

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta. Patangpuluhan sendiri secara geografis terletak sekitar 3 km di sebelah barat daya pusat kota Yogyakarta.

Kelurahan patang puluhan terdiri dari 3 RW yang dihuni 7524 Jiwa dimana kelurahan ini didominasi kaum perempuan sebanyak 3852 jiwa. Dengan jumlah wanita usia 40-44 tahun berjumlah 157 orang dengan status cerai hidup 40 orang, cerai meninggal 23 orang dan belum menikah 11 orang. Warga Kelurahan Patangpuluhan memiliki beragam kegiatan seperti arisan RT, PKK RT yang memiliki jadwal masing-masing tiap RT serta Posyandu yang rutin dilaksanakan rutin setiap bulannya.

Batas-batas wilayah Patangpuluhan untuk utara berbatasan dengan Kelurahan Wirobrjan, timur dengan Kelurahan Gedongkiwo Kecamatan Mantrijeron Yogyakarta, sedangkan sebelah selatan dan juga barat dengan Desa Ngestiharjo, Kasihan, Bantul.

2. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah wanita yang diklasifikasikan berdasarkan usia dan pendidikan terakhir. Terdapat 47 responden yang ikut serta dalam penelitian ini. Responden dalam penelitian ini merupakan warga Kelurahan Patangpuluhan yang berusia 40-44 tahun dan belum mengalami menopause. Karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 4.1.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta.

No	Karakteristik	F	Presentase (%)
1	Usia		
	40	16	34
	41	6	12,8
	42	7	14,9
	43	6	12,8
	44	12	25,5
	Total	47	100
2	Pendidikan Terakhir		
	Lulus SD	5	10,6
	Lulus SMP	10	21,3
	Lulus SMA	19	40,4
	Lulus Diploma	5	10,6
	Lulus Perguruan Tinggi	8	17
	Total	47	100

Sumber: Data Primer 2016

Tabel 4.1 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan usia terbanyak adalah usia 40 tahun dengan jumlah 16 orang (34%), usia 44 tahun dengan jumlah sebanyak 12 orang (25,5%), dan diikuti usia paling sedikit adalah usia 41 tahun dan 42 tahun yang masing-masing sebanyak 6 orang (12,8%). Responden dengan pendidikan terakhir paling banyak adalah Sekolah Menengah Atas (SMA) yakni

berjumlah 19 orang (40,4%) dan terdapat 2 kategori pendidikan terakhir yang memiliki nilai sama yaitu SD dan Diploma yang masing-masing 5 orang (10,6%).

3. Gambaran Tingkat Pengetahuan Responden

Tabel 4.2 Karakteristik Tingkat Pengetahuan Responden di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016

Tingkat Pengetahuan	F	Presentase (%)
Rendah	3	6,4
Tinggi	44	93,6
Total	47	100

Sumber: Data Primer (2016)

Tabel 4.2 menjelaskan gambaran tingkat pengetahuan responden di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta, dimana kategori yang memiliki hasil yang banyak adalah kategori tingkat pengetahuan tinggi berjumlah 44 orang (93,6%) dan sisanya 3 orang (6,4%) dalam kategori rendah.

4. Gambaran Tingkat Aktivitas Responden

Tabel 4.3 Karakteristik Tingkat Aktivitas Responden di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016

Tingkat Aktivitas	F	Presentase (%)
Rendah	8	17
Tinggi	39	83
Total	47	100

Sumber: Data Primer (2016)

Tabel 4.3 menunjukkan gambaran tingkat aktivitas responden di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta, didapatkan kategori paling banyak adalah pada kategori tingkat

aktivitas tinggi dengan jumlah 39 orang (83%) dan sisanya kategori rendah 8 orang (17%).

5. Gambaran Tingkat Dukungan Keluarga Responden

Tabel 4.4 Karakteristik Tingkat Dukungan Keluarga Responden di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016

Tingkat Dukungan Keluarga	F	Presentase (%)
Rendah	7	14,9
Tinggi	40	85,1
Total	47	100

Sumber: Data Primer (2016)

Tabel 4.4 menunjukkan gambaran tingkat dukungan keluarga responden di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta, didapatkan kategori terbanyak adalah kategori tingkat dukungan tinggi dengan jumlah 40 orang (85,1%) dan sisanya kategori rendah 7 orang (14,9%).

6. Gambaran Tingkat Kesiapan Responden terhadap Menopause

Tabel 4.5 Karakteristik Tingkat Kesiapan Responden terhadap Menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016

Tingkat Kesiapan	F	Presentase (%)
Rendah	6	12,8
Tinggi	41	87,2
Total	47	100

Sumber: Data Primer (2016)

Tabel 4.6 menunjukkan karakteristik tingkat kesiapan responden terhadap menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta. Hasil menunjukkan bahwa kategori tingkat kesiapan tinggi yaitu 41 orang (87,2%) lebih banyak dari kategori rendah yaitu 6 orang (12,8%).

7. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kesiapan Menopause

Tabel 4.6 Distribusi Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kesiapan Menopause pada Wanita *Premenopause* di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016

Tingkat Pengetahuan	Kesiapan Menopause				P
	Tinggi		Rendah		
	F	Persentase (%)	F	Persentase (%)	
Tinggi	40	85,1	4	8,5	0,039
Rendah	1	2,1	2	4,3	
Total	42	87,2	5	12,8	

Sumber: Data Primer (2016)

Tabel 4.6 menjelaskan bahwa responden dalam penelitian ini paling banyak terdapat pada tingkat pengetahuan tinggi dengan kesiapan menopause yang juga tinggi sebanyak 40 orang (85,1%) dan yang paling sedikit terdapat pada responden dengan tingkat pengetahuan rendah namun kesiapan menopause tinggi yaitu 1 orang (2,1%). Data tersebut diuji dengan menggunakan *Fisher exact* dan didapatkan nilai $p=0,039$ dimana $p<0,05$ menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan responden dengan kesiapan responden dalam menghadapi menopause.

8. Hubungan Tingkat Aktivitas dengan Kesiapan Menopause

Tabel 4.7 Distribusi Hubungan Tingkat Aktivitas dengan Kesiapan Menopause pada Wanita *Premenopause* di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016

Tingkat Aktivitas	Kesiapan Menopause				P
	Tinggi		Rendah		
	F	Persentase (%)	F	Persentase (%)	
Tinggi	37	78,7	2	4,3	0,005
Rendah	4	8,5	4	8,5	
Total	42	87,2	5	12,8	

Sumber: Data Primer (2016)

Tabel 4.7 menjelaskan bahwa responden dalam penelitian ini paling banyak terdapat pada tingkat aktivitas tinggi dengan kesiapan menopause tinggi sebanyak 37 orang (78,7%) dan yang terendah adalah responden pada kategori tingkat aktivitas rendah namun memiliki kesiapan menopause yang tinggi yaitu sebanyak 2 orang (4,3%). Data tersebut diuji dengan menggunakan *Fisher exact* dan didapatkan nilai $p=0,005$ dimana $p<0,05$ menunjukkan adanya hubungan antara tingkat aktivitas responden dengan kesiapan responden dalam menghadapi menopause.

9. Hubungan Tingkat Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Menopause

Tabel 4.8 Distribusi Hubungan Tingkat Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Menopause pada Wanita *Pre-menopause* di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016

Tingkat Dukungan Keluarga	Kesiapan Menopause				P
	Tinggi		Rendah		
	F	Persentase (%)	F	Persentase (%)	
Tinggi	37	78,7	3	6,4	0,035
Rendah	4	8,5	3	6,4	
Total	42	87,2	5	12,8	47 100

Sumber Data Primer (2016)

Tabel 4.8 menjelaskan bahwa responden dalam penelitian ini paling banyak terdapat pada tingkat dukungan keluarga tinggi dengan kesiapan menopause tinggi yaitu sebanyak 37 orang (78,7%) dan yang paling rendah tingkat dukungan keluarga tinggi namun kesiapan menopause rendah dan tingkat dukungan keluarga rendah kesiapan menopause juga rendah yang masing-masing 3 orang (6,4%). Data

tersebut diuji dengan menggunakan *Fisher exact* dan didapatkan nilai $p= 0,035$ dimana $p<0,05$ menunjukkan adanya hubungan antara tingkat dukungan keluarga responden dengan kesiapan responden dalam menghadapi menopause.

10. Hubungan Tingkat Pendidikan Terakhir dengan Kesiapan Menopause

Tabel 4.9 Distribusi Hubungan Pendidikan Terakhir dengan Kesiapan Menopause pada Wanita *Premenopause* di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016

Variabel	Koefesien Korelasi (<i>r</i>)	<i>p Value</i>
Tingkat Pendidikan Akhir	0,508	0,000

Keisapan wanita
Premenopause dalam
Menghadapi Menopause

Sumber Data Primer (2016)

Tabel 4.9 menjelaskan distribusi hubungan pendidikan terakhir dengan kesiapan menopause, dengan $p=0,000$ dan $r=0,0508$. Nilai $Pvalue < 0,05$ menunjukkan adanya hubungan sehingga nilai $p= 0,000$ disini berarti menunjukkan adanya hubungan antara pendidikan terakhir dengan kesiapan menopause yang signifikan. Nilai $r=0,508$ menunjukkan jika kekuatan korelasi sedang dan arah korelasi positif.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta

Berdasarkan data yang diperoleh menurut usia dan status menopause. Responden pada penelitian ini adalah wanita dengan usia

diatas 40tahun. Menurut pendapat Rambulangi (2006) bahwa umur seorang perempuan memasuki masa *premenopause* adalah antara 40-49 tahun. Dimana pada saat seorang perempuan memasuki usia pertengahan empat puluhan, fungsi ovarium akan mulai menurun. Sehingga menyebabkan kadar hormon dalam tubuh tidak seimbang, yang akhirnya menyebabkan berbagai gangguan. Hal ini sejalan dengan pernyataan Suheimi (2006) dalam Sari (2011) menyebutkan bahwa masa *premenopause* wanita akan mengalami berbagai macam keluhan seperti keluhan fisik dan psikologi.

Hasil data yang diperoleh berdasarkan tingkat pendidikan terakhir responden terbanyak adalah SMA sebanyak 19 orang (40,4%). Pada masa responden, pendidikan SMA merupakan pendidikan yang sudah teramsuk tinggi dan juga untuk melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi semisal diploma dan perguruan tinggi masih belum penting untuk perempuan sehingga didapatkan pada penelitian ini lebih banyak memiliki tingkat pengetahuan SMA. Sebagian besar responden pada penelitian ini yang memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi adalah berpendidikan SMA. Disini dapat terlihat bahwa tingkat pendidikan dapat berpengaruh pada tingkat pengetahuan seseorang. Hal ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2010), bahwa pendidikan sangat berhubungan dengan pengetahuan, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin mudah menerima serta mengembangkan pengetahuan yang dimilikinya.

2. Tingkat Pengetahuan Responden Mengenai Menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta

Berdasarkan data yang diperoleh mengenai tingkat pengetahuan responden yang paling banyak adalah responden dengan berpengetahuan tinggi yaitu sebanyak 44 (93,6%) dan berpengetahuan rendah sebanyak 3 orang (6,4%). Dari data tersebut dapat dilihat bahwa lebih banyak responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi daripada responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Marni (2011) dengan sampel penelitiannya adalah wanita *premenopause* usia 40-50 tahun yang ada di RT.004 RW.05 Kelurahan Sepanjang Jaya Kota Bekasi sebanyak 30 responden, yang menunjukkan bahwa wanita yang memasuki masa *premenopause* rata-rata memiliki pengetahuan baik sebanyak 7 (23,3%) responden dan responden dengan kategori pengetahuan cukup tentang menopause sebanyak 18 (60%) responden. Menurut peneliti, informasi yang diperoleh dari berbagai sumber akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Bila seseorang banyak memperoleh informasi maka ia cenderung mempunyai pengetahuan dan wawasan yang lebih luas. Selain itu juga dipengaruhi oleh letak tempat tinggal dimana seseorang yang tinggal dikota akan lebih mudah mendapat informasi

dari pada di daerah pedesaan, sehingga pengetahuannya juga lebih baik.

Responden mengetahui jika pengetahuan yang cukup tentang menopause akan membantu menjalani kehidupan masa ini dan hal ini bisa dilihat lebih dari setengah responden atau 33 orang (70,2%) menjawab pernyataan kuesioner dengan benar. Sesuai dengan teori Baziad (2008), setiap wanita yang akan memasuki masa menopause harus memiliki pengetahuan yang memadai tentang menopause agar dapat menjalani masa tersebut dengan lebih tenang sehingga wanita tersebut tidak mengalami kecemasan dan kesulitan dalam menghadapinya.

Teori tersebut juga mendukung hal yang harus dihindari seperti halnya stress atau depresi serta harus terus berpikir positif. Terdapat 42 orang (89,3%) responden mengetahui jika menghindari stress dalam menghadapi menopause serta 40 orang (85,1%) yang selalu berpikir positif maka masa menopause dapat dilalui dengan baik. Dari hasil penelitian tersebut menandakan jika wanita *premenopause* yang menjadi responden penelitian ini sudah mengetahui hal apa saja yang harus dihindari agar dapat menjalani masa menopause dengan baik.

Selain tentang pengetahuan psikologis dalam menghadapi menopause, penelitian ini juga mencakup pengetahuan dari segi fisik seperti halnya olahraga. Olahraga itu sendiri sangat penting bagi wanita dalam menghadapi menopause. Dari hasil penelitian ini semua

responden mengetahui jika olahraga sangat penting. Pengetahuan dari segi fisik lainnya adalah dari segi makanan, dimana pada usia *premenopause*, menjaga keseimbangan gizi sangat penting. Dari penelitian ini didapatkan semua responden mengetahui jika makanan bergizi adalah makanan yang terhidar dari zat kimia. Hal ini sejalan dengan Indriani (2007), yang menyatakan jika gejala menopause dapat dikurangi dengan cara menghindari pola hidup sembarangan, olahraga dengan teratur, memenuhi gizi seimbang serta selalu berpikiran positif.

3. Tingkat Aktivitas Responden pada Masa Menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta

Berdasarkan data yang diperoleh mengenai tingkat aktivitas responden didapatkan tingkat aktivitas responden dengan kategori tinggi lebih dominan yaitu dengan perolehan 39 orang (83%) sedangkan sisanya 8 orang (17%) memiliki tingkat aktivitas rendah. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa lebih banyak responden yang memiliki tingkat aktivitas tinggi daripada responden yang memiliki tingkat aktivitas rendah.

Sebagian besar responden mengetahui jika menopause bukanlah penghalang untuk beraktivitas, melainkan harus tetap beraktivitas. Berdasarkan data yang diperoleh dari 47 responden ditemukan bahwa hampir semua responden yaitu 46 orang (97,8%) mengatakan bahwa

wanita menopause tidak harus berhenti bekerja/beraktivitas. Sebenarnya, pada saat umur semakin bertambah masih diperlukan informasi dan edukasi yang tepat agar bisa menerima proses penuaan yang dialaminya dengan baik. Misalnya dengan tetap aktif mengikuti dalam pertemuan-pertemuan kajian agama, menyibukkan diri dengan kegiatan social, dsb (Indriani, 2007).

Menopause merupakan kejadian sesaat yaitu dimana pendarahan haid terakhir. Seharusnya, menopause bukanlah momok menakutkan yang dapat mengurangi keterampilan atau kecerdasan seseorang. Pada penelitian ini terdapat 8 orang (17,1%) masih beranggapan jika menopause dapat mengganggu aktivitas dan kinerjanya, sisanya sebanyak 39 (82,9%) beranggapan jika menopause tidak mengganggu. Hal ini sejalan dengan penelitian Puspitasari (2008), dengan responden wanita *premenopause* usia 40-45 tahun yang menunjukkan jika 75% wanita yang mengalami menopause masih merasakan jika menopause merupakan masalah atau gangguan, sedangkan 25% lainnya tidak mempermasalahkannya. Peneliti berpendapat masih adanya wanita yang menganggap menopause adalah hal yang mengganggu maka masih banyak wanita yang belum dapat menerima dengan baik masa menopause.

4. Tingkat Dukungan Keluarga Responden di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta

Berdasarkan data yang didapat pada penelitian ini, dukungan keluarga responden yang lebih dominan adalah tingkat dukungan

keluarga yang tinggi yaitu sebanyak 40 orang (85,1%) dan sisanya 7 orang (14,9%) tingkat dukungan keluarga rendah. Pada penelitian ini dukungan keluarga mencakup beberapa hal, seperti halnya dukungan suami atau keluarga dalam menanggapi perubahan tubuh sang istri serta waktu yang tersedia untuk berdiskusi masalah kesehatan terkait apa yang harus disiapkan menjelang menopause.

Penelitian ini menunjukkan bahwa banyak suami responden yang tidak mencarikan informasi tentang menopause yaitu sebanyak 26 orang (55,3%) dan sisanya 21 orang suami mencarikan informasi tentang menopause (44,7%). Menurut Bobak, Lowdermilk dan Jensen (2005), keberhasilan penyesuaian diri dalam menghadapi suatu kecemasan dapat dipengaruhi oleh adanya sistem pendukung dari seseorang. Sistem pendukung utama bagi seorang wanita menopause adalah suami. Suami merupakan pendukung utama dalam memberikan motivasi dan semangat bagi wanita yang akan mengalami menopause. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurlaily (2008) tentang hubungan antara dukungan suami terhadap tingkat kecemasan perempuan menopause dengan karakteristik responden wanita usia *premenopause* 40-45, menunjukkan hasil semakin tinggi dukungan positif yang diberikan suami, maka semakin rendah tingkat kecemasan perempuan menopause. Kecemasan sendiri merupakan menandakan ketidaksiapan perempuan dalam menghadapi menopause.

Didapatkan 35 orang (74,4%) responden mendapatkan dukungan suami dan keluarga dalam memberikan waktu untuk berdiskusi tentang apa yang harus disiapkan dalam menghadapi menopause. 40 orang (87,2%) responden membicarakan perubahan dalam tubuhnya terkait tanda-tanda menopause pada suami dan keluarganya. Berbagai macam perubahan fisik yang dialami pada wanita menopause akan sangat mempengaruhi kondisi psikologis. Apabila wanita belum siap mental untuk melewati fase menjelang menopause dan lingkungan sosial tidak memberikan dukungan positif pada wanita, maka wanita itu akan menjadi kurang percaya diri, merasa tidak diperhatikan dan tidak berharga lagi (Kathy, 2010). Sehingga berdiskusi dengan keluarga terutama suami merupakan hal yang sangat penting karena bisa menambah kekuatan atau kepercayaan diri sang istri.

5. Tingkat Pendidikan Responden di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta

Berdasarkan data yang diperoleh untuk tingkat pendidikan, didapatkan responden paling banyak yakni berjumlah 19 orang (40,4%) memiliki pendidikan akhir pada tingkat SMA dan terdapat 2 kategori pendidikan terakhir yang memiliki nilai sama yaitu SD dan Diploma yang masing-masing 5 orang (10,6%). Untuk responden dengan tingkat pendidikan terakhir perguruan tinggi sendiri hanya 8 orang (17%). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang

dilakukan oleh Silolonga dkk, (2014), dengan karakteristik responden usia 41 -48 dengan sampel 43 orang di di Kelurahan Woloan 1, Kecamatan Tomohon Barat, Kota Tomohon. Hasil dari penelitian Silolonga dkk (2014), didapatkan data responden berdasarkan tingkat pendidikan terakhir paling banyak adalah pada jenjang SMA/SMK yaitu sebanyak 19 orang (44,2%).

Wanita yang tingkat pendidikan formalnya lebih tinggi cenderung akan mempunyai pengetahuan yang lebih dibandingkan orang dengan tingkat pendidikan formal yang lebih rendah, karena akan lebih mampu dan mudah memahami arti kesehatan serta pentingnya kesehatan (Mutalazimah, 2010). Hal tersebut bisa dilihat dari hasil kesiapan responden terhadap menopause dimana hasil kesiapan menopause responden cenderung lebih banyak tinggi dibandingkan dengan rendah. Teori lain yang juga mendukung adalah menurut Pusdinakes (2009), bahwa tingkat pendidikan juga mempengaruhi seseorang dalam pengembangan nalar dan analisa. Dengan daya nalar yang baik akan memudahkan untuk meningkatkan pengetahuan. Sehingga dapat disimpulkan jika responden dalam penelitian ini sudah mampu memahami menopause dengan baik.

6. Kesiapan Wanita *Premenopause* dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan.

Berdasarkan data tentang kesiapan wanita premenopause dalam menghadapi menopause, lebih banyak responden yang

memiliki kesiapan tinggi yaitu sebanyak 41 orang (87,2%) dan responden yang memiliki kesiapan menopause sebanyak 6 orang (12,8%). Hal ini sejalan dengan penelitian Ismiyati (2010), dengan karakteristik responden 28 orang dengan usia 40-50 tahun, yang dilakukan di Perumahan Sewon Asri Yogyakarta, mayoritas responden dikategorikan siap menghadapi menopause yaitu sebanyak 26 orang (92,86 %).

Menurut Maspaitela (2007), faktor penentu apakah wanita tersebut siap dengan datangnya masa menopause ini ada di tangan wanita itu sendiri. Kesiapan disini menyangkut beberapa aspek seperti kesiapan dalam psikologis, fisik dan spiritual. Dari hasil penelitian didapatkan jika sebagian responden yaitu 29 orang (61,7%) melakukan olahraga rutin tiga kali dalam seminggu dimana hal tersebut merupakan salah satu pencegahan osteoporosis dikala masa postmenopause. Penyebab terjadinya osteoporosis tipe 1 (postmenopause) sendiri erat kaitannya dengan hormon estrogen dan tipe ini terjadi selama 15-20 tahun setelah masa menopause atau pada wanita dengan usia 51-75 tahun (Putri,2009). Hal ini juga dapat dilihat dari hasil penelitian Nurlita (2008), 37,3% terjadinya osteoporosis dialami oleh wanita > 40 tahun yang sudah menopause dan 6% pada wanita yang mengalami menopause. Penelitian Trisyani, dkk (2004), juga yang dilakukan di Bandung didapatkan 70,8% dari 48 responden tidak melakukan olahraga teratur, 68,75% memiliki kebiasaan

mengonsumsi minuman yang mengandung kafein > 6 cangkir setiap harinya mengalami osteoporosis karena hal tersebut menghalangi proses pembentukan tulang dan mempercepat pengeroposan tulang.

Sebagian responden di penelitian ini masih mengonsumsi kopi, dimana kopi mengandung kafein. Gaya hidup seperti kurangnya aktivitas fisik (olahraga), kebiasaan merokok dan mengonsumsi kafein, juga dapat meningkatkan resiko terjadinya osteoporosis (Lane, 2001). Data yang didapatkan di penelitian ini hanya 34 orang (72,3%) responden yang tidak mengonsumsi kopi, sisanya 13 orang (17,7%) masih mengonsumsi kopi.

Responden yang mengonsumsi makanan yang bergizi seperti buah-buahan, dari 47 orang hanya 23 orang (48,9%) yang mengonsumsi buah-buahan setiap harinya sedangkan sisanya 24 orang (51,1%) tidak mengonsumsi buah-buahan. Menurut Indarti (2007), gizi seimbang dengan mengonsumsi zat-zat yang dibutuhkan oleh tubuh seperti, protein, kalsium, vitamin yang ada di buah dan sayuran dan zat besi sangat baik bagi wanita yang menghadapi menopause dan setelah menopause. Buah-buahan sendiri mengandung vitamin, dimana diketahui vitamin berfungsi sebagai daya tahan tubuh dan dapat menghambat pengeriputan kulit (Indarti, 2007).

Kesiapan secara psikologis juga sangat penting bagi wanita yang akan menghadapi menopause. Adapun gejala-gejala psikologi menurut Wade (2007), seperti halnya suasana hati yang mudah marah

dan tersinggung, pikiran yang tidak menentu seperti halnya sangat sensitif dengan dirinya sendiri, merasa tidak berdaya, gelisah, stress, dan gangguan kecemasan. Namun hal tersebut dapat dicegah dengan pengendalian emosi, terdapat 4 tips yang dilakukan agar selalu dalam keadaan rileks, pertama tarik nafas dalam dan keluarkan secara perlahan, berolahraga, lakukan olahraga secara rutin dan lakukan pendinginan selesai olahraga (Indarti, 2007). Hal tersebut dapat meluapkan emosi secara positif. Dari data yang didapatkan jika 40 orang (85,1%) menganggap jika menopause bukan suatu hal yang menakutkan. Hampir semua responden yaitu 45 orang (95,7%) selalu mencoba berpikir positif dan menghindari stress agar tidak mudah merasa depresi, sisanya hanya 2 orang (4,3%) yang masih sering berpikiran negatif. Hal ini sejalan dengan penelitian Nurningsih (2012), dengan karakteristik responden berjumlah 95 orang berusia 40-45 tahun di Kelurahan Cijantung, bahwa sebagian besar respondennya tidak mengalami keluhan kecemasan, gelisah ataupun panik, yaitu sebanyak 55 orang (57,9%).

Responden pada penelitian ini berusia 40-44 tahun, lebih dari setengah responden dalam penelitian ini yaitu 28 orang (59,6%) mengatakan jika mereka mudah marah disaat umur 40 tahun keatas sedangkan sisanya hanya 19 orang (40,4%) yang dapat menahan amarahnya. Tanda mudah marah tersebut sesuai dengan teori Glasier (2006), jika terdapat perubahan psikologis pada masa *premenopause*

hingga menopause yaitu meliputi mudah tersinggung, merasa takut, gelisah, lekas marah sebanyak 90%, gangguan tidur 50%, depresi 70%.

Kesiapan juga bukan hanya fisik dan psikologis saja melainkan kesiapan spiritual juga. Dari penelitian ini didapatkan bahwa hampir seluruhnya yaitu 46 orang (97,9%) responden ingin meningkatkan aktivitas ibadahnya walaupun kelak akan mendapatkan menopause. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hidaningtyas (2014), dengan karakteristik responden usia 40-60 tahun dengan 35 responden di Cabang Aisyiyah Kalikajar Kabupaten Wonosobo Jawa Tengah, didapatkan hasil bahwa kesiapan spiritual mencapai 100% dalam meningkatkan aktivitas ibadah pada diri dan keluarga, serta menopause merupakan bagian siklus kehidupan wanita sehingga harus mensyukurinya.

Wanita dalam masa *premenopause* dan menuju tentu harus terus berpikir positif sedangkan pikiran positif itu sendiri akan muncul jika diimbangi oleh informasi atau pengetahuan yang cukup, sehingga wanita lebih siap baik secara fisik, mental dan spiritual (Kasdu, 2006). Dari penelitian ini didapatkan jika responden memiliki tingkat spiritual yang baik, dimana hasil kesiapan dalam menghadapi menopause juga tinggi.

7. Hubungan Tingkat Pengetahuan Responden dengan Kesiapan Menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan responden yang tinggi dan kesiapan wanita *premenopause* dalam menghadapi menopause yang tinggi juga sebanyak 40 orang (85,1%). Data tersebut dianalisis dengan rumus korelasi uji *fisher exact tests* diperoleh hasil $p=0,039$ dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$ (5%) sehingga $p \text{ value} < \alpha$ (0,05). Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan H_a diterima yang berarti ada hubungan antara tingkat pengetahuan responden dengan kesiapan menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rahman (2014), dengan judul “Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Menopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause di Desa Molosipat Kecamatan Popayato Barat Kabupaten Pohuwato” menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause di Desa Molosipat, Kec. Popayato Barat, Kab. Pohuwato. Seluruh populasi di ambil sebagai sampel (*Total sampling*) yaitu wanita yang berumur 40-50 tahun di Desa Molosipat Kecamatan Popayato Barat Kabupaten Pohuwato sebanyak 58 responden. Adanya hubungan antara kedua variabel dibuktikan dari hasil perhitungan uji korelasi *Chisquare*

dengan tingkat kepercayaan 95 %, atau derajat kemaknaan 0,05 dimana $p < 0,05$ artinya H_0 di tolak dan H_a di terima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause di Desa Molosipat, Kec. Popayato Barat, Kab. Pohuwato.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Ismiyati (2010), dengan judul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu *Premenopause* di Perumahan Sewon Asri Yogyakarta”. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif korelasi dengan sampel 28 responden usia 40-50 tahun yang didapatkan dengan cara teknik sampel total dan instrumen kuesioner tertutup. Didapatkan hasil ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu *premenopause* dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu *premenopause* di Perumahan Sewon Asri Yogyakarta yang di tujukkan nilai *rho* hitung sebesar 0,540, sehingga nilai *rho* hitung $>rho$ tabel ($0,540 > 0,496$). Perhitungan tersebut dilakukan dengan uji statistik *spearman rank* menggunakan program SPSS.

Notoatmodjo (2010), menyatakan bahwa dengan pengetahuan yang dimiliki seseorang maka seseorang tersebut akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Pengetahuan merupakan hasil dari pengolahan suatu informasi yang diterima seseorang melalui panca indra sesuai dengan kemampuan masing-masing individu dalam mengolahnya.

Berdasarkan hasil penelitian menurut asumsi peneliti, pengetahuan merupakan salah satu pendorong seseorang untuk merubah perilaku atau mengadopsi perilaku baru. Pengetahuan tentang *menopause* merupakan faktor yang menentukan seseorang tersebut dapat menerima terjadinya *menopause* sebagai perubahan yang wajar yang akan dialami setiap wanita dan tidak perlu melakukan pengobatan atau harus menimbulkan rasa kecemasan yang berlebihan.

Terdapat 1 responden dengan kesiapan tinggi namun tingkat pengetahuan rendah pada penelitian ini. Hal tersebut bisa terjadi karena menurut Fransiska (2012), faktor lain yang berpengaruh dengan kesiapan seseorang dalam menghadapi masa *menopause* yaitu kondisi sosial ekonomi. Kondisi sosial ekonomi seseorang secara tidak langsung akan berpengaruh pada kesiapan ibu *premenopause* dalam menghadapi masa *menopause*. Menurut peneliti keadaan ekonomi yang baik memungkinkan wanita lebih mudah mendapat sarana dan fasilitas penunjang, seperti majalah, koran, buku kesehatan, dan lain sebagainya untuk memperoleh informasi dan pengetahuan tentang *menopause*.

Teori tersebut juga bisa menjelaskan dari hasil penelitian yang menyebutkan terdapat responden dengan tingkat pengetahuan tinggi namun kesiapan rendah. Bahwasanya kesiapan tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan saja, Umur seseorang juga berpengaruh

terhadap kesiapan ibu *premenopause* dalam menghadapi *menopause*. Umur seseorang berkaitan dengan bertambahnya pengalaman, dimana pengalaman tersebut akan meningkatkan pengetahuan dan kematangan seseorang dalam menghadapi masalah yang terjadi dalam kehidupan, dalam penelitian ini meskipun umur responden hampir sama akan tetapi pengalaman dan pengetahuan tiap individu berbeda. Semakin bertambahnya umur seseorang, pengalamannya akan bertambah sehingga akan lebih siap dalam menghadapi *menopause* (Notoatmodjo, 2010).

Dalam beberapa penelitian disebutkan bahwa status ekonomi dan pengalaman sendiri bisa mempengaruhi faktor pengetahuan. Dengan demikian peneliti berkesimpulan bahwa bukan hanya faktor pengetahuan saja yang berpengaruh, namun status ekonomi, usia dan pengalaman juga berpengaruh terhadap kesiapan *menopause*.

8. Hubungan Tingkat Aktivitas Responden dengan Kesiapan Menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa tingkat aktivitas responden yang tinggi dan kesiapan wanita *premenopause* dalam menghadapi *menopause* yang juga tinggi sebanyak 37 orang (78,2%). Data tersebut di analisis dengan rumus korelasi uji *fisher exact test* diperoleh hasil $p=0,005$ dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05(5\%)$ sehingga $pvalue < \alpha (0,05)$. Berdasarkan hasil tersebut

dapat dikatakan jika H_a diterima yang berarti ada hubungan antara tingkat aktivitas responden dengan kesiapan responden dalam menghadapi menopause.

Hal ini dibuktikan dalam penelitian Rasyid, dkk, (2014), didapatkan bersikap baik dalam menghadapi menopause sebanyak 35 responden(59,3%). Sikap yang baik sangat berpengaruh pada setiap individu. Faktor pekerjaan juga mempengaruhi perilaku setiap individu, dimana wanita yang bekerja pada umumnya mempunyai cara berfikir yang tidak sempit, merasa lebih aman dan mempunyai kepercayaan terhadap diri sendiri dan kemampuannya. Menurut Azwar (dalam Nurdono, 2013), dapat dikatakan bahwa kesiapan yang dimaksudkan merupakan kecenderungan potensial untuk bereaksi dengan cara tertentu apabila individu dihadapkan pada suatu stimulus yang menghendaki adanya respons. Menurut asumsi peneliti sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu objek. Sikap positif dari ibu yang akan menghadapi *menopause* mampu mengalihkan perasaan yang tidak menyenangkan ke hal-hal positif pula dengan cara melakukan aktivitas yang berguna.

Hal tersebut juga dipaparkan oleh Nina (2007), secara fisiologis, olahraga dapat meningkatkan kapasitas aerobik, kekuatan, fleksibilitas, dan keseimbangan. Secara psikologis, olahraga dapat meningkatkan mood, mengurangi risiko pikun, dan mencegah depresi. Secara sosial,

olahraga dapat mengurangi ketergantungan pada orang lain, mendapat banyak teman dan meningkatkan produktivitas.

Faktor pekerjaan dapat mempengaruhi kesiapan seorang wanita dalam menghadapi masa menopause karena menurut Proverawati (2010) menyebutkan bahwa wanita yang bekerja umumnya lebih siap dalam menghadapi menopause dari pada wanita yang tidak bekerja, akan tetapi hal tersebut tergantung dari individu itu sendiri, terbukti pada wanita yang bekerja terdapat wanita yang merasa senang, bahagia menempuh umur setengah baya dalam menghadapi peristiwa menopause dan terdapat wanita yang tidak senang walau ia bekerja dalam menghadapi peristiwa menopause.

Penelitian ini juga terdapat hasil dimana aktivitas rendah namun memiliki kesiapan tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian Prabandani (2009), dimana tingkat aktivitas tidak begitu berpengaruh dengan kesiapan, dimana responden yang tidak bekerja juga memiliki pendidikan formal yang memadai. Sehingga, tanpa melakukan aktivitas bekerja namun mereka sudah dibekali dengan pendidikan formal yang memadai untuk menghadapi menopause. Hasil lain dari penelitian ini juga, terdapat responden dengan aktivitas tinggi namun kesiapan rendah. Penelitian milik Aprilia dan Puspitasari (2007), mendapatkan hasil yang sama, dimana responden yang bekerja dalam penelitian tersebut sebanyak 51 orang, 25 (51,0%) memiliki kecemasan ringan dalam menghadapi menopause, 12 (24,5%)

memiliki kecemasan sedang dalam menghadapi menopause, 12 (24,55) memiliki kecemasan berat dalam menghadapi menopause. Pekerjaan adalah sesuatu yang dilakukan untuk mencari nafkah atau pencaharian (Notoatmodjo, 2005). Dalam pengertian tersebut terdapat suatu unsur keharusan sehingga ada kemungkinan kecemasan tersebut berasal dari pekerjaan itu sendiri atau tuntutan dari pencapaian ekonomi dimana ekonomi juga mempengaruhi kesiapan menopause seperti yang sudah dijelaskan diatas, sehingga kecemasan itu tersendiri merupakan tanda dimana ketidak siapan dalam bentuk psikologis. Menurut Darmojo dan Hadi (2006) seorang wanita yang mempunyai aktivitas sosial di luar rumah akan lebih banyak mendapat informasi baik misalnya dari teman bekerja atau teman dalam aktivitas sosial. Sehingga peneliti menyimpulkan jika faktor aktivitas merupakan faktor yang berhubungan dengan kesiapan menopause, namun faktor lain lebih dapat mempengaruhi kesiapan menopause seperti halnya faktor pendidikan dan pengetahuan.

9. Hubungan Tingkat Dukungan Keluarga Responden dengan Kesiapan Responden dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa tingkat dukungan keluarga responden yang tinggi dan kesiapan wanita *premenopause* dalam menghadapi menopause yang juga tinggi

sebanyak 37 orang (78,2%). Data tersebut dianalisis dengan rumus korelasi uji *fisher exact test* diperoleh hasil $p=0,035$ dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$ (5%) sehingga $pvalue<\alpha$ (0,05). Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan jika H_a diterima yang berarti ada hubungan antara tingkat dukungan keluarga responden dengan kesiapan responden dalam menghadapi menopause.

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian Kaheksi, dkk, (2013), yang berjudul “Hubungan antara Penerimaan Diri dan Dukungan Suami dengan Kecemasan Wanita dalam Menghadapi Menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta”. Didapatkan nilai signifikan dari uji *Wald* untuk hubungan antara dukungan suami dengan kecemasan wanita dalam menghaapi menopause adalah $0,033<0,05$. Hal ini berarti bahwa variabel bebas (dukungan suami) berpengaruh secara signifikan terhadap variabel tergantung (kecemasan wanita dalam menghadapi menopause). Penelitian ini menggunakan 50 sampel dengan teknik *purposive quota incidental sampling* dengan kriteria responden berusia 45-55 tahun, sudah menikah dan memiliki suami.

Sejalan dengan hasil yang didapatkan dari penelitian ini, penelitian milik Prabandani (2009), yang berjudul “Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause di Perumahan Griya Cipta Laras Wonogiri” dengan jenis penelitian observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*

dan melibatkan populasi wanita usia *premenopause* (40-50 tahun) di Perumahan Griya Cipta Laras Wonogiri. Penetapan sampel menggunakan total sampling berjumlah 31 orang, didapatkan hasil analisis dengan *spearman rank* nilai rho yaitu sebesar -0,779 dan $p = 0,000$ dengan tingkat kemaknaan 95% atau $\alpha = 0,05$. Artinya ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause. Hubungan tersebut memiliki arah negatif dimana semakin tinggi dukungan suami maka tingkat kecemasan ibu semakin rendah.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Hidaningtyas (2014), dengan 35 responden yang menyebutkan bahwa ada hubungan antara kesiapan menghadapi menopause dengan kecemasan perempuan menghadapi menopause. Hal ini dibuktikan dengan rumus *Kendall's Tau* koefisien korelasi dua variabel 0,045 dengan nilai $p=0,328(p<0,05)$.

Keluarga merupakan lingkungan yang dapat menjadikan individu merasa aman. Oleh karenanya, seorang wanita yang mendapat dukungan keluarga terutama pada saat menghadapi masa pramenopause, maka akan merasa mendapat kepedulian, perlindungan serta rasa aman dari orang-orang disekitarnya. Hasil ini mendukung pula teori yang dikemukakan oleh Cobb dalam Pribandani (2009), bahwa pemberian dukungan dalam keluarga menjadikan individu merasa diperhatikan, bernilai, dan dicintai dan diterima. Dukungan

suami meruakan suatu dukungan yang berbentuk sikap-sikap penuh perhatian dan pengertian yang ditunjukkan dalam bentuk kerja sama yang positif serta dapat menerima perubahan istri yang disebabkan oleh adanya masa menopause (Prabandani, 2009).

Pada penelitian ini, ditemukan tingkat dukungan keluarga tinggi namun kesiapan rendah. Selain dukungan keluarga juga jumlah anak mempengaruhi karena semakin banyak anak dimungkinkan ibu kurang memiliki waktu untuk mempersiapkan masa depannya (Prabandani, 2009). Dalam penelitian ini juga didapatkan hasil responden dengan tingkat dukungan keluarga rendah namun memiliki kesiapan terhadap menopause tinggi, hal ini dapat dikatakan jika ada faktor lain selain dukungan keluarga yang dibutuhkan untuk meningkatkan kesiapan menopause. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitri (2008) bahwa adanya pengaruh yang besar antara dukungan sosial yang diberikan kelompok teman sebaya dibandingkan dari suami. Dukungan sosial yang positif dapat mempengaruhi kesejahteraan individu dan meningkatkan keyakinan dari individu itu sendiri bahwa dirinya mampu untuk menjalani masa menopause dengan baik. Sehingga penulis berasumsi tidak hanya dukungan suami yang dibutuhkan melainkan dukungan sosial atau teman sebaya juga sangat diperlukan bagi wanita *premenopause* dalam menghadapi menopause.

10. Hubungan Tingkat Pendidikan Akhir Responden dengan Kesiapan Responden dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016

Berdasarkan data yang didapat, diketahui bahwa tingkat pendidikan akhir responden dengan kesiapan wanita *premenopause* dalam menghadapi menopause memiliki hubungan, dengan nilai *Significancy* $p=0,000$ yang menunjukkan bahwa korelasi antara tingkat akhir pendidikan dengan kesiapan wanita *premenopause* dalam menghadapi menopause bermakna. Nilai korelasi *Spearman* $r=0,508$ menunjukkan bahwa arah korelasi positif dengan kekuatan korelasi sedang. Arah korelasi positif artinya adalah semakin tinggi pendidikan maka semakin siap dalam menghadapi menopause.

Hal ini sejalan dengan penelitian dari Estiani dan Duhana (2015), dengan judul “Hubungan Pendidikan Dan Pengetahuan Wanita Pramenopause terhadap Sikap Menghadapi Menopause di Desa Sekar Jaya Kabupaten Ogan Komering Ulu”. Penelitian ini melibatkan 97 responden usia 40-45 tahun, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Selanjutnya instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan, pendidikan dan sikap menghadapi menopause menggunakan skala *likert* dengan mode analisis. Data dilakukan uji *statistic* dengan menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan *chi-square* dengan tingkat

kemaknaan 95% ($\alpha=0,05$). Didapatkan bahwa dari 66 responden yang berpendidikan tinggi terdapat 53 orang (80,3%) yang bersikap positif dan 13 orang (19,7%) yang bersikap negatif. Sedangkan dari 31 responden yang berpendidikan rendah terdapat 18 orang (58,1%) yang bersikap positif dan 13 orang (41,9%) yang bersikap negatif. Dari hasil analisa statistik *Chi-square* oleh *p value* $0,03 \leq 0,05$ dapat diartikan ada hubungan yang bermakna antara pendidikan wanita pramenopause dengan sikap menghadapi masa menopause.

Semakin tinggi pendidikan yang dicapai oleh seseorang, maka penerimaan informasi akan lebih mudah, karena dengan pendidikan, seseorang dapat berpikir secara rasional dan terbuka ide-ide baru terhadap perubahan (Ahmadi, 2003). Hal ini sesuai juga dengan pernyataan Anggraini (2006) bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang, maka akan mudah untuk menerima informasi dan dalam menghadapi tantangan lebih mengutamakan rasio dibandingkan perasaannya. Menurut peneliti, tinggi rendahnya pendidikan seseorang akan berpengaruh kepada penerimaan dan daya serapnya terhadap informasi serta akan memperluas pandangannya terkait penerimaan informasi kesehatan.

Responden penelitian memiliki tingkat pendidikan yang berbeda, terdapat responden dengan tingkat pendidikan rendah seperti SD dan SMP. Data penelitian menunjukkan jika terdapat responden dengan tingkat pendidikan rendah namun memiliki kesiapan tinggi.

Hal ini didukung dengan pernyataan Soekarno dalam (Anggarini, 2010), yang menyatakan bahwa pengetahuan ibu tentang menopause tidak hanya diperoleh dari pendidikan formal, tetapi informasi bisa juga didapatkan melalui media massa atau elektronik dan tenaga kesehatan. Informasi dari sumber selain pendidikan formal juga sangat berpengaruh dalam kesiapan wanita ketika menghadapi masa menopause.

C. Kekuatan Penelitian

1. Peneliti mendampingi saat pengisian kuesioner, ketika responden tidak mengerti dengan isi kuesioner maka peneliti dapat langsung menjelaskan maksud dari pernyataan, sehingga hasilnya sesuai yang diharapkan.
2. Penelitian ini dilakukan pada responden dengan kriteria yang cukup mengurangi bias, seperti halnya status pernikahan, usia dan keluhan menstruasi.
3. Hasil penelitian ini bisa dijadikan bahan evaluasi untuk Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.