

ABSTRAK

Sebelum menopause, wanita pasti menjalani masa *premenopause* dimana pada tahap ini hormon estrogen mengalami penurunan. Sebagian besar mengeluhkan ketidakteraturan menstruasi dan kecemasan,serta mengeluhkan rasa panas dari dada sampai muka. Tujuan penelitian ini mendeskripsikan gejala *premenopause* pada wanita usia 45-50 tahun di RW 02 Karangrejo Kelurahan Wonokromo Surabaya.

Desain penelitian adalah deskriptif.Populasinya semua ibu usia 45-50 tahun di RW 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya. Sampel sebanyak 56 responden dipilih dengan menggunakan teknik *total sampling*. Variabel penelitian gejala *premenopause* pada wanita usia 45-50 tahun. Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data yang dideskripsikan dalam tabel distribusi frekuensi.

Hasil penelitian menunjukkan dari 56 responden, sebagian besar (67,9) merasakan gejala *hot flushes*(66,0) ketidakteraturan menstruasi (60,7%) kepadatan tulang menurun (58,9%) mengalami kecemasan;53,6%setengahnya (50,0%) mengalami inkontinensia urin; hampir setengahnya (48,2%) mudah lelah (42,8%) mengalami rasa sakit saat berhubungan seksual (41,1%) mengalami penurunan daya ingat (39,2%)dan tidak satupun (0%) merasakan gejala akibat kelainan metabolik dan penurunan libido.

Kesimpulan penelitian hampir setiap responden merasakan lebih dari satu gejala *premeopause*.Oleh karena itu, perawat diharapkan untuk memberikan pengetahuan terhadap masyarakat, khususnya para ibu, tentang pengenalan gejala *premenopause* untuk mengurangi gejala *premenopause*. Mereka sebaiknya juga melibatkan suami dan keluarga untuk memberikan dukungan selama gejala *premenopause* berlangsung.

Kata kunci : gejala *premenopause*