menerima kenyataan bahwa mereka telah mengalami gejala *premenopause* dan adanya dukungan serta penerimaan dari orang-orang sekitar mereka.

Menurut pendapat peneliti faktor yang menyebabkan yaitu status sosial melalui bekerja atau tidaknya wanita *premenopause* terhadap adaptasi sosialnya. Hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan pekerjaan yaitu responden terbanyak memiliki pekerjaan pedagang sebanyak 6 orang (37,5%). Pekerjaan yang dijalani oleh wanita *premenopause* berhubungan dengan adanya kesempatan ibu untuk bersosialisasi dan menyerap informasi kesehatan. Wanita yang bekerja, karena kesibukannya mereka tidak sempat memikirkan gangguan-gangguan menjelang *menopause*. Hal ini sesuai dengan ahli gizi Melani (2007), yaitu dengan tetap berusaha hidup aktif akan menekan gangguan-gangguan menjelang *menopause* seperti insomnia, memperlambat osteoporosis, penyakit jantung, serta mencegah *hot flushes*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat diasumsikan bahwa, pekerjaan dengan hasil interaksi yang baik dapat mempengaruhi pengetahuan dan penerimaan diri yang positif akan membantu mereka

memahami dan mempersiapkan dirinya menjalani masa *premenopause* dengan lebih baik. Karena tingkat kualitas dan frekuensi interaksi dan aktivitas dapat mempengaruhi pengetahuan sebagian besar wanita dalam menghadapi masa *premenopause* dimana pada masa itu wanita merasakan berbagai gejala-gejala dan keluhan yang berbeda-beda antara satu dan yang lain.

Rentang umur responden pada penelitian ini yang mengalami masa *premenopause* yaitu 45-55 tahun. Masa *premenopause* merupakan suatu fase alamiah yang akan dialami oleh setiap wanita yang pada umumnya akan terjadi di atas usia 40 tahun, yaitu dimana pada umur ini, keluhan-keluhan yang dirasakan akibat perubahan fisik dan psikologis mencapai puncaknya. Hal ini sesuai dengan pendapat Rambulangi (2006) yang menyatakan bahwa umur seorang perempuan memasuki masa *premenopause* antara 40-49 tahun. Dimana pada saat perempuan memasuki usia pertengahan empat puluhan, fungsi ovarium akan mulai menurun. Sehingga menyebabkan kadar hormon dalam tubuh tidak seimbang yang akhirnya menyebabkan berbagai gangguan.

6.2 Penerimaan Diri Wanita Menghadapi Gejala *Premenopause* Sesudah Pendidikan Kesehatan melalui Metode *Buzz Group*

Berdasarkan hasil penelitian setelah dilakukannya pendidikan kesehatan sebanyak 3x pelaksanaan, responden yang terdiri dari 16 orang (100%) memiliki penerimaan tinggi yang ditunjukkan dengan hasil skor instrumen *self acceptance scale* yaitu 48-64 dengan persentase 75-100%. Atau bisa diekspresikan dalam tingkat fisiologis seperti mulai menikmati

kehidupan seksualnya, dan kualitas tidur yang meningkat dari sebelumnya (tidur mulai lebih nyenyak). Ekspresi tingkat fisiologis tersebut menunjukkan bahwasanya terdapat perubahan dan perbaikan pada penerimaan dirinya khususnya pada indikator (1) Menerima kondisi fisik yang menurun, (2) Selalu memandang segala hal dari sisi yang positif, (3) Menerima segala kekurangan yang dimiliki. Perubahan penerimaan diri wanita *premenopause* setelah dilakukannya pendidikan kesehatan yaitu disebabkan oleh adanya penambahan informasi atau adanya wawasan diri yang bertambah tentang perubahan-perubahan yang alami terjadi pada wanita *premenopause* dan segala gejala-gejalanya serta upaya apa yang dapat dilakukan untuk meminimalkan gejala yang dirasakan.

Hasil penelitian dan pernyataan di atas sesuai dengan teori Corsini (2006), usaha untuk dapat menerima diri sendiri tidak begitu saja dapat diciptakan oleh seorang individu, namun membutuhkan proses yang panjang seperti akhirnya ditemukan kesadaran untuk menerima diri sendiri. Beberapa kondisi yang mempengaruhi pembentukan penerimaan diri individu salah satunya dengan memberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan penerimaan diri wanita *premenopause* terhadap perubahan-perubahan menjelang masa *menopause* dan menyesuaikan dirinya terhadap masa penuaan sehingga dapat menghargai keadaan dirinya dan menerima kekurangan serta kelebihanannya, salah satunya dapat dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan wanita *premenopause* tentang perubahan-perubahan yang terjadi pada masa *premenopause* (Astuti dkk, 2015).

Menurut Astiti dkk (2015) pendidikan kesehatan yang diberikan pada wanita menghadapi masa *menopause* akan menambah pengetahuan wanita, sehingga orang tersebut akan berfikir secara rasional dan logis, dapat memandang *premenopause* sebagai suatu peristiwa yang dialami secara alami oleh hampir seluruh wanita sehingga diharapkan wanita menghadapi gejala *premenopause* dapat mempersiapkan diri lebih matang dalam menghadapi masa *menopause* sehingga mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi akibat *menopause*, dimana kemampuan menyesuaikan diri dapat mempengaruhi penerimaan diri menjadi lebih baik.

Adanya perubahan penerimaan diri wanita *premenopause* sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan dikarenakan responden mendapatkan tambahan informasi atau pengetahuan melalui pendidikan kesehatan. Di mana dalam pendidikan kesehatan yang dipakai yaitu dengan metode *buzz group*. Dalam proses pendidikan kesehatan dengan metode *buzz group* atau diskusi kelompok tersebut efektif untuk meningkatkan pengetahuan serta sikap dalam menghadapi gejala *premenopause*. Karena dalam metode ini, responden bisa leluasa dalam bertukar pendapat dan informasi antar anggota kelompok serta fasilitator. Hal ini diperkuat oleh pendapat Stanley (2008) yang menyatakan bahwa proses belajar atau pendidikan dan saling bertukar pikiran saat berdiskusi dapat meningkatkan sikap dan pengetahuan bagi seseorang baik fasilitator maupun peserta sehingga menyatunya pemikiran-pemikiran yang akan meningkatkan sebuah pengetahuan serta sikap seseorang yang telah dipelajarinya. Selain itu juga pada penelitian sebelumnya mengenai pendidikan kesehatan metode *buzz group* juga dilakukan oleh Muflihah (2012). Muflihah (2012) menjelaskan dalam jurnal

penelitiannya bahwa metode *buzz group* dapat merangsang peserta didik untuk lebih kreatif khususnya dalam memberikan gagasan dan ide-ide, melatih peserta didik untuk membiasakan diri bertukar pikiran atau pendapat, serta melatih peserta didik untuk dapat mengemukakan pendapat. Di samping itu juga bisa melatih untuk menghargai pendapat orang lain dan mampu berinteraksi dengan baik antar anggota kelompok juga fasilitator.

Seperti dalam penjelasan penelitian oleh Ulfah (2013) bahwa pendidikan kesehatan melalui metode *buzz group* efektif dalam meningkatkan perilaku pemberantasan nyamuk pada ibu-ibu PKK di Kelurahan Sragen Jawa Tengah dengan hasil penelitian yaitu uji perbedaan *post test* antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Pada penelitiannya, Ulfah (2013) menjelaskan bahwa penelitian pendidikan kesehatannya terdiri dari kelompok eksperimen diberikan dengan metode *buzz group* dan kelompok kontrol diberikan dengan metode ceramah. Kemudian didapatkan *p-value* sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 dan diperoleh dari hasil rata-rata *post test* sebesar 6,555 sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh nilai rata-rata *post test* 4,27 lebih kecil dari pada rata-rata *post test* kelompok eksperimen.

Hasil penelitian ini sesuai pula dengan hasil penelitian yang didapat oleh Pramayuni (2010) tentang pengaruh pendidikan kesehatan *menopause* terhadap tingkat kecemasan wanita *premenopause* di Banjar Taman Sari Anyar Kediri Tabanan. Hasil penelitian menunjukkan setelah pemberian pendidikan kesehatan dari 30 responden sebagian besar yaitu 25 responden (83,3%) mengalami kecemasan ringan.

6.3 Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Penerimaan Diri Wanita Menghadapi *Premenopause* di Posyandu Lansia RW 5 Kelurahan Sumbersari Malang

Hasil uji statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* didapatkan nilai *p-value* = $0,000 < \alpha 0,05$, hasil ini menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap penerimaan diri wanita menghadapi gejala *premenopause* di Posyandu lansia RW 5 Kelurahan Sumbersari Malang tahun 2016.

Menurut Johnson (2006), penerimaan diri dipandang sebagai suatu keadaan dimana seseorang memiliki penghargaan yang tinggi pada dirinya sendiri, untuk mencapai suatu konsep diri maka seseorang harus dapat menjalankan penerimaan atas dirinya. Jika seseorang memiliki konsep diri yang positif, maka ia akan memiliki penerimaan diri yang positif, dan jika ia memiliki konsep diri yang negatif, maka ia tidak akan memiliki penerimaan atas dirinya. Menurut Johnson (2006), ciri-ciri orang menerima dirinya adalah menerima diri sendiri apa adanya, tidak menolak diri sendiri, apabila memiliki kelemahan dan kekurangan, memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri, maka seseorang tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain, seseorang akan merasa berharga maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna, memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna.

Teori di atas juga didukung oleh teori Corsini (2006), upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan penerimaan diri wanita menghadapi masa

menopause terhadap perubahan-perubahan menjelang *premenopause* dan menyesuaikan dirinya terhadap masa penuaan sehingga dapat menghargai keadaan dirinya dan menerima kekurangan serta kelebihan, salah satunya dapat dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan wanita *premenopause* tentang perubahan-perubahan yang terjadi pada masa *premenopause*. Pengetahuan tentang *premenopause* bisa didapat dengan mencari informasi atau penyuluhan, salah satunya yaitu melalui pendidikan kesehatan.

Hasil penelitian yang didapat sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Astiti (2015) tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap penerimaan diri wanita *menopause* di Banjar Ambengan. Hasil penelitian ini disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap penerimaan diri wanita *menopause* di Banjar Ambengan Wilayah Kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan tahun 2014. Hal tersebut juga sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pramayuni (2010) dimana ada pengaruh pendidikan kesehatan *menopause* terhadap tingkat kecemasan wanita *premenopause* di Banjar Taman Sari Anyar Kediri Tabanan.

6.4 Implikasi Penelitian dalam Profesi Keperawatan

6.4.1 Ilmu Keperawatan

Hasil Penelitian menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap penerimaan diri wanita menghadapi gejala *premenopause* sehingga memperkuat teori jika penerimaan diri pada wanita menghadapi gejala *premenopause* terdapat peningkatan setelah dilakukannya penambahan

pengetahuan atau wawasan pada wanita *premenopause* yang salah satunya bisa dilakukan dengan pendidikan kesehatan melalui metode diskusi kelompok (*buzz group*). Metode pendidikan kesehatan yang baik tentang *premenopause* akan mempengaruhi penambahan wawasan wanita yang mengakibatkan pada optimalnya aktualisasi diri, yang itu semua akan memberi dampak pada kualitas hidup wanita pralansia/dewasa madya. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan wawasan untuk ilmu keperawatan dalam konteks maternitas.

6.4.2 Praktek Keperawatan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan kepada para kader Posyandu Lansia yang bekerja sama dengan Puskesmas untuk lebih memberikan peningkatan rasa nyaman pada wanita menghadapi *premenopause*. Sehingga perawat puskesmas bisa mengadakan pendidikan kesehatan tentang *menopause* secara berkelanjutan.

Perawat sebagai *edukator/conselor* juga perlu untuk menambah pengetahuan wanita *premenopause* agar terdapat penerimaan diri tinggi sehingga akan berdampak pada kualitas hidup wanita *premenopause* dengan pemberian penyuluhan tentang *premenopause* secara berkelanjutan serta penyampaian pengalaman wanita yang telah melalui masa *premenopause*.

6.5 Keterbatasan Penelitian

Peneliti juga memiliki kekurangan pada penelitian ini, diantaranya :

1. Pada penelitian ini, peneliti hanya menggunakan 1 perawat sebagai fasilitator untuk semua responden yang harusnya menggunakan 1 perawat pada setiap kelompok kecil dengan total fasilitator

seharusnya 4 orang. Karena penggunaan fasilitator yang benar akan juga mempengaruhi penambahan wawasan responden tentang *premenopause* dalam diskusi kelompok.

2. Peneliti belum mengeksplor faktor dukungan suami/keluarga terdekat responden sebagai faktor lain dalam perubahan penerimaan diri responden.

