

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN TINGKAT
KECEMASAN IBU DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE
DI KP. PASIR IPIS DESA SITUDAUN KECAMATAN TENJOLAYA BOGOR
TAHUN 2011**

Ike Yunita, SST, M.Kes

Abstrak

Latar Belakang :

Menjelang menopause semua wanita kerap tidak mengetahuinya, tetapi pada akhirnya mereka menyadari dengan merasakan adanya perubahan yang terjadi. Oleh karena itu, ada baiknya jika seorang wanita sudah mempersiapkan diri menghadapi menopause dengan pengetahuan yang memadai sehingga perubahan yang akan terjadi dapat diterima dengan bijaksana. Dengan demikian, masa menopause dapat dijalani dengan baik.

Tujuan Penelitian :

Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor Tahun 2011.

Metode :

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian Survey Analitik dengan rancangan penelitian *Cross Sectional* dengan teknik *Total Sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 101 orang.

Hasil Penelitian :

Hasil analisa menunjukkan bahwa adanya hubungan secara signifikan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor. Hal ini ditunjukkan dengan nilai X^2 hitung $> X^2$ tabel ($47,863 > 9,488$) dengan taraf signifikansi yang digunakan adalah 95% batas kritis 0,05 pada d.b= 4. Sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.

Saran :

Bagi ibu premenopause diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang menopause, dan bagi institusi pendidikan diharapkan pihak institusi dapat menambah jumlah referensi bukunya terutama yang berkaitan antara pengetahuan tentang Menopause dengan tingkat kecemasan.

PENDAHULUAN

Tuhan menciptakan wanita sebagai makhluk yang terlahir dengan keindahan dan kelembutan. Setiap wanita akan menjaga keindahan yang telah dikaruniakan Tuhan dan akan

merasa cemas jika tidak bisa tampil indah lagi. Dalam perjalanan hidupnya, wanita mengalami banyak proses pertumbuhan dan perkembangan, sampai suatu saat pertumbuhan dan perkembangan akan

terhenti pada suatu tahapan sehingga banyak perubahan yang terjadi pada fungsi tubuh wanita. Perubahan ini akan terjadi seiring peningkatan usia sampai akhirnya wanita akan mencapai titik yang dinamakan menopause dan titik ini, kecemasan akan mulai muncul karena merasa dirinya tidak indah lagi. ⁽¹⁾

Meningkatnya status kesehatan masyarakat selain ditunjukkan oleh angka kesakitan, angka kematian, membaiknya status gizi, juga ditunjukkan oleh meningkatnya Umur Harapan Hidup (UHH). ⁽⁵⁾

Badan kesehatan dunia (WHO) memperkirakan UHH (Umur Harapan Hidup) orang Indonesia adalah 75 tahun pada tahun 2025. Hal ini berarti wanita memiliki kesempatan untuk hidup rata-rata 25 tahun lagi sejak awal masa menopause. Berbagai upaya perlu dilakukan agar waktu yang cukup lama itu dijalani dengan menyenangkan mungkin. ⁽⁶⁾

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Kp. Pasir

Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor Tahun 2011.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini bersifat Survey Analitik dengan rancangan penelitian *Cross Sectional*. Merupakan penelitian yang bertujuan untuk menilai hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause. Penelitian ini dilakukan di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor Tahun 2011 pada bulan Desember 2011 - April 2011.

Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu pra menopause usia 40-48 tahun yang bertempat tinggal di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor berdasarkan buku kependudukan desa situdaun sejumlah 101 orang.

Variabel penelitian ini terdiri dari tingkat pengetahuan ibu tentang menopause dan tingkat kecemasan ibu dalam Menghadapi Menopause. Pengolahan data dan analisis data

menggunakan komputer program SPSS *for window* seri 16.0. Analisis terdiri dari analisis univariat dan bivariat, dimana analisis bivariat menganalisis pengaruh tingkat pengetahuan terhadap tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Tentang Menopause Di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor Tahun 2011

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas tingkat pengetahuan ibu tentang menopause sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan kurang yaitu sebanyak 48 responden (47,52%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Menopause Di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor Tahun 2011

No	Kecemasan	Σ	%
1	Ringan	39	38,61
2	Sedang	53	52,48
3	Berat	9	8,91
Total		101	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause sebagian besar memiliki tingkat

No	Pengetahuan	Σ	%
1	Baik	23	22,77
2	Cukup	30	29,70
3	Kurang	48	47,52
Total		101	100

kecemasan sedang yaitu sebanyak 53 responden (52,48%).

Tabel 3. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause Di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor tahun 2011

Tingkat Pengetahuan	Tingkat Kecemasan						Total	
	Ringan		Sedang		Berat			
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Kurang	3	2,97	40	39,60	5	4,95	48	47,52
Cukup	16	15,84	11	10,89	3	2,97	30	29,70
Baik	20	19,80	2	1,98	1	0,99	23	22,77
Total	39	38,61	53	52,48	9	8,91	101	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang mengalami kecemasan yang sedang yaitu sebanyak 40 responden (39,60%).

Tabel 4. Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)		Monte Carlo Sig. (1-sided)		Sig.	
				Sig.	95% Confidence Interval		95% Confidence Interval		
					Lower Bound	Upper Bound	Lower Bound		Upper Bound
Pearson Chi-Square	47.863 ^a	4	.000	.000 ^b	.000	.029			
Likelihood Ratio	54.622	4	.000	.000 ^b	.000	.029			
Fisher's Exact Test	52.183			.000 ^b	.000	.029			
Linear-by-Linear Association	31.894 ^c	1	.000	.000 ^b	.000	.029	.000	.029	
N of Valid Cases	101								

Berdasarkan uji statistik Chi-Square antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause dengan taraf signifikansi yang digunakan adalah 95% batas kritis 0,05 pada d.b 4 di dapatkan X^2 hitung > X^2 tabel

(47,863 > 9,488) atau $p > 0,05$. Sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang menyatakan ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di kampung Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor Tahun 2011.

PEMBAHASAN

a. Pengetahuan ibu tentang menopause di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor Tahun 2011

Menurut Wawan, A dan Dewi, M (2010) faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya faktor internal dan eksternal yang salah satunya meliputi pendidikan dan lingkungan.⁽¹⁰⁾

Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi. Sedangkan lingkungan merupakan suatu kondisi yang ada di sekitar manusia dan pengaruhnya dapat

mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dengan tingkat Pengetahuan ibu tentang menopause di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor Tahun 2011 sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan kurang yaitu sebanyak 48 responden (47,52%) dari jumlah keseluruhan responden sebanyak 101 orang.

Kurangnya tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause di kampung Pasir Ipis desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor dapat diamati dari rendahnya tingkat pendidikan serta kurangnya peran tenaga kesehatan dalam memberikan informasi mengenai menopause.

b. Kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor Tahun 2011

Menurut Kholil Lur Rochman (2010), faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah lingkungan, emosi yang ditekan, dan sebab-sebab fisik.⁽¹⁹⁾

Lingkungan atau sekitar tempat tinggal mempengaruhi cara berfikir individu tentang diri sendiri maupun orang lain, sedangkan emosi yang ditekan adalah faktor yang mengakibatkan kecemasan bisa terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar. Dan sebab-sebab fisik adalah faktor yang mengakibatkan timbulnya kecemasan karena perubahan-perubahan yang muncul.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yaitu tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten

Bogor Tahun 2011 sebagian besar memiliki tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 53 responden (52,48%) dari jumlah keseluruhan responden sebanyak 101 orang.

Sedangnya tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor Tahun 2011 dapat diamati dari kurangnya informasi yang didapat mengenai menopause sehingga munculnya perubahan-perubahan yang terjadi dapat diterima tetapi belum adanya kesiapan dalam mengatasi situasi atau kondisi yang akan terjadi.

c. Hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor Tahun 2011

Hasil analisa menunjukkan bahwa adanya hubungan secara

signifikan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor. Hal ini ditunjukkan dengan nilai X^2 hitung $> X^2$ tabel (47,863 $>$ 9,488) dengan taraf signifikansi yang digunakan adalah 95% batas kritis 0,05 pada d.b= 4, atau $p > 0,05$. Sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan kurang mengalami kecemasan yang sedang, sedangkan responden yang memiliki pengetahuan cukup dan baik sebagian besar mengalami kecemasan yang ringan.

Dapat disimpulkan bahwa semakin rendahnya pengetahuan maka akan semakin meningkat tingkat kecemasannya.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Atik Ismiyati dari Program Studi DIV Kebidanan

Transfer Universitas Sebelas Maret Surakarta 2010 dengan judul Jurnal Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Menopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause di Perumahan Sewon Asri Yogyakarta dengan hasil pengolahan data dengan menggunakan program SPSS menunjukkan bahwa uji statistik Spearman Rank nilai rho hitung sebesar 0,540, pada taraf kesalahan 1 % (0,01) maka diperoleh nilai rho tabel sebesar 0,496. Hal ini berarti nilai rho hitung $>$ rho tabel (0,540 $>$ 0,496). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu premenopause di Perumahan Sewon Asri Yogyakarta tahun 2010, karena pada penelitian ini diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden mempunyai pengetahuan tinggi dan siap menghadapi menopause. Dalam Hal ini terdapat keselarasan

bahwa Pengetahuan akan membentuk kepercayaan dan akan memberikan dasar bagi pengembangan selanjutnya dan menentukan sikap terhadap objek tertentu.

KESIMPULAN

- 1) Tingkat pengetahuan ibu tentang menopause sebagian besar dikategorikan kurang yaitu sebanyak 48 responden (47,52%) dari jumlah responden 101 orang.
- 2) Tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause sebagian besar dikategorikan sedang yaitu sebanyak 53 responden (52,48%).
- 3) Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Kp. Pasir Ipis Desa Situdaun Kecamatan Tenjolaya Kabupaten Bogor Tahun 2011.

SARAN

- 1) Bagi tempat penelitian (ibu pra menopause)
Bagi ibu pra menopause diharapkan dapat menambah

pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang menopause dengan banyak membaca buku tentang menopause atau melalui media informasi lainnya, sehingga dapat meningkatkan pemahaman tentang bagaimana cara menghadapi menopause dan mengurangi keluhan-keluhan menjelang menopause, terutama bagi ibu pra menopause dengan tingkat pengetahuan tentang menopause yang rendah. Serta diharapkan dapat meminimalkan kecemasan dengan mempersiapkan sedini mungkin melalui menjaga kesehatan tubuh, menganggap bahwa menjalankan pekerjaan adalah suatu hiburan yang dilakukan dengan perasaan senang, meyakini bahwa menjaga keharmonisan rumah tangga dengan menjaga kualitas seksualitas juga sangat penting, lebih mendekatkan diri pada Alloh SWT (shalat 5 waktu, mengikuti kajian Al Qur'an) untuk mendapatkan ketentraman jiwa,

menghindari gangguan perut dengan lebih santai dalam melakukan berbagai hal serta menjaga asupan makanan, dan meyakini bahwa perubahan fisik memasuki masa menopause adalah hal yang normal.

2) Bagi Institusi Pendidikan

1. Siti Mulyani, Nina. 2011. *Menopause Akhir Siklus Menstruasi pada Wanita di Usia Pertengahan*. Yogyakarta: Nuha Medika
2. Stuart, Gail. 2006. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC
3. Astari. 2003. *Info Kesehatan Reproduksi*. www.mediaholistik.com. Diakses tanggal 25 Desember 2011
4. Lestari, D. 2010. *Seluk Beluk Menopause*. Yogyakarta: Gara Ilmu
5. Suratini, K.T. 2005. *Pola Hidup Menjelang Menopause*. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta
6. Siagian. 2007. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Salemba Medika
7. Pencer dan Brown. 2008. *Menopause*. Jakarta: Erlangga
8. Kadus, Dini. 2004. *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*. Jakarta: Puspa Swara
9. Notoatmodjo, S. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Rineka Cipta
10. Wawan, A dan Dewi, M. 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Prilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
11. Notoatmodjo, S. 2003. *Pendidikan dan Prilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Diharapkan pihak institusi dapat menambah jumlah referensi bukunya terutama yang berkaitan antara pengetahuan tentang Menopause dengan tingkat kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

12. Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
13. Nursalam. 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmiah Keperawatan : Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
14. Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
15. Safrina. 2009. *Tetap Aktif di Masa Menopause*. Jakarta: Ikatan Bidan Indonesia
16. Sutardjo, Wiramihardja. 2005. *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Refika Aditama
17. Ramaiah, Savitri. 2003. *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor
18. Fauziah, Fitri dan Julianty Widuri. 2007. *Psikologi Abnormal Klinik Dewasa*. Jakarta: Universitas Indonesia
19. Kholil Lur Rochman. 2010. *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press
20. Namora, Lumongga Lubis. 2009. *Depresi Tinjauan Psikologi*. Jakarta: Kencana
21. Nevid, Jeffery S, dkk. 2003. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Gelora Aksara Pratama
22. Singgih D, Gunarsa. 2008. *Psikologi Perawatan*. Jakarta: Gunung Mulia
23. Patotisuro Lumban Gaol, B. 2006. *Hubungan Berfikir Positif dengan Kecemasan Menghadapi Masa Bebas pada Narapidana*. Skripsi Fakultas Psikologi: Universitas Marcu Buana
24. Pakasi, L. 2000. *Menopause : Masalah dan Penanggulangannya*. Jakarta: Balai Pustaka
25. Karya Tulis Ilmiah. 2010. *Pengaruh Penyuluhan Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause pada Ibu-ibu Pre menopause di Pedukuhan Dahromo I Segoroyoso Prelet Bantul*. Yogyakarta
26. Riwidikdo. 2010. *Prilaku dan Sikap Manusia*. Jakarta: Gramedia

27. Budiarto, Eko. 2002. *Biostatistik untuk Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC
28. Erina Rhahasti, Rufaidah. 2009. *Efektifitas Terapi Kognitif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Penderita Asma di Surakarta*. Tesis Fakultas Psikologi: UGM
29. Mustamir, Pedak. 2009. *Metode Supernol Menaklukan Stress*. Jakarta: Hikmah Publishing House
30. Kartini, Kartono. 2006. *Pemimpin dan Kepemimpinan*. Jakarta: Raja Grafindo Pustaka
31. Hawari. 2001. *Pendekatan Holistic pada Gangguan Jiwa Skizofrenia*. FKUI: Jakarta
32. Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
33. Riwidikdo. 2008. *Statistik Kesehatan*. Jakarta : Gramedia
34. Budiarto, Eko. 2002. *Biostatistika untuk Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta:EGC

