

Original Reaserch Paper

Irma Hartati¹ Rahmiyanti² Meliani
Sukma Dewi³ Arbaiyah⁴

^{1,2}Keperawatan, Universitas Sains Cut Nyak Dhien, Langsa, Indonesia

^{3,4}Poltekkeskemenkes Aceh, Indonesia

*Corresponding Author : Irma Hartati

Email: hartatiirma425@gmail.com

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN TINGKAT KECEMASAN PEREMPUAN DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI DESA SEULALAH BARU KECAMATAN LANGSA LAMA

Article Info:

Received : August 08, 2024

Revised : August 15, 2024

Accepted : August 20, 2024

Published: September 10, 2024

ABSTRAK

Seiring dengan peningkatan usia banyak terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Namun pada suatu saat perkembangan dan pertumbuhan itu akan terhenti pada suatu tahapan, sehingga berikutnya akan terjadi banyak perubahan yang terjadi pada fungsi tubuh manusia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kecemasan perempuan dalam menghadapi masa menopause. Jenis penelitian ini menggunakan survei analitik dengan desain pendekatan *cross sectional study* yang melibatkan 42 orang perempuan usia menopause berusia 49-51 tahun menggunakan tehnik total sampling. Hasil penelitian menunjukkan dari 42 responden yang diteliti ditemukan 18 (42,9%) responden memiliki pengetahuan yang cukup dan 11 (26,2%) responden memiliki pengetahuan yang baik. Hasil uji *chi square* ditemukan ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause p value $(0,004) < \alpha (0,05)$. Identifikasi pengetahuan premenopause merupakan upaya preventif yang dapat dilakukan untuk menngatasi masalah ketika perempuan mengalami masa menopause nantinya.

Kata Kunci: Pengetahuan, Kecemasan, Menopause

ABSTRACT

Along with the increase in age there are many processes of development and growth in humans. However, at some point the development and growth will stop at a stage, so that subsequently there will be many changes that occur in the function of the human body. This study aims to determine the relationship between knowledge and women's anxiety in facing menopause. This type of research uses an analytic survey with a cross sectional study approach design involving 42 women of menopausal age aged 49-51 years using total sampling technique. The results showed that of the 42 respondents studied, 18 (42.9%) respondents had sufficient knowledge and 11 (26.2%) respondents had good knowledge. The results of the chi square test found there was a significant relationship between the level of knowledge and the level of anxiety of women in facing menopause p value $(0.004) < \alpha (0.05)$. Identification of premenopausal knowledge is a preventive effort that can be done to overcome problems when women experience menopause later.

Keywords: Knowledge, Anxiety, menopause

PENDAHULUAN

Paradigma sehat merupakan modal pembangunan kesehatan dalam jangka panjang mampu mendorong masyarakat untuk bersikap mandiri dalam menjaga kesehatan melalui upaya promotif dan preventif. Meningkatnya kesadaran kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap individu untuk mencapai derajat kesehatan yang setinggi-tingginya. Hal ini ditandai oleh adanya penduduk yang hidup dengan perilaku sehat dalam lingkungan yang sehat memiliki kemampuan untuk menjangkau pelayanan kesehatan yang bermutu secara adil dan merata serta memiliki derajat kesehatan yang setinggi-tingginya di seluruh wilayah Republik Indonesia adalah tujuan pembangunan kesehatan menuju Indonesia sehat 2025 (Suhaidah, 2013).

Berdasar data WHO (2010) jumlah wanita *menopause* di Asia pada tahun 2025 akan mencapai 373 juta jiwa. Wanita Indonesia yang memasuki masa *premenopause* saat ini sebanyak 7,4% dari populasi. Tahapan perkembangan merupakan salah satu stressor psikologis, misalnya: masa remaja, masa dewasa, *menopause*, usia lanjut, yang secara alamiah yang akan dialami oleh setiap wanita hampir diseluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% wanita di Amerika, 57% wanita di Malaysia, 18% wanita di Cina, 10% wanita di Jepang dan Indonesia. Diperkirakan jumlah orang yang menderita kecemasan baik akut maupun kronik mencapai 5% dari jumlah penduduk, dengan perbandingan antara wanita dan pria 2 banding 1.

Menurut data Proyeksi Penduduk Indonesia tahun 2017 proyeksi proporsi umur 15-64 tahun 2010 sebanyak 66,5%, tahun 2015 sebanyak 67,3%, tahun 2020 sebanyak 67,7%, tahun 2025 sebanyak 67,9%. Pada Provinsi Aceh proyeksi proporsi umur 15-64 tahun 2010 sebanyak 64%, tahun 2015 sebanyak 64,6%, tahun 2020 sebanyak 65,1%, tahun 2025 sebanyak 66,3%. Berdasarkan data Puskesmas Langsa Lama jumlah penduduk umur 46-55 tahun sebanyak 1598 jiwa, Pada perubahan fisik, seorang wanita mengalami perubahan kulit. Perubahan psikis yang dialami seorang wanita menjelang menopause antara lain meliputi merasa tua, tidak menarik lagi, mudah tersinggung, jantung berdebar-debar, dan sulit mencapai kepuasan (*orgasme*). Perubahan yang terjadi berpotensi menimbulkan kecemasan. Kecemasan bukan hanya sakit secara emosional tapi karena ada kesalahan dalam pengetahuan. Kecemasan tersebut dapat diatasi dengan pengetahuan dan pendidikan khusus tentang menopause (Wardani, 2018). Dampak menopause yang sering terjadi di masyarakat diantaranya kecemasan, takut, cepat marah, ingatannya menurun, sulit konsentrasi, gugup, merasa tidak berguna, mudah tersinggung, stress bahkan depresi (Wigati, 2017).

Kecemasan yang dialami perempuan menopause salah satunya karena kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dialami dan juga cemas akan hal-hal yang mungkin muncul seperti keluhan fisik berupa berkeringat di malam hari, sakit kepala, berhentinya hasrat seksual, merasa diri akan menjadi tua yang berarti kecantikannya akan memudar dan terjadi fungsi penurunan tubuh, sehingga dikhawatirkan akan mempengaruhi hubungan dengan suami maupun lingkungan sosialnya (Meilaningtyas, 2015).

Faktor pengetahuan dapat menurunkan angka depresi dan kecemasan yang berlebihan sehingga dapat meningkatkan kesiapan secara fisik, psikis dan spiritual. Pengetahuan tentang menopause merupakan faktor yang menentukan dalam upaya menyesuaikan dengan perubahan dalam siklus kehidupan yang akan dialami setiap wanita dan tidak perlu

menimbulkan ketidaksiapan yang berlebihan dalam menghadapi dan menjalani masa menopause. Pengetahuan diperoleh dari informasi secara lisan ataupun tertulis dari pengalaman seseorang, fakta atau kenyataan dengan mendengar radio, melihat televisi, serta dapat diperoleh dari pengalaman berdasarkan pemikiran kritis (Utami, 2017).

Hasil penelitian Sukma Wardani (2018) menunjukkan bahwa wanita menopause dengan pengetahuan baik yang tidak cemas sebanyak (52.73 %), cemas ringansedang sebanyak (45.45 %), dan cemas berat sebanyak (1.82 %). Hasil uji *Rank Spearman* ρ value = 0.011 $< \alpha = 0.05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause pada wanita menopause. Menurut hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap 10 responden di Desa Seulalah Baru Kecamatan Langsa Lama didapatkan bahwa sebanyak 7 (70%) responden memiliki pengetahuan kurang tentang menopause, sebanyak 3 (30%) responden memiliki pengetahuan sedang tentang menopause. Sedangkan dari 10 responden sebanyak 5 (50%) memiliki kecemasan sedang, 3 (30%) responden memiliki kecemasan ringan dan 2 (20%) responden tidak memiliki kecemasan dalam menghadapi menopause. Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Perempuan Dalam Menghadapi Menopause Di Desa Seulalah Baru Kecamatan Langsa Lama.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan survei analitik yang mana penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan wawancara. Desain penelitian ini menggunakan desain pendekatan *cross sectional study* yaitu rancangan yang bertujuan mencari hubungan antar variabel, dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat yang bersamaan (sekali waktu) antara faktor risiko/ paparan dengan penyakit. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu menopause yang berusia 49-51 tahun Sebanyak 42 orang di Desa Seulalah Baru Kecamatan Langsa Lama. Penetapan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling sehingga sampel dalam penelitian ini sebanyak 42 orang.

A. HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Perempuan Dalam Menghadapi Menopause Di Desa Seulalah Baru Kecamatan Langsa Lama diperoleh hasil sebagai berikut:

Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden

No	Pengetahuan	F	%
1	Baik	11	26,2
2	Cukup	18	42,9
3	Kurang	13	31
Jumlah		42	100

Berdasarkan tabel 5.1 di atas dapat dilihat bahwa dari 42 responden yang diteliti ditemukan 18 (42,9%) responden memiliki pengetahuan yang cukup dan 11 (26,2%) responden memiliki pengetahuan yang baik.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu

No	Kecemasan	F	%
1	Tidak Ada Kecemasan	12	28,6
2	Ringan	20	47,6
3	Sedang	10	23,8
4	Berat	0	0
5	Berat Sekali	0	0
Jumlah		42	100

Berdasarkan tabel 1.2 dapat dilihat bahwa dari 42 responden yang diteliti ditemukan 20 (47,6%) responden memiliki tingkat kecemasan yang ringan dan 10 (23,8%) responden kecemasan yang sedang.

Analisa Bivariat

Tabel 3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Perempuan Dalam Menghadapi Menopause

Pengetahuan	Kecemasan						Total	P-value
	Ringan		Sedang		Tidak			
	f	%	f	%	f	%	F	%
Baik	2	18,2	1	9,1	8	72,7	11	100
Cukup	11	61,1	4	22,2	3	16,7	18	100
Kurang	7	53,8	5	38,5	1	7,7	13	100
Total	20		10		12		42	100

Tabel 2.1 di atas menunjukkan bahwa dari 11 responden yang memiliki pengetahuan baik ditemukan 8 (72,7%) responden tidak mengalami kecemasan sedangkan dari 18 responden yang memiliki pengetahuan cukup ditemukan 11 (61,1%) responden mengalami kecemasan ringan dan dari 14 responden yang memiliki pengetahuan kurang ditemukan 7 (53,8%) responden mengalami kecemasan ringan. Hasil uji *chi square* ditemukan p value (0,004) < α (0,05), sehingga hipotesis alternatif H_0 ditolak, artinya ada hubungan yang signifikan antara Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Perempuan Dalam Menghadapi Menopause Di Desa Seulalah Baru Kecamatan Langsa Lama.

PEMBAHASAN

Pengetahuan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan dari 42 responden yang diteliti ditemukan 18 (42,9%) responden memiliki pengetahuan yang cukup dan 11 (26,2%) responden memiliki pengetahuan yang baik. Hasil penelitian Endang Dwi Ningsih (2015) didapatkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 22 orang (61%), tingkat pengetahuan sedang sebanyak 12 orang (34%), dan 2 orang (5%) yang memiliki tingkat pengetahuan rendah. Penelitian Paulina Nomnafa (2016) dapat diketahui pengetahuan ibu tentang menopause pada 40 ibu di Kelurahan Sorosutan Umbulharjo Yogyakarta, mayoritas dalam kategori cukup yaitu sejumlah 27 orang (67,5 %).

Menopause merupakan keadaan alamiah yang pada umumnya sudah diketahui oleh setiap orang serta semua hal yang terkait dengan menopause dapat diketahui dari orang tua atau dari wanita yang sudah mengalami menopause. Pengetahuan ibu tentang menopause

dapat bermanfaat bagi ibu dalam mempersiapkan diri menghadapi menopause. Kesiapan seseorang wanita dalam mempersiapkan dan mengatasi sesuatu hal yang terjadi antara individu yang satu dan yang lainnya berbeda-beda, seperti halnya kesiapan dalam menghadapi menopause (Deka, 2017).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa masih terdapat ibu di Desa Seulalah Baru yang berpengetahuan kurang. Menurut peneliti, hal ini disebabkan karena latar belakang pendidikan ibu. Pendapat ini didukung juga oleh Kasdu (2008) yang menyatakan pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan kesiapan dalam menghadapi menopause, wanita yang berpendidikan tinggi akan lebih mengerti tentang menopause. Hal ini sangat dimungkinkan oleh karena ibu yang berpendidikan tinggi lebih mudah mendapat akses/sarana dan fasilitas penunjang seperti koran, majalah, buku kesehatan, dan lain-lain untuk memperoleh informasi dan pengetahuan tentang menopause. Pendidikan yang tinggi dan pengetahuan yang cukup tentang menopause akan membantu wanita memahami dan mempersiapkan dirinya dalam menghadapi menopause dan diharapkan dengan pendidikan yang tinggi dan pengetahuan yang cukup dapat mengatasi dengan baik kecemasan pada saat menopause.

Kecemasan Perempuan dalam Menghadapi Menopause

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 42 responden yang diteliti ditemukan 20 (47,6%) responden memiliki tingkat kecemasan yang ringan dan 10 (23,8%) responden kecemasan yang sedang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Paulina Nomnafa (2016) dapat diketahui tingkat kecemasan dari 40 ibu premenopause di Kelurahan Sorosutan Umbulharjo Yogyakarta, mayoritas tidak mengalami kecemasan sebanyak 16 orang (40 %) dan tidak ada yang mengalami kecemasan berat sekali dalam menghadapi menopause.

Dari hasil penelitian Endang Dwi Ningsih (2015) didapatkan responden yang mempunyai tingkat kecemasan tinggi sebanyak 15 orang (42%), tingkat kecemasan sedang 19 orang (53%), dan responden yang mempunyai kecemasan rendah hanya 2 orang (5%). Kecemasan merupakan gangguan alam perasaan, ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, keperibadian masih utuh, perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal (Hawari, 2013). Tingkat kecemasan ringan yang dialami responden berhubungan dengan ketegangan yang dialami dalam kehidupan sehari-hari sebagai dampak dari penurunan fungsi tubuh pada masa menopause. Kecemasan yang dialami perempuan menopause dikarenakan kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dialami dan juga cemas akan hal-hal yang mungkin muncul seperti keluhan fisik berupa berkeringat di malam hari, sakit kepala, berhentinya hasrat seksual, merasa diri akan menjadi tua yang berarti kecantikannya akan memudar dan terjadi fungsi penurunan tubuh, sehingga dikhawatirkan akan mempengaruhi hubungan dengan suami maupun lingkungan sosialnya.

Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Perempuan Dalam Menghadapi Menopause

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 11 responden yang memiliki pengetahuan baik ditemukan 8 (72,7%) responden tidak mengalami kecemasan sedangkan dari 18 responden yang memiliki pengetahuan cukup ditemukan 11 (61,1%) responden mengalami kecemasan ringan dan dari 14 responden yang memiliki pengetahuan kurang ditemukan 7 (53,8%) responden mengalami kecemasan ringan.

Penelitian melaporkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Perempuan Dalam Menghadapi Menopause Di Desa Seulalah Baru Kecamatan Langsa Lama. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sukma Wardani (2018) menunjukkan bahwa wanita menopause dengan pengetahuan baik yang tidak cemas sebanyak (52.73 %), cemas ringansedang sebanyak (45.45 %), dan cemas berat sebanyak (1.82 %). Menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause pada wanita menopause

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Paulina Nomnafa (2016) bahwa wanita menopause dengan pengetahuan baik yang tidak cemas sebanyak (52.73 %), cemas ringansedang sebanyak (45.45 %), dan cemas berat sebanyak (1.82 %). Menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause pada wanita menopause. Nilai korelasi Kendall tau sebesar $-0,304$ dengan p value $0,011 < \alpha = 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan pengetahuan ibu tentang menopause dengan kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Kelurahan Sorosutan Umbulharjo Yogyakarta.

Menurut penelitian Endang Dwi Ningsih (2015) didapatkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 22 orang (61%), tingkat pengetahuan sedang sebanyak 12 orang (34%), dan 2 orang (5%) yang memiliki tingkat pengetahuan rendah. Dari hasil penelitian didapatkan responden yang mempunyai tingkat kecemasan tinggi sebanyak 15 orang (42%), tingkat kecemasan sedang 19 orang (53%), dan responden yang mempunyai kecemasan rendah hanya 2 orang (5%). Pengetahuan berperan besar terhadap seseorang melakukan tindakan artinya tingkat pengetahuan seseorang berpengaruh dalam menghadapi masa menopause. Perempuan dengan tingkat pengetahuan rendah mayoritas akan memiliki tingkat kecemasan yang tinggi dalam menghadapi masa menopause sebaliknya perempuan dengan tingkat pengetahuan lebih biasanya akan sangat santai dan mengerti mengenai masa menopause sehingga tidak memiliki rasa takut atau cemas dalam merawat bayinya. Diperoleh informasi bahwa Pengetahuan yang cukup akan membantu wanita memahami dan mempersiapkan dirinya menjalani masa menopause dengan lebih baik. Tingkat kecemasan ini menandakan bahwa ada kekhawatiran yang muncul dalam diri perempuan terhadap kesiapannya untuk menghadapi masa menopause. Munculnya kekhawatiran tersebut tentu dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah tingkat pengetahuan.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Tingkat Kecemasan Perempuan Dalam Menghadapi Menopause Di Desa Seulalah Baru Kecamatan Langsa Lama.

DAFTAR PUSTAKA

- Albernethy. (2010). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta: EGC.
- Amelia, Deka. (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Perempuan Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciputat Tangerang Selatan. repository.uinjkt.ac.id. diakses tanggal 01 Februari 2019
- Andira, D. (2010). Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita. Yogyakarta A Plus Books.

- Aprilia, N. (2007). Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Wanita Premenopause. *Jurnal Psikologi. Journal Of Public Health*, Vol 4, No. 1, FK UNAIR. diakses tanggal 03 Februari 2019
- Badan Pusat Statistik. (2015). Badan Pusat Statistik. www.bps.co.id
- Damayanti, Fitriani N. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Upaya Penanganan Itu Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Kelurahan Genuksari Kecamatan Genuk Kota Semarang. diakses tanggal 01 Februari 2020
- Endang Dwi Ningsih (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita Menopause Di Desa Ngabeyan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. journal.akpergshwng.ac.id/i. diakses tanggal 01 Februari 2020
- Hawari, (2011). Manajemen Stress, Cemas, Depresi, Jakarta, FKUI
- Kartini. (2014). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Orang Tua. Dikutip Dari Situs : Etd.Repository.Ugm.Ac.Id Diakses Tanggal 02 Februari 2020
- Kasdu, Dini. (2010). Kiat Sehat Dan Bahagia Di Usia Menopause. Cet Pertama. Jakarta: Puspa Swara.
- Meilaningtyas, (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kecemasan Wanita Menjelang Menopause Di Desa Bowan Delanggu Klaten. digilib.unisayogya.ac.id. diakses tanggal 04 Februari 2020
- Mulyani, Nina S, (2013). Menopause (Akhir Siklus Menstruasi pada Wanita di Usia Pertengahan). Yogyakarta: Nuha Medika
- Nomnafa, Paulina. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Menopause Dengan Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause
- Notoadmodjo, (2014). Konsep Perilaku Kesehatan Dalam: Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi. Jakarta: Rineka Cipta.
- Potter & Perry. (2012). Fundamental Keperawatan. Edisi 4. Jakarta: EGC.
- Proyeksi Penduduk Indonesia, (2017). Proyeksi Penduduk Indonesia Tahun 2017. www.bps.co.id
- Rahmi. (2013). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kelancaran Proses. Perawatan. Dikutip Dari Situs : Etd.Repository.Ugm.Ac.Id Diakses Tanggal 02 Februari 2020
- Ramaiah, (2014). .Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya. Jakarta: Pustaka
- Suhaidah, Dedeh. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Perempuan Dalam Menghadapi Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Pulo Gebang Jakarta Timur. repository.uinjkt.ac.id. diakses tanggal 03 Februari 2020
- Utami, Intan Rb. (2017). Hubungan Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Tingkat Kesiapan Menjelang Menopause Pada Ibu Premenopause. eprints.undip.ac.id/ diakses tanggal 04 Februari 2020
- Wardani, Sukma. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause Pada Wanita Menopause Di Desa Gribig Kecamatan Gebog Kabupaten Kudus/ diakses tanggal 05 Februari 2020
- WHO. (2010). World Organization Health. www.who.int
- Wigati. (2017). Kecemasan Wanita Pada Masa Menopause Berdasarkan Tingkat Ekonomi. / diakses tanggal 15 April 2020

