



PENYULUHAN MENOPAUSE DAN FUNGSI SEKSUAL PADA WANITA WILAYAH KERJA PUSKESMAS DESA SUKOHARJO

Idayati¹

Universitas Muhammadiyah Pringsewu

Email : idayatibangsawan@umpri.ac.id

Abstrak : Penyuluhan Menopause Dan Fungsi Seksual Pada Wanita Wilayah Kerja Puskesmas Desa Sukoharjo. Menopause dalam kehidupan seorang wanita merupakan suatu proses yang alami dan sudah pasti akan terjadi. Ketika wanita memasuki masa menopause yang umumnya terjadi pada usia sekitar 50 tahun akan terjadi perubahan-perubahan biologis pada tubuhnya, khususnya hormon yang dihasilkan oleh ovarium. Upaya Kesehatan pada wanita adalah setiap kegiatan untuk mewujudkan derajat kesehatan reproduksi pada wanita yang optimal bagi setiap individu, keluarga, dan masyarakat dengan pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitative. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang menopause dan fungsi seksual pada wanita di Desa Sukoharjo sebanyak 20 orang Wanita. Ketercapaian ini terlihat dari adanya respon dan evaluasi di akhir kegiatan yang dilakukan untuk seluruh peserta kegiatan pengabdian masyarakat tentang pemahaman kesehatan reproduksi pada wanita, beberapa pertanyaan yang digunakan sebagai bahan evaluasi ketercapaian dari tujuan kegiatan.

Kata Kunci: Menopause, Fungsi Seksual pada wanita

Pendahuluan

Menopause merupakan suatu fase alamiah yang akan dialami oleh setiap wanita yang biasanya terjadi diatas usia 40 tahun, tepatnya umur antara 40-55. Kondisi ini merupakan suatu akhir proses biologis yang menandai berakhirnya masa subur seorang wanita. Dikatakan menopause bila siklus mensturasinya telah berhenti selama 1 bulan. Berhentinya haid tersebut akan membawa dampak pada konsekuensi kesehatan baik fisik maupun psikis (Retnowati, 2018, *Menopause*, <http://www.menopause.com>. Diunduh pada tanggal 29 Oktober 2019).

Menopause dalam kehidupan seorang wanita merupakan suatu proses yang alami dan sudah pasti akan terjadi. Ketika wanita memasuki masa menopause yang umumnya terjadi pada usia sekitar 50 tahun akan terjadi perubahan-perubahan biologis pada tubuhnya, khususnya hormon yang dihasilkan oleh ovarium. Secara alami seorang wanita yang berusia 45-55 tahun, ovariumnya tidak lagi menghasilkan hormon estrogen dan hormon-hormon lainnya. Hilangnya estrogen dan progesteron secara progresif selama menopause meningkatkan resiko kesehatan wanita dan akan mempengaruhi kualitas hidup seorang wanita (Sturdee, 2018, <http://www.menopause.com> .

Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukoharjo Tahun 2023 jumlah wanita yang mengalami menopause meningkat sebanyak 30% yang tercatat sebanyak 40 orang , sedangkan pada tahun 2024 di tiga bulan terakhir meningkat menjadi 67 Pasien. Terjadi kenaikan jumlah wanita dengan menopause yang naik sebanyak 2% dari tahun 2023 (Survey Indikator Mutu Pelayanan Puskesmas Sukoharjo, 2024).

Upaya Kesehatan pada wanita adalah setiap kegiatan untuk mewujudkan derajat kesehatan reproduksi pada wanita yang optimal bagi setiap individu, keluarga, dan masyarakat dengan pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang diselenggarakan secara menyeluruh, terpadu, dan berkesinambungan oleh Pemerintah, pemerintah Daerah, dan/atau masyarakat.

Metode

Penyuluhan dengan Kegiatan Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengaplikasikan mata kuliah keperawatan reproduksi (Maternitas), khususnya pada wanita yang sudah mempersiapkan masa menopause di usia 45-52 tahun dan fungsi seksual dalam menghadapi masa menopause tersebut agar dapat lebih mengenal dan mempersiapkan diri dan psikis pada saat itu yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Sukoharjo. Sosialisasi dimulai dari penyampaian materi yang berisi apersepsi

terhadap masalah yang sedang dihadapi bersama peserta atau masyarakat, dilanjutkan penyampaian materi, rangkaian kegiatan dalam penyuluhan. Setelah selesai peserta akan dilakukan evaluasi dengan cara memberikan kesempatan kepada peserta untuk mereview dan menyimpulkan dari hasil penyampaian sosialisasi.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memiliki hilirisasi sesuai dengan kelimuan saya di bidang Keperawatan Refroduksi (Maternitas) dan sesuai dengan kondisi dan kebutuhan masyarakat pada saat ini, yang dalam hal ini adalah Masyarakat di lingkungan kerja puskesmas Sukoharjo. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh Masyarakat sukoharjo dan petugas puskesmas serta perangkat desa. Seluruh peserta berjumlah 20 orang Wanita, secara tehnis proses pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan kontrak waktu terlebih dahulu menyesuaikan dengan waktu dimana Masyarakat dapat longgar dan dapat hadir secara penuh untuk mengikuti kegiatan Penyuluhan dimulai dari penyampaian materi yang berisi apersepsi terhadap masalah yang sedang dihadapi bersama peserta atau masyarakat yaitu pentingnya dilakukannya pelaksanaan Menopause dan seksual pada wanita dilanjutkan penyampaian materi dengan rangkaian sebagai berikut; Definisi Menopause dan seksual pada wanita, bagaimana Manajemen psikis dan mempersiapkan perubahan fisik akibat perubahan hormonal estrogen pada wanita agar tidak terjadi tekanan dan kecemasan serta dapat memahami perubahan secara alamiah yang terjadi pada tubuh dan organ refroduksi wanita, simulasi beberapa rangkaian kegiatan. Setelah selesai peserta dilakukan evaluasi dengan cara memberikan kesempatan kepada peserta untuk mereview dan menyimpulkan dari hasil penyampaian materi yang diberikan.

Menopause dan seksual pada wanita diperlukan untuk membrikan informasi kepada masyarakat agar mengethau dan meahami perubahan organ refroduksi dan semua dampaknya. Pada pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan tema Menopause dan seksual pada wanita memiliki beberapa kendala diantaranya adalah; ketepatan waktu pelaksanaan kegiatan, kurang maksimalnya proses pelaksanaan penyuluhan masyarakat masih banyak Masyarakat yang belum mengerti tentang pentingnya ilmu pengetahuan yang menyakut kesehatan refroduksi wanita serta dampaknya. Beberapa kendala tersebut diatas dapat teratasi dengan baik melalui bantuan koordinasi dan kerjasama tim serta kesediaan menjalankan dan mendukung kegiatan ini.





Simpulan Dan Saran

Sesuai dengan tujuan dan manfaat dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, upaya peningkatan pemahaman serta kepatuhan dalam menjalankan protokol kesehatan oleh masyarakat dapat tercapai sesuai dengan tujuan kegiatan. Ketercapaian ini terlihat dari adanya respon dan evaluasi di akhir kegiatan yang dilakukan untuk seluruh peserta kegiatan pengabdian masyarakat tentang pemahaman kesehatan reproduksi pada Wanita. Saran yang dapat diberikan kepada seluruh Wanita dalam menghadapi menopause dan fungsi seksual yaitu diharapkan untuk tidak panik dan stress, jika mengalami tanda dan gejala menopause untuk dapat konsultasi ke pelayanan Kesehatan terdekat untuk mendapatkan penanganan dan penjelasan.

Daftar Rujukan

- Ita Eko Suparni, R. Y. A. (2016). *MENOPAUSE Masalah dan Penanganannya*. CV Budi Utama.
- Larasati, A. (2018). *Hubungan Pengetahuan Ibu Pre Menopause Tentang Menopause Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause Di Desa Batang Pane 1*.
- Mona, T. (2018). *Gambaran mekanisme coping wanita dalam menghadapi perubahan fisik akibat menopause*.
- Mulyani, S. . (2015). *Menopause Akhir Siklus Menstruasi Pada Wanita Diusia Pertengahan*. Nuha Medika.
- Proverawati A, S. E. (2017). *Menopause dan sindrome premenopause* (K. W (ed.); kedua). Nuha Medika.
- Proverawati. (2015). *Menopause dan sindrome premenopause*. Nuha Medika.
- Putri, L. (2015). *Hubungan Persepsi Tentang Menopause Dengan Kecemasan Pada Wanita Premenopause*.