HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG PERUBAHAN FISIK WANITA MENOPAUSE DENGAN TINGKAT KECEMASAN IBU DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI DESA SITU UDIK RT 01/ RW 07 KECAMATAN CIBUNGBULANG BOGOR TAHUN 2018

Iis Lestari, Destiana Wulandari, Dewi Dayang Sari, Diva Valerie Rindengan

Akademi Kebidanan Wijaya Husada

ABSTRAK

Menurut kesehatan dunia (WHO) setiap tahunnya diperkirakan 25 juta perempuan akan memasuki masa menopause, perempuan yang berusia 50 tahun keatas diperkirakan akan meningkat jumlahnya dari 107 juta menjadi 373 juta dan pada usia pertengahan banyaknya perempuan yang mengkhawatirkan terjadinya menopause.(4)

Mengetahui Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang perubahan fisik wanita menopause dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Desa Situ Udik RT 01/ RW 07.

Jenis penelitian ini adalah desain analitik dan penelitian ini dilaksanakan di Desa Situ Udik RT 01/RW 07 dengan menggunakan tehnik *total sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner dengan menggunakan analisa *Univariat dan Bivariat*.

Diketahui hasil analisa data Univariat terdapat 26 (41%) responden dengan pengetahuan kurang, 24 (38%) dengan kecemasan berat. Dari data bivariat terdapat 17 (27%) memiliki tingkat pengetahuan kurang dengan tingkat kecemasan berat dan 4 (6,3%) memiliki tingkat pengetahuan baik dengan tingkat kecemasan kurang. Nilai hubungan signifikan mendapatkan ρ *Value* 0.005 < 0.05.

Adanya Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Perubahan Fisik Wanita Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Desa Situ Udik RT 01/RW 07.

Diharapkan dapat menambah pengetahuan dan mengurangi kecemasan bagi wanita yang akan mengalami menopause.

Kata Kunci : Pengetahuan Ibu, Tingkat Kecemasan Ibu

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan keadaan sehat secara menyeluruh, meliputi aspek fisik, mental, sosial, dan bukan hanya bebas dari penyakit yang berkaitan dengan sistem reproduksi dan fungsinya. Kesehatan reproduksi bukan hanya membahas masalah kehamilan atau persalinan, tetapi mencakup seluruh siklus kehidupan wanita yang salah satunya adalah masa menopause.(1)

Menopause didefinisikan oleh WHO sebagai penghentian menstruasi secara permanen akibat hilangnya aktivitas folikular ovarium, setelah 12 bulan amenorea berturut-turut, periode menstruasi terakhir retrospektif ditetapkan sebagai saat menopause.(2)

Dalam perjalanan hidupnya seorang wanita yang mencapai umur sekitar 45 tahun, mengalami penuaan indung telur, sehingga tidak sanggup memenuhi hormon estrogen. Sistem hormonal seluruh tubuh mengalami kemunduran dalam mengeluarkan hormonnya. Kemunduran pada kelenjar tiroid dengan hormon tiroksin

untuk metabolisme umum dan kemunduran kelenjar paratiroid yang mengatur metabolisme kalsium. Terdapat peningkatan hormon FSH dan LH. Perubahan pengeluaran hormon tersebut menyebabkan berbagai perubahan pada fisik dan psikis. [3]

Menurut kesehatan dunia (WHO) setiap tahunnya diperkirakan 25 juta perempuan akan memasuki masa menopause, perempuan yang berusia 50 tahun keatas diperkirakan akan meningkat jumlahnya dari 107 juta menjadi 373 juta dan pada usia pertengahan banyaknya perempuan yang mengkhawatirkan terjadinya menopause karena mereka tahu setiap kaum hawa akan melewati masa-masa menopause yang akan banyak mengalami perubahan yang terjadi.[4]

Gangguan fisik dan psikis biasanya timbul dalam pascamenopause tetapi kadang juga dalam pramenopause. Gangguan fisik dan psikis rupanya bersangkutan dengan berkurangnya produksi estrogen dan meningkatnya kadar gonadotropin. Sebagian besar perempuan mengalami gejala iritabilitas, kecemasan, depresi, insomnia, rasa panas terutama pada bagian-bagian atas berkeringat secara ringan saja. [5]

Sebanyak 70% wanita perimenopause dan pascamenopause mengalami gejala klimakterium. Gejala klimakterium pada wanita usia anatar 45-54 tahun yaitu gejolak panas *(Hot flushe*s), jantung berdebar-debar, gangguan tidur, depresi, cepat lelah, sulit berkonsentrasi, mudah luka, berkunang-kunang, kesemutan, gangguan libido, berat badan bertambah serta nyeri tulang dan otot. Berat ringannya keluhan berbeda-beda pada setiap wanita, keluhan ini sifatnya individual yang dipengaruhi oleh faktor sosial, budaya, pendidikan, lingkungan dan ekonomi. [6]

Menopause sering diartikan sebagai titik awal menurunnya fungsi reproduksi seorang perempuan. Kehidupan menjelang dan setelah menopause itulah yang sering disebut sebagai senja dalam kehidupan perempuan.[7]

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat Analitik dilakukan dengan pendekatan secara *cross sectional* study yang bertujuan untuk menilai hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang perubahan fisik menopause dengan kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Desa situ udik Rt01/07 Kecamatan Cibungbulang Kabupaten Bogor. Penelitian *cross sectional* yang dimaksud adalah pengumpulan data variable independent dan dependent dilakukan dalam waktu yang bersamaan.[8]

Populasi pada penelitian ini adalah ibu menopouse dengan jumlah populasi 63 ibu *klimakterium* di Desa Situ Udik Rt 01/ Rw 07 dengan menggunakan teknik *Total Sampling.*

Variabel penelitian ini terdiri dari Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang perubahan fisik wanita menopause dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Desa Situ Udik RT 01/ RW 07 Kecamatan Cibungbulang Bogor Tahun 2018. Pengelohan data dan analisa data

menggunakan komputer program *SPSS four windows*seri 20. Analisa terdiri dari Analisis Univariat dan Bivariat, dimana analisa univariat menganalisis Pengetahuan dan Kecemasan Ibu. Sedangkan analisa bivariat menganilisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Perubahan Fisik Wanita Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Desa Situ Udik RT 01/ RW 07 Tahun 2018.

HASIL PENELITIAN

a. DistribusiFrekuensiTingkat Pengetahuan Ibu Klimakterium di Desa Situ Udik RT 01/RW 07 Tahun 2018.

Tabel 4.1Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Klimakterium di Desa Situ Udik RT 01/RW 07 Tahun 2018.

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase(%)
Baik	18	28
Cukup	19	30
Kurang	26	41
Total	63	100

Sumber : Hasil olahan SPSS 20

Tingkat pengetahuan	Ringan	Sedang	Berat	Total	*ρ Value*
	F %	F %	F %	F %	
Baik	8 12,7	8 12,7	2 3,2	18 28,6	
Cukup	7 11,1	7 11,1	5 7,9	19 30,2	
Kurang	4 6,3	5 7,9	17 27	26 41,36	0.000
Total	19 30,2	20 31,7	24 38,1	63 100	

Berdasarkan tabel 4.1 dari 63 responden terdapat 26 (41%) responden berpengetahuan kurang, 19 (30%) responden berpengetahuan cukup dan 18 (28%) responden berpengetahuan baik.

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Ringan	19	30
2	Sedang	20	31
3	Berat	24	38
	Total	63	100

b. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Klimakterium di Desa Situ Udik RT 01/RW 07 Tahun 2018

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Klimakterium di Desa Situ Udik RT 01/ RW 07 Tahun 2018.

Sumber : Hasil OlahanSPSS 20

Berdasarkan tabel 4.2 dari 63 responden, terdapat 24 (38%) responden dengan tingkat kecemasan berat, 20 (31%) responden dengan tingkat kecemasan sedang dan 19 (30%) responden dengan tingkat kecemasan ringan.

c. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Perubahan Fisik Wanita Menopause dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Desa Situ Udik RT 01/ RW 07 Tahun 2018.

Tabel 4.3Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Perubahan Fisik Wanita Menopause dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi

Menopause di Desa Situ Udik RT 01/ RW 07 Tahun 2018.

Sumber : Hasil OlahanSPSS 20

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukan bahwa dari 63 responden, terdapat 17 (27%) responden memiliki tingkat pengetahuan kurang dengan tingkat kecemasan berat. Nilai hubungan signifikan mendapatkan ρ *Value* 0.000 < 0.05, maka dapat diartikan Ho ditolak dan Ha diterima, dari nilai tersebut menunjukan adanya Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Perubahan Fisik Wanita Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Desa Situ Udik RT 01/ RW 07 Tahun 2018.

PEMBAHASAN

a. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Perubahan Fisik Wanita Menopause di Desa Situ Udik RT 01/ RW 07 Tahun 2018.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, rasa dan raba.[9]

Beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah berdasarkan pengalaman, usia, pendidikan dan sosial ekonomi. Karena semakin tinggi pengetahuan atau pendidikan maka semakin mudah pula mendapatkan informasi dan pada akhirnya pengetahuan yang dimilikinya semakin banyak atau luas.[10]

Menopause merupakan sebuah kata yang mempunyai banyak arti yang terdiri dari kata men dan pauseis yang berasal dari bahasa Yunani, yang pertama kali digunakan untuk menggambarkan berhentinya haid. Ini merupakan suatu akhir proses biologis dari siklus menstruasi yang terjadi karena penurunan produksi hormon estrogen yang dihasilkan ovarium.[11]

Hasil penelitian menunjukan dari 63 ibu klimakterium terdapat 26 responden (41%) memiliki pengetahuan kurang, 19 responden (30%) memiliki pengetahuan cukup dan 18 responden (28%) memiliki pengetahuan baik.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian Fitri (2009), yang menunjukan bahwa ada hubungan tingkat pendidikan dengan tingkat pengetahuan dengan nilai ρ *value* 0,001 < 0,05. Responden pada penelitian ini sebagian besar memiliki tingkat pendidikan rendah yaitu sebanyak 31 responden dari 63 responden. [12]

Dari pernyataan tersebut peneliti menemukan keselarasan antara teori dengan hasil penelitian. Dimana Tingkat Pengetahuan berpengaruh terhadap perubahan fisik wanita menopause, di karenakan kurangnya pengetahuan ibu tentang perubahan fisik wanita menoapuse yang disebabkan oleh salah satu faktor yaitu pendidikan.

b. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause di Desa Situ Udik RT 01/ RW 07 Tahun 2018.

Kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadimenyertaiperkembangan, perubahan, pengalaman baru, atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitasdiri, dan arti hidup. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami siapapun. Namun cemas yang berlebihan, apalagi yang sudah menjadi gangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya. (13)

Perempuan yang mengalami periode *menopause*, munculnya masalah psikologis sangat dipengaruhi oleh adanya perubahan pada aspek fisik-fisiologis sebagai akibat dari berkurang dan berhentinya produksi hormon estrogen. (14)

Wanita yang memasuki usia tua, sering timbul rasa khawatir terhadap dirinya seperti takut keriput, tua dan tidak cantik lagi membuat subjek takut untuk menghadapi masa menopause. Hal ini dapat menimbulkan stres yang mengakibatkan kecemasan jika tidak mampu beradaptasi. Faktor-faktor yaang mempengaruhi kecemasan meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan dan pengetahuan. (15)

Hasil penelitian menunjukan dari 63 responden terdapat24 (38%) dengan tingkat kecemasan berat, 20 (31%) dengan tingkat kecemasan sedang dan 19 (30%) dengan tingkat kecemasan ringan.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian Suci (2010), yang menunjukan bahwa ada hubungan tingkat usia dengan tingkat kecemasan dengan nilai ρ *value* 0,005 < 0,05. Responden pada penelitian ini sebagian besar memiliki usia 43 tahun yaitu sebanyak 27 responden dari 63 responden.(16)

Hasil penelitian tersebut juga sesuai dengan penelitian Yanti (2009), yang menunjukan bahwa ada hubungan jenis kelamin dengan tingkat kecemasan dengan nilai ρ *value* 0,000 < 0,05. Seluruh responden pada penelitian ini berjenis kelamin perempuan sebanyak 63 responden.(17)

Hasil penelitian tersebut juga sesuai dengan penelitian Wahyuni (2010), yang menunjukan bahwa ada hubungan tingkat pendidikan dengan tingkat kecemasan dengan nilai ρ *value* 0,004 < 0,05. Responden pada penelitian ini sebagian besar memiliki tingkat pendidikan rendah yaitu sebanyak 31 responden dari 63 responden .(18)

Dari pernyataan tersebut peneliti menemukan keselarasan antara teori dengan hasil penelitian. Dimana Tingkat kecemasan akan berpengaruh terhadap masa dalam menghadapi menopause, tingginya angka tingkat kecemasan dipengaruhi oleh beberapa faktor yang meliputi umur, pendidikan dan jenis kelamin.

2. Bivariat

Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Perubahan Fisik Wanita Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Desa Situ Udik RT 01/ RW 07 Tahun 2018.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. (19)

Tingkat kecemasan yang dialami perempuan dalam menghadapi menopause di pengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah pengetahuan dan pengetahuan dipengaruhi oleh pendidikan. Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting daalm membentuk tindakan seseorang (*over behavior*). Seseorang yang telah mengetahui tentang menopause, maka akan membuat perempuan mengerti tentang penanganan pada saat terjadi perubahan menopause dan perempuan tidak akan mengalami kecemasan menjelang menopause. (20)

Selain pengetahuan ada faktor lain yang memepengaruhi tingkat kecemasan perempuan dalam mengadapi menopause yaitu upaya penanganan dalam mengahadapi *menopause*, sikap, dukungan keluarga, dukungan suami, kondisi ekonomi, gaya hidup, dan gambaran diri.(21)

Data analisa bivariat diatas menunjukanbahwa dari 63 responden, terdapat 17 (27%) memiliki tingkat pengetahuan kurang dengan tingkat kecemasan berat. Nilai hubungan signifikan mendapatkan *P Value* 0.000 < 0.05, maka dapat diartikan Ho ditolak dan Ha diterima, dari nilai tersebut menunjukan adanya Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Perubahan Fisik Wanita Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Desa Situ Udik RT 01/ RW 07 Tahun 2018.

Hasil penelitian tersebut selaras dengan penelitian Damayanti (2012) yang menyebutkan bahwa ada hubungan antara upaya penanganan ibu dengan kecemasan dalam menghadapi *menopause* yang di dapatkan dari nilai *P value* <0.05 faktor lain yaitu dukungan suami terdapat hubungan bermakna antara hubungan suami dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause yang didapat dari nilai *P value* 0.000 < 0.05.(22)

Hasil penelitian tersebut juga sejalan dengan penelitian Haryati (2006) yang menunjukankan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause di Kelurahan Sabgkrah Kecamatan Pasar Kliwon Kora Surakarta. Di buktikan dengan nilai ρ *Value* 0.001< 0.05.(23)

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause di

pengaruhi oleh tingkat pengetahuan. Hasil penelitian yang dilakukan di Desa Situ Udik RT 01/ RW 07 menunjukan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang perubahan fisik wanita menopause dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause dengan nilai ρ *value* 0,000 < 0,05.

Beberapa faktor yang mempengaruhi rendahnya tingkat pengetahuan dan tingginya angka kecemasan salah satunya adalah tingkat pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka makin banyak pengetahuan yang dimiliki dan makin mudah proses penerimaan informasi. Sehingga kecemasan tentang menopause dapat diatasi dengan baik. Namun, bukan berarti yang berpendidikan rendah akan berpengetahuan kurang atau rendah juga. Karena pengetahuan seseorang tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal tetapi bisa juga diperoleh dari sumber informasi lainnya, dan faktor lain yang mempengaruhi angka tersebut yaitu usia, pendidikan dan jenis kelamin.[24]

KESIMPULAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Perubahan Fisik Wanita Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Desa Situ Udik RT 01/RW 07 Kecematan Cibung bulang Bogor Tahun2015.,maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Berdasarkan hasil penelitian tingkat pengetahuan ibu tentang perubahan fisik wanita menopause terdapat 19 (30%) responden dengan tingkat pengetahuan kurang.
2. Berdasarkan hasil penelitian tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause terdapat 24 (38%) responden dengan tingkat kecemasan berat.
3. Berdasarkan hasil penelitian tersebut terdapat Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Perubahan Fisik Wanita Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Desa Situ Udik RT 01/RW 07 Tahun 2018.

B. Saran

1. Bagi Responden

   Perempuan yang akan mengalami menopause perlu memperdalam informasi tentang perubahan fisik wanita menopause agar dapat menghadapi menopause dengan baik dan tidak mengalami kecemasan yang terlalu berat.

2. Bagi peneliti

   Diharapkan bisa lebih menggali faktor-faktor atau tanda gejala yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan ibu dalam menghadapai menopause dan tingkat pengetahuan ibu tentang perubahan fisik wanita menopause.

DAFTAR PUSTAKA

1. Manuaba, Ida Bagus Gede, et al. 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wamita Edisi 2*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
2. Notoatmodjo, soekidjo. 2012. *Promosi Kesehatan dan Prilaku Kesehatan.* Jakarta : Rineka Cipta.
3. Suryo prajogo nadine .2009. *Cara Indah Menghadapi Menopause.* Yogyakarta : Locus
4. Widyaatuti, et al. 2010. *Kesehatan Reproduksi.* Yogyakarta : Fitramaya
5. Baziad, 2006. *Menopause dan Andropause.* Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
6. Aprilia, 2007. *Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan pada Wanita Peri menopause*. Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Air langga Surabaya.
7. Lestari, d. 2010. *SelukBeluk Menopause*. Cetakan pertama gara ilmu. Yogyakarta.
8. Sugiyono, 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R & D Alfabeta* : Bandung
9. Notoadmodjo, Soekidjo, 2010. Defisini *Pengetahuan.* Jakarta : Rineka Cipta
10. Wawan, A, 2010. *Teori dan pengukuran pengetahuan, sikap dan perilaku manusia*.Jakarta.
11. *http://www.kti.usu.hubungan* pengetahuan dengan perilaku menopause. Diakses 24 agustus 2015.
12. Rostiana, 2005. Kecemasan pada perempuan yang mengalami menopause. Skripsi fakultas psikologi Universitas Gunadarma.
13. Yeni, P, 2007. *Teori kecemasan berdasarkan psikoanalisi klasik dan berbagai mekanis mepertahanan terhadap kecemasan.* Jakarta : Majalah kedokteran indonesia.
14. Muharram, 2007. *Kecemasan menghadapi menopause*. Jakarta : Cv. Trans Medika
15. Anwar, Q, 2007. *Manajemen stres.* Jakarta : PT. Al.Mawar Prima.
16. Hawari, D, 2006. *Manajemen stres, cemas, dan depresi*(edisi 2). Cet pertama.
17. Sutanto, L. B. 2005. *Menopause*. Jakarta : Balai Penerbit FK UI.
18. Safitri, 2009. *Beberapa Faktor yang mempengaruhi menopause padawanita di kelurahan titipapan kota medan.* Jurnal fakultas kesehatan masyarat Universitas Sumatra Utara.
19. S,M, Nina. 2013. *Definisi Menopause*. Yogyakarta : Nuha Medika.
20. Kumalasari, I dan A, Iwan, 2012. *Kesehatan reproduksi*. Salemba Medika.
21. Rambulangi, J., 2006. *Tantangan, Harapan, dan Pengobatan Alternat idalam Meningkatkan Produktivitas dan Kualitas Hidup Wanita Menopause*. Majalah Obstetri dan Ginekologi. Vol.30 no.2. Yayasan Bina Pustaka. Jakarta.
22. Dedeh, 2013. *Hasil penelitian Tingkat pengetahuan dan Tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause*. Jurnal

Fakultas Kedokteran dan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.

23. Arikunto, suharsimi. 2010. *Prosedur penelitian*. Jakarta : PT. RinekaCipta.
24. Notoatmodjo, soekidjo. 2005. *Beberapa faktor pengetahuan yang mempengaruhi kecemasan* Jakarta : Rineka Cipta.