

PENGARUH TINGKAT PENGETAHUAN TERHADAP KECEMASAN IBU DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE

MumunHaeriah*, Handayani, Sari Narulita

*PenulisUtama

Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Binawan
E-mail korespondensi : mumun@binawan-ihs.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: *world health organization* (WHO) menyampaikan bahwa sindroma premenopause dan menopause dialami oleh banyak perempuan hampir diseluruh dunia. Sekitar 70-80% wanita Eropa. 60% di Amerika. 57% di Malaysia. 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kecemasan ibu dalam menghadapi masa menopause di RW 015 kelurahan Pabuaran Cibinong Bogor Tahun 2014. **Metode** : Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita usia 45-60 tahun yang ada di RW. 015 Kelurahan Pabuaran Kecamatan Cibinong, Bogor, sample yang akan diambil sebanyak 52 responden. **Hasil penelitian** : Tingkat pengetahuan ibu tentang menopause sebagian besar dikategorikan cukup yaitu sebanyak 31 orang (62%), Kecemasan ibu dalam menghadapi menopause sebagian besar dikategorikan ringan yaitu 22 orang (56%) hasil uji hipotesis didapatkan $P = 0,021 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan terhadap kecemasan. **Diskusi** : Terdapat hubungan yang significant antara pengetahuan dengan kecemasan seorang perempuan dalam menghadapi menopause, sehingga semakin tinggi pengetahuan semakin berkurang tingkat kecemasan seseorang dalam menghadapi masa menopause.

Kata kunci: *Menopause*, Pengetahuan, Kecemasan

The Impact Of Knowledge Level For Mothers' Anxiety In Facing The Menopause

ABSTRACT

Introduction: *World Health Organization* (WHO) states that pre menopause and menopause syndromes are experienced by most women all over the world: about 70% – 80 % of women in Europe, 60% in America, 57% in Malaysia, 18% in China, and 10% in Indonesia. The purpose of this research is to know the relationship between knowledge level and mothers' anxiety in facing the menopause period in RW 015 Pabuaran village Cibinong subdistrict, Bogor in 2014. **Method:** This research is a descriptive correlational with cross sectional approach. The population of this research is middle age women around 45 – 60 years old in RW 015 Pabuaran Village Cibinong subdistrict, Bogor. The total sample used is 52 respondents. **Result:** The level of mothers' knowledge about menopause is considered enough, that is about 31 respondents (62%). Mothers' anxiety in facing menopause is mostly categorized fair, that is 22 respondents (56%). It is shown that $p = 0.021 < 0.05$, it means there is a significant relationship between knowledge and anxiety. **Discussion:** There is a significant relationship between knowledge and mothers' anxiety in facing menopause, so that the higher the knowledge the lesser the level of anxiety in facing menopause period.

Key words: *menopause, knowledge, anxiety*

PENDAHULUAN

Menopause merupakan periode peralihan dari fase reproduksi menuju fase usia tua (senium) yang terjadi akibat menurunnya fungsi generative ataupun endokrinologi ovarium. Menurut badan kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) sindrom premenopause dan menopause dialami oleh banyak perempuan hampir diseluruh dunia. Sekitar 70-80% wanita Eropa. 60% di Amerika. 57% di Malaysia. 18% di Cina. Dan 10% di Jepang dan Indonesia. Gejala yang paling banyak dilaporkan adalah 40% merasakan hot flush, 38% mengalami sulit tidur, 37% mengalami cepat lelah dalam bekerja, 35% sering lupa, 33% mudah tersinggung, 26% mengalami nyeri pada sendi dan merasa sakit kepala yang berlebihan. Berdasarkan uraian di atas dan pra survey yang penulis lakukan pada bulan Oktober 2013 di Lingkungan RW 015 Kelurahan Pabuaran Kecamatan Cibinong, jumlah penduduk wanita usia 45-55 tahun kurang lebih 150 orang dengan latar belakang pendidikan yang berbeda-beda. Banyak yang mengatakan belum banyak mendapatkan pengetahuan tentang menopause dan mitos-mitos yang ada di masyarakat kadang membuat mereka menjadi

masal-masalah di wilayah ini juga belum pernah dilakukan penelitian tentang mengenai tingkat pengetahuan ibu dan kecemasan yang ada di masyarakat.

Dilihat dari latar belakang masalah tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kecemasan Ibu Usia 45-55 Dalam Menghadapi Masa Menopause Di RW 015 Kelurahan Pabuaran Kecamatan Cibinong Bogor".

BAHATAN METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Desain penelitian deskriptif korelasional bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel. Penelitian ini dilakukan secara cross sectional dimana pengumpulan data (input), proses dan output dilakukan secara bersamaan pada satu waktu. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan tingkat pengetahuan dan tingkat kecemasan pada wanita premenopause. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita usia 45-60 tahun yang ada di RW. 015 Kelurahan Pabuaran Kecamatan Cibinong, Bogor, sample yang diambil sebanyak 52 responden.

Hasil penelitian

Tabel 1
: Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan Responden, Tahun 2014

Tingkat pengetahuan	Frekuensi	Percentase %
Kurang	8	16%
Cukup	31	62%
Baik	11	22%
Total	50	100

Dilihat dari tabel 1 distribusi frekuensi di atas menunjukkan rata-rata tingkat pengetahuan dalam 50 responden di dapat tingkat pengetahuan rendah sebesar 16% lalu tingkat pengetahuan sedang dengan nilai sebesar 62% dan tingkat pengetahuan tinggi sebesar 22%.

Tabel 2
: Distribusi Frekuensi Gambaran Kecemasan Responden, Tahun 2014

Gambaran kecemasan	Frekuensi	Percentase %
Ringan	28	56%
Sedang	15	30%
Berat	7	14%
Total	50	100

Dilihat dari tabel 2 distribusi frekuensi di atas menunjukkan rata-rata Gambaran kecemasan dalam 50 responden di dapat tingkat kecemasan ringan sebesar 56% lalu tingkat kecemasan sedang dengan nilai sebesar

ar 30% dantingkatkecemasanberatsebesar
14%.

Table Silang 3: Hubungan Tingkat Pengetahuan terhadap tingkat kecemasan

Variabel 1	Variable 2	Nilai p- value
Pengetahuan ibu mengenai menopause	Kecemasan	0,021

Berdasarkan tabel silang 3 didapatkan pengetahuan cukup dalam kategori kecemasan sedang memiliki presentase yang tinggi yaitu 66,7% dan berdasarkan hasil uji hipotesis didapatkan $p: 0,021 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan terhadap kecemasan.

Pembahasan

Pengetahuan Tentang Menopause

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan tentang menopause tergolong cukup yaitu 62%, pengetahuan baik 22%, pengetahuan kurang 16% dari 50 responden. Pengetahuan merupakan hasil tahu seseorang setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Banyak faktor yang melatarbelakangi tingkat pengetahuan seseorang. Seseorang dikatakan mempunyai pengetahuan yang baik tentang menopause bila didukung oleh sumber informasi yang diperoleh semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya. Sebagian besar responden mempunyai tingkat pengetahuan yang cukup yaitu berdasarkan pendidikan SLTA. Disini dapat dilihat bahwa tingkat pendidikan dapat berpengaruh pada tingkat pendidikan seseorang. Hal ini sesuai pendapat Notoatmodjo (2002) bahwa pendidikan sangat berhubungan dengan pengetahuan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin mudah menerimanya dan menyumbang pengetahuan yang dimilikinya.

Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause

Kecemasan ibu dalam menghadapi menopause lebih banyak ibu mengalami kecemasan ringan yaitu 56%, kecemasan sedang 30%, kecemasan berat 14% dari 50 orang. Kecemasan menurut Hawari (2006) sebagai gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realita kepribadian yang masih utuh perilaku dapat terganggu tapi masih dalam batas normal. Sejalan dengan Aqila Semaret (2010) dikutip dari Fitriyani (2012) apabila dalam penerimaan informasi baru atau adopsi informasi melalui proses yang didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap maka informasi tersebut tidak akan menimbulkan kesalahan. Sebaliknya, apabila informasi itu tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran maka akan menimbulkan kesalahan yang berdampak pada ketakutan dan kekhawatiran atau meningkatnya rasa kecemasan.

Perubahan fisik dan psikis pada wanita menjelang menopause jika tidak diimbangi dengan pengetahuan yang baik akan menimbulkan kecemasan. Kecemasan ibu yang didukung oleh pengetahuan mengenai menopause dapat berkurang atau tidak akan menimbulkan kekhawatiran atau ketakutan. Menurut peneliti adanya kecemasan pada ibu dikarenakan masih kurangnya informasi tentang menopause. Sehingga ibu mengalami kecemasan.

Hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap kecemasan

Setelah dilakukan olah data didapatkan nilai p value $0,021 < \alpha$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan terhadap kecemasan menopause, sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Fitriyani 2012. Perbedaan proporsi tersebut setelah dilakukan uji *Fisher Exact* didapatkan hasil dari analisis data SPSS yaitu p value sebesar 0,00 ($< 0,05$). Sehingga H_0 diterima secara statistik menyatakan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan ibu dalam menghadapi menopause dan bermakna yaitu semakin kurang tingkat pengetahuan, akan semakin meningkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause. Kurangnya pengetahuan ibu terdapat pada pertanyaan mengenai

pengetahuan ibu tentang penanganan menopause sebesar 10%. Hal ini, belum diketahui oleh ibu dalam menghadapi menopause. Sehingga perlu adanya penyuluhan tentang penanganan menopause seperti olahraga, dukungan keluarga dan makanan yang bergizi.

Selain itu penelitian dilakukan oleh Putikah dan Titik tahun 2010 Hasil penelitian membuktikan pengetahuan berhubungan signifikan dengan kecemasan wanita menopause dengan tingkat signifikansi 0,000, Sikap berhubungan signifikan dengan Kecemasan wanita menopause dengan signifikansi 0,000, Perilaku berhubungan signifikan dengan kecemasan dengan tingkat signifikansi 0,000. Pengetahuan, Sikap dan Perilaku secara bersama-sama berhubungan signifikan dengan kecemasan wanita menopause dengan tingkat signifikansi 0,000 ($F_{hitung} > F_{tabel}$ yaitu 35, 38 > 2, 76) Berdasarkan kesimpulan di atas peneliti mencoba memberikan saran sebagai berikut:

KEPUSTAKAAN

- A.A. Kusuma Wardhani. 2006. Depresi Menopause. Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia Jakarta
- Ali Baziad. 2007. *Menopause dan Andropause*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo
- Alimul, A. 2003. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta
- Atik, I. 2010. Program studi D IV Kebidanan Transfer Universitas Sebelas Maret Surakarta. Judul : Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu pre menopause di perumahan Dewos Asri Jogjakarta.
- Dahlan, S. 2005. "Besarsampeldalam penelitian kedokteran dan kesehatan. Seri Evidence Based Medicine. Seri 2, Jakarta : Arkans
- Damayanti, Fitri Nur, 2012. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Upaya penanganan Ibu dengan Kecemasan dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Genuksari Kecamatan Genuk Kota Semarang. Program studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang 2012
- Depkes RI, 2003. *Pedoman Pengelolaan Kegiatan Kesehatan di Kelompok Usia Lanjut*. Jakarta. 2005.
- Terjadi Pergeseran Umur Menopause*. <http://www.Depkes.go.id/indek/090103>. Php. 29 agustus 2014
- Faradilla, Syaras Debby. 2008. "Hubungan tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan wanita pada masyarakat peri menopause di RW 017 Kelurahan Jati Rahayu. FIK UI.
- Hawari, 1996. *Al Qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta. PT. Dana Bhakti Prima Yasa.
- Notoatmodjo, S. 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Rineka Cipta : Jakarta.
- Nur Isyana Afriliadan Nanik Puspitasari. 2007. "faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada wanita perimenopause di kelurahan Darmo kecamatan Wonokromo, Surabaya

Bagi wanita yang memasuki masa menopause agar meningkatkan pengetahuannya tentang menopause, bersikap dan berperilaku positif sehingga cemas.

KESIMPULAN dan SARAN

Simpulan

Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan terhadap kecemasan seorang perempuan dalam menghadapi menopause.

Saran

Bagi ibu perimenopause diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya menopause dengan banyak membacabuku atau melalui media informasi lainnya. Sehingga dapat meningkatkan pemahaman tentang bagaimana cara menghadapi menopause dan mengurangi keluhan – keluhan menjelang menopause.

Putikah, Titik. 2010. Hubungan antara pengetahuan, sikap dan perilaku dengan kecemasan wanita menopause. Tesis. Surakarta

Stuart and Sundeen. 1999. Principles and practice of Psychiatric Nursing. St. Louis Missouri. Mosby Year Book Inc.