

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN WANITA DENGAN TINGKAT
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI RW.005
KELURAHAN PONDOK AREN TANGERANG SELATAN
TAHUN 2018**

Siti Sugiarti¹, Dewi Anggraini²

STIKES ICHSAN MEDICAL CENTRE BINTARO

Email: sitisugiartieno@gmail.com, dewie.sj05@gmail.com

ABSTRAK

Menopause adalah kejadian biasa yang dihadapi wanita ketika tahun-tahun kesuburannya menurun, sehingga bagi sebagian wanita menimbulkan rasa cemas atau risau ketika menghadapi menopause. Dengan adanya keseimbangan pengetahuan tentang menopause diharapkan tingkat kecemasan yang dialami wanita ketika menghadapi menopause pun dapat berkurang dan kualitas hidup mereka akan lebih baik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan wanita dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause. Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik melalui pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian *cross sectional* adalah jenis penelitian seksional silang atau potong lintang. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 90 responden, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan angket untuk tingkat pengetahuan dan *menopause rating scala* untuk mengukur tingkat kecemasan. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi-square* dengan derajat kepercayaan 95%. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu sebanyak 68 responden (75,6%). Tingkat kecemasan yang dialami responden adalah ringan yaitu sebanyak 37 responden (41,1%). Ada hubungan yang positif antara Tingkat Pengetahuan Wanita tentang Menopause dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menopause di RW 005 Pondok Aren Tangerang Selatan, dengan nilai *p-Value* 0,000

Kata Kunci: Pengetahuan, menopause, kecemasan *rating scala*

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan menuju Indonesia Sehat 2025 adalah meningkatnya kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar peningkatan derajat kesehatan masyarakat dapat terwujud, melalui terciptanya masyarakat, bangsa dan negara Indonesia yang ditandai oleh penduduknya yang hidup dengan perilaku dan dalam lingkungan sehat, memiliki kemampuan untuk menjangkau pelayanan kesehatan yang bermutu, secara adil dan merata, serta memiliki derajat kesehatan yang setinggi-tingginya. Sasaran pembangunan kesehatan yang akan dicapai pada tahun 2025 adalah meningkatnya derajat kesehatan masyarakat, yang ditunjukkan oleh indikator dampak yaitu: meningkatnya Umur Harapan Hidup (UHH) dari 69 tahun pada tahun 2005 menjadi 73,7 tahun pada tahun 2025 (RPJPK- Departemen Kesehatan RI Jakarta, 2009).

Dalam menjalani kehidupan, seiring dengan proses pertumbuhan dan perkembangan manusia, kita akan sampai pada pintu menuju usia tua. Pada suatu saat pertumbuhan dan perkembangan akan terhenti pada suatu tahapan, sehingga berikutnya akan banyak perubahan yang terjadi pada fungsi tubuh manusia, perubahan tersebut biasanya terjadi pada proses penuaan (Purwoastuti, Endang, 2008).

Meningkatnya harapan hidup manusia Indonesia, khususnya pada wanita harus meningkatkan pengetahuan wanita tentang menopause karena setiap wanita pasti akan mengalami masa menopause. Menopause dikenal sebagai masa berakhirnya menstruasi atau haid, dan sering dianggap menjadi momok dalam kehidupan wanita. Sebagian besar wanita mulai mengalami gejala menopause pada usia 40-an dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun (Kronenberg, 1990; Freeman dan Sherif, 2007; Utian, 2005, Williams, dkk 2007). Namun bila diambil rata-ratanya, umumnya seorang wanita akan mengalami menopause sekitar usia 45-50 tahun.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik melalui pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian *cross sectional* adalah jenis penelitian seksional silang atau

potong silang, variabel sebab atau risiko dan akibat atau kasus yang terjadi pada objek penelitian diukur atau dikumpulkan secara simultan (dalam waktu yang bersamaan). Pada penelitian saya kali ini adalah “Hubungan tingkat pengetahuan wanita dengan kecemasan dalam menghadapi menopause”. Pengumpulan data untuk jenis penelitian ini, baik untuk variabel risiko atau sebab (*independent variable*) maupun variabel akibat (*dependent variable*) dilakukan secara bersama-sama atau sekaligus (Notoatmodjo, 2012).

Populasi dalam penelitian ini adalah perempuan yang memasuki masa menopause usia 40-44 tahun, sebanyak 90 jiwa, bertempat tinggal di Rw. 005 Kelurahan Pondok Aren, Tangerang Selatan.

Jumlah sampel dari penelitian ini adalah 90 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel dengan cara *Total Sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang dilakukan di Kelurahan Pondok Aren Tangerang Selatan diperoleh 90 responden. Semua populasi yang usianya 40-44 tahun menjadi sampel.

Berdasarkan data yang diberikan Ketua Kader di RW 005 Kelurahan Pondok Aren. Jumlah penduduk RW 005 di Kelurahan Pondok Aren pada Tahun 2018 sebanyak 2155 jiwa, yang terdiri dari penduduk laki-laki sebanyak 1101 jiwa dan perempuan sebanyak 1054 jiwa. Jumlah Wanita yang menghadapi menopause (40-44 tahun) sebanyak 90 jiwa, jumlah WUS (wanita usia subur) sebanyak 591 jiwa, jumlah pralansia sebanyak 521 jiwa, dan jumlah lansia sebanyak 349 jiwa.

Tabel 5.1
Distribusi Responden Berdasarkan umur, pendidikan dan status pekerjaan responden di RW 005 Kelurahan Pondok Aren

No.	Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Umur		
	40 Tahun	10	11,1
	41 Tahun	16	17,8
	42 Tahun	20	22,2
	43 Tahun	19	21,1

	44 Tahun	25	27,8
2.	Pendidikan		
	SD	9	10,0
	SMP	18	20,0
	SMA	44	48,9
	Perguruan Tinggi	19	21,1
3.	Status Pekerjaan		
	Tidak Bekerja	65	72,2
	Bekerja	25	27,8

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.1, dari 90 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 44 tahun yaitu sebanyak 25 responden (27,8%), dan sebagian besar dengan pendidikan SMA yaitu sebanyak 44 responden (48,9%), serta sebagian besar tidak bekerja yaitu sebanyak 65 responden (72,2%).

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Menopause Di RW 005 Kelurahan Pondok Aren

No.	Pengetahuan	Frekuensi (n)	Prersntasi (%)
1.	Kurang	22	24,4
2.	Cukup	39	43,3
3.	Baik	29	32,2
	Total	90	100,0

Setelah dilakukan penggabungan sel (*comprase cells*)

No.	Pengetahuan	Frekuensi (n)	Prersntasi (%)
1.	Kurang	22	24,4
2.	Baik	68	75,6
	Total	90	100,0

Berdasarkan tabel 5.2 dari 90 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki Tingkat Pengetahuan baik yaitu sebanyak 68 responden (75,6%).

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Responden dalam Menghadapi Menopause Di RW 005 Kelurahan Pondok Aren

No.	Kecemasan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Tidak Ada Kecemasan	21	23,3
2.	Kecemasan Ringan	37	41,1
3.	Kecemasan Sedang	30	33,3
4.	Kecemasan Berat	2	2,2
	Total	90	100,0

Setelah dilakukan penggabungan sel (*comprase cells*)

No.	Kecemasan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Tidak Ada Kecemasan	21	23,3
2.	Kecemasan Ringan	37	41,1
3.	Kecemasan Berat	32	35,6
	Total	90	100,0

Berdasarkan tabel 5.3 dari 90 responden ada menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki Tingkat Kecemasan ringan yaitu sebanyak 37 responden (41,1%).

Tabel 5.4
Hubungan Tingkat Pengetahuan Wanita dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menopause Di RW 005 Kelurahan Pondok Aren

Tingkat Pengetahuan	Kecemasan dalam Menghadapi Menopause				Total
	Tidak Ada Kecemasan	Kecemasan Ringan	Kecemasan Sedang	Kecemasan Berat	
Kurang	N	1	2	17	22
	%	4,5 %	9,1 %	77,30%	100,0 %
Cukup	N	4	22	13	39
	%	10,3 %	56,4 %	33,3 %	100,0 %
Baik	N	15	14	0	29
	%	51,7 %	48,3 %	0,0 %	100,0 %
Total	N	20	38	30	90
	%	22,20%	42,20%	33,30%	100,00%

Karena pada tabel 5.4 ada beberapa sel yang kurang sesuai dengan uji, maka dilakukan penggabungan sel (*comprase cells*).

Sehingga hasil yang didapatkan yaitu sebagai berikut :

Tabel 5.5
Hubungan Tingkat Pengetahuan Wanita dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menopause Di RW 005 Kelurahan Pondok Aren

Tingkat Pengetahuan	Kecemasan dalam Menghadapi Menopause				Total	P-value
	Tidak Ada Kecemasan	Kecemasan Ringan	Kecemasan Berat	Total		
Kurang	N	1	2	19	22	0,000
	%	4,5%	9,1%	86,4%	100,0%	
Baik	N	20	35	13	68	
	%	29,4%	51,5%	19,1%	100,0%	
Total	N	21	37	32	90	
	%	23,3%	41,1%	35,6%	100,0%	

Berdasarkan tabel 5.5 diatas, dari 90 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 68 responden (75,6%). Responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 37 responden (41,1%) dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 32 responden (35,6%) dan yang tidak

Hasil penelitian dari 90 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden

mengalami kecemasan sebanyak 21 responden (23,3%). Hasil analisis setelah dilakukan uji *PersonChi Square* didapatkan nilai p-Value sebesar 0,000 (<0,05), yang artinya ada hubungan antara Tingkat Pengetahuan Wanita tentang Menopause dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menopause di Rw 005 Pondok Aren Tangerang Selatan

memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 68 responden (75,6%). Responden yang memiliki

tingkat pengetahuan baik dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 37 responden (41,1%) dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 32 responden (35,6%) dan yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 21 responden (23,3%). Hasil analisis setelah dilakukan uji *PersonChi Square* didapatkan nilai p-Value sebesar 0,000 ($<0,05$), yang artinya ada hubungan antara Tingkat Pengetahuan Wanita tentang Menopause dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menopause di Rw 005 Pondok Aren Tangerang Selatan.

Responden yang mengalami tingkat kecemasan ringan (42,20%) sebagian besar dipengaruhi oleh Perasaan Ansietas, Gangguan Tidur, Perasaan Depresi dan Gejala Somatik (Otot). Ibu yang mengalami kecemasan menganggap bahwa gejala-gejala yang dialaminya itu tidak normal sehingga ibu tidak tahu bagaimana cara mengatasi gejala-gejala tersebut. Ketidaktahuan ibu bisa dikarenakan kurangnya informasi yang didapat oleh ibu tentang gejala-gejala premenopause sehingga menyebabkan ibu tidak mengetahui tentang hal-hal tersebut dan tidak bisa mengatasi kecemasan. Hal ini sesuai dengan teori Hendra (2008) informasi akan

memberikan pengaruh pada pengetahuan seseorang. Meskipun seseorang memiliki pendidikan yang rendah tetapi jika ia mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media misalnya TV, radio atau surat kabar maka hal itu akan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

Hasil penelitian dengan 90 responden ini diketahui bahwa sebagian responden mengalami tingkat pengetahuan baik sebanyak 68 orang (75,6%) yang mana mereka sudah mengetahui tentang menopause, seperti pengertian menopause, perubahan psikologis, gejala menopause dan kualitas hidup wanita menopause. Terlihat dari 14 pertanyaan yang terdapat pada kuesioner pengetahuan tentang menopause sebagian besar menjawab cukup benar. Hal ini menggambarkan tingkat pengetahuan wanita menopause di RW 005 Kelurahan Pondok Aren berada pada tingkat pengetahuan yang cukup. Tingkat pengetahuan yang cukup ini dikarenakan sebagian besar wanita menopause yang berpendidikan menengah sehingga pengetahuan dan pemahaman mereka tentang menopause lebih luas dan mendalam.

Pengetahuan yang cukup akan membantu wanita memahami dan mempersiapkan dirinya menjalani masa *menopause* dengan lebih baik. Pendidikan, wanita yang berpendidikan akan mempunyai pengetahuan kesehatan yang lebih baik ternyata tidak membuat tingkat pengetahuan menjadi tinggi hal ini sesuai dengan Notoatmodjo (2005) yang menjelaskan bahwa bukan berarti seseorang berpendidikan rendah pasti berpengetahuan rendah karena peningkatan pengetahuan seseorang tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal tapi juga diperoleh dari sumber informasi lainnya. pendidikan merupakan pembelajaran untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan tertentu sehingga sasaran pendidikan bisa berdiri sendiri. Sosial ekonomi, keadaan sosial ekonomi mempengaruhi faktor fisik, kesehatan dan pendidikan. Wanita yang berasal dari golongan ekonomi rendah cenderung pasrah dan mampu beradaptasi dengan baik saat mengalami *menopause*. Usia, semakin bertambahnya usia seorang pengalamannya makin bertambah, sehingga akan lebih baik menghadapi *menopause*.

Kecemasan dalam menghadapi menopause disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya adalah pengetahuan ibu yang mempunyai pengetahuan tidak baik tentang menopause maka ibu tidak akan biasa menyesuaikan dengan berbagai perubahan fisik dalam menghadapi menopause maka akan timbul rasa kecemasan. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Hawari (2006) dalam karya tulis Aziana (2009) bahwa pengetahuan mempengaruhi kecemasan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan di RW 005 Kelurahan Pondok Aren Tangerang Selatan Tahun 2018-2019 maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar responden berumur 44 tahun yaitu sebanyak 25 responden (27,8%), sebagian besar memiliki tingkat pendidikan SMA sebanyak 44 responden (48,9%), dan sebagian tidak bekerja sebanyak 65 responden (72,2%).
2. Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu sebanyak 68 responden (75,6%).

3. Sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 37 responden (41,1%).
4. Ada hubungan antara Tingkat Pengetahuan Wanita tentang Menopause dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menopause di RW 005 Pondok Aren Tangerang Selatan. Dengan nilai p-Value 0,000 (<0,05).

DAFTAR PUSTAKA

- Azam, 2015 judul "Tingkat kecemasan Ibu Premenopause menghadapi Menopause", Hal 8-16. Di unduh pada tanggal 2 januari 2019.
<http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/file/s/disk1/18/01-gdl-azamqonita-886-1-ktijadi.pdf>
- Andrews, 2010 Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap *Hot Flashes* pada Wanita Menopause JOM FKp, Vol. 5 No. 2 (Juli - Desember) 2018
<http://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/viewFile/21305/20614>
- Aziana, 2009 judul "Hubungan Tingkat pengetahuan tentang Menopase pada Ibu usia 45-55 tahun dengan Tingkat Kecemasan di Dusun Jadan Taman Tirta Kasihan Bantul Yogyakarta"
- Departemen Kesehatan RI Jakarta, 2009. Rencana Pembangunan Jangka Panjang Bidang Kesehatan (RPJPK) Hal 34.
http://www.kmpk.ugm.ac.id/images/Semester_2/Blok%201%20-%20Sistem%20Kesehatan/Referensi%20Sesi_3_Blok_I_Rencana_RPJPK_2005-2025.pdf
- Depkes RI, (2016)
- Francis, 2017 Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap *Hot Flashes* pada Wanita Menopause JOM FKp, Vol. 5 No. 2 (Juli - Desember) 2018
<http://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/viewFile/21305/20614>
- Ita Eko Suparni dan Reni Yuli Astutik, 2016 Dalam buku Menopause masalah penanganan, Hal: 38-59
- Kothari, 2009 Dikutip dari Ketut Swarjana, 2012 dalam buku metodologi pemelitian kesehatan hal: 39
- Kronenberg, 1990; Freeman dan Sherif, 2007; Utian, 2005, Williams, dkk 2007. Hidup berkualitas: (Studi Kasus pada Perempuan Menopause) *Marwah: (p-ISSN Jurnal Perempuan, Agama : 1412-6095 (e-ISSN: 2407 dan Jender-1587) Vol. 17, No. 1, 2018*
- Lawrence Green and Kreuter (1994) serta modifikasi dari teori Rogers (1970) Dikutip dari Nurningsih, 2012 dengan judul "hubungan tingkat pengetahuan tentang menopause dengan keluhan wanita saat menopause", Hal: 47 (Kerangka Konsep). Di unduh pada tanggal 23 Desember 2018.
<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/25635/1/NURNINGSIH%20-%20fkik.pdf>
- Luknis Sabri, 2014 Dalam buku Statistik Kesehatan, Hal: 143
- Notoatmodjo, 2012 Dalam buku Metodologi Penelitian Kesehatan, Hal: 26
- Notoatmodjo, 2014 Dalam buku Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan, Hal: 138-139
- Purwoastuti, Endang, 2008 Faktor-faktor yang berhubungan dengan usia menopause (Studi di Puskesmas Bangetayu Tahun 2015).
Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 4, Nomor 1, Januari 2016 (ISSN: 2356-3346), Hal 241
- Putri, Wati & Ariyanto, 2014 Hidup berkualitas: (Studi Kasus pada Perempuan Menopause) *Marwah: (p-ISSN Jurnal Perempuan, Agama: 1412-6095 (e-ISSN: 2407 dan Jender-1587) Vol. 17, No. 1, 2018*, Hal 97
<http://ejournal.uinsuska.ac.id/index.php/marwah/article/viewFile/4516/3362>
- Rudi Haryono, 2016 Dalam buku Siap menghadapi menopause & menopause
- Savitri Ramaimah, 2003 Dalam buku Kecemasan bagaimana mengatasi penyebabnya, Hal: 4-14
http://books.google.co.id/books?id=LOJsrMTwYAcC&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onpage&q&f=false
- Sugiyono, 2014 Dalam buku Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D, Hal: 39)
- Suparni & Astutik, 2016 Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap *Hot Flashes* pada Wanita Menopause JOM FKp, Vol. 5 No. 2 (Juli - Desember) 2018
<http://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/viewFile/21305/20614>

Tabitha, 2012. A Study To Assess The Effectiveness Of Planned Teaching Programme On Knowledge Regarding Psychological Changes During Menopause Among Pre-Menopausal Women (35-40 Years) At A Selected Rural Community In Kolar. Diunduh pada tanggal 29 November 2018
[Http:// Www. Rguhs.Ac.In/ Cdc/ Onlinecdc/ Uploads/ 05_N212_33878. Doc.](http://www.rguhs.ac.in/cdc/onlinecdc/uploads/05_N212_33878.Doc)

Triana. R & Ni Made T.K Kecemasan pada Wanita yang Menghadapi Menopause Jurnal Psikologi Volume 3, No. 1, Desember 2009. Diunduh pada tanggal 29 November 2018
C:\Users\Toshiba\Downloads\Documents\KECEMASAN_PADA_WANITA_YANG_MENGHADAPI_ME.pdf