

KONSEP DIRI DAN TINGKAT KECEMASAN WANITA MASA KLIMAKTERIUM DI ACEH BESAR

Self-Concept and Anxiety Level of Klimakterium Women in Aceh Besar

Darmawati¹, Rieny Dephy²

¹Bagian Keilmuan Keperawatan Maternitas dan Anak PSIK-FK Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh

²Prodi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Maternity and Pediatric Nursing Department, School of Nursing,

Faculty of Medicine, Syiah Kuala Universit, Banda Aceh

E-mail: darmawati_dar@yahoo.co.id

ABSTRAK

Klimakterium adalah fase transisi dimana fungsi *ovarium* dan produksi hormon menurun. Pada masa klimakterium terjadi perubahan fisik dan psikologis yang cenderung mempengaruhi konsep diri. Perubahan ini dapat menimbulkan stress Jika wanita tersebut tidak mampu beradaptasi, maka kondisi stress tersebut akan menyebabkan kecemasan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran hubungan konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Tahun 2011. Desain penelitian *cross sectional study*, penentuan jumlah sampel menggunakan rumus slovin, dan cara pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah 69 responden. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari 71 *item* pernyataan dalam bentuk skala likert. Metode analisis data menggunakan uji statistic *Chi Square* dianalisis dengan menggunakan perangkat komputer . Uji hipotesis, $p\text{-value} > \alpha$ (0,05) maka H_0 diterima, dan $p\text{-value} \leq \alpha$ (0,05) maka H_0 ditolak. Hasil penelitian; ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ($p\text{-value}: 0,018 \leq 0,05$). Untuk subvariabel; ada hubungan gambaran diri ($p\text{-value}: 0,007 \leq 0,05$), ideal diri ($p\text{-value}: 0,025 \leq 0,05$), harga diri ($p\text{-value}: 0,023 \leq 0,05$), peran diri ($p\text{-value}: 0,005 \leq 0,05$), dan identitas diri ($p\text{-value}: 0,046 \leq 0,05$) dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium. Oleh karena itu diperlukan perhatian khusus pada wanita masa klimakterium, baik fisik maupun psikologisnya. Pendidikan kesehatan diperlukan bagi wanita masa klimakterium agar mempunyai pengetahuan yang cukup tentang klimakterium, dan menerima dengan pikiran yang positif bahwa klimakterium merupakan proses alami yang akan dialami semua wanita, beradaptasi dengan segala kondisi yang terjadi pada masa klimakterium, sehingga kecemasan dapat dihindarkan.

Kata kunci : klimakterium, konsep diri, tingkat kecemasan.

ABSTRACT

Klimakterium is a transition phase in which decreasing ovarian function and hormone production. Both physical and psychological change during klimakterium and those are likely to affect the self-concept. The changes can induce stress if the women are not able to adapt, and this condition will cause anxiety. The purpose of this study was to describe a relationship of self-concept with anxiety level of women during klimakterium in Lamreung village, Darul Imarah sub-district, Aceh Besar, 2011. The design was cross-sectional study. The Slovin method was used to reach 69 participants and recruited purposively. The data collection used a questionnaire consisting of 71 item statements in a Likert scale and analyzed using Chi Square test. The finding showed; there was a relationship between self-concept and women anxiety levels during klimakterium ($p\text{-value}: 0.018 \leq 0.05$). The sub-variables showed the relationship between; (1) self-image ($p\text{-value}: 0.007 \leq 0.05$), self-ideal ($p\text{-value}: 0.025 \leq 0.05$), self-esteem ($p\text{-value}: 0.023 \leq 0.05$), self-role ($p\text{-value}: 0.005 \leq 0.05$), and self-identity ($p\text{-value}: 0.046 \leq 0.05$) with women anxiety levels during klimakterium. Therefore, it required specific concern to the women during klimakterium, both physical and psychological. Health education is required in order to increase knowledge related to klimakterium, and adapt by a positive way that klimakterium is a natural process. Every women will have this experience, it need to adapt to all conditions during klimakterium in order to reduce anxiety.

Keywords: klimakterium, self-concept, anxiety level.

PENDAHULUAN

Proses menua didalam perjalanan hidup manusia merupakan suatu hal yang

wajar akan dialami semua orang yang dikarunia umur panjang. Hanya lambat dan cepatnya proses tersebut tergantung pada

masing-masing individu yang bersangkutan. Pengaruh proses menua dapat menimbulkan berbagai masalah baik secara fisik maupun biologik, mental maupun sosial-ekonomi (Nugroho, 2000).

Pada tahun 2003, jumlah wanita di dunia yang memasuki masa menopause, diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang. Saat ini di Indonesia baru mempunyai 14 juta wanita menopause. Pada tahun 2020 diperkirakan jumlah wanita yang hidup dalam usia menopause adalah 30,3 juta (Baziad, 2003). Setiap wanita antara usia 40-65 tahun akan mengalami masa klimakterium.

Gejala yang tetap dan tersering pada masa klimakterium adalah gejalak panas dan keringat banyak. Gejalak panas merupakan sensasi seperti gelombang panas yang meliputi bagian atas dada, leher dan muka. Keluhan ini biasanya diikuti oleh gejala-gejala psikologik berupa rasa takut, tegang, depresi, lekas marah, mudah tersinggung, gugup, jiwa kurang mantap, kecemasan, dan menimbulkan stress (Manuaba, 1999).

Stresor yang dapat mempengaruhi konsep diri adalah segala perubahan nyata atau yang diserap mengancam identitas, citra tubuh, harga diri, atau perilaku peran (Poter & Perry, 2005). Konsep diri adalah semua perasaan, kepercayaan, dan nilai yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain, Pandangan yang realistik terhadap diri, serta respon yang positif terhadap diri akan memberi rasa aman sehingga terhindar dari rasa cemas (Wartolah, 2004).

Cemas merupakan reaksi terhadap persepsi adanya bahaya yang nyata maupun yang hanya dibayangkan. Rasa khawatir, gelisah, takut, was-was, tidak tentram, panik dan sebagainya merupakan gejala umum akibat cemas. Seringkali cemas menimbulkan keluhan fisik berupa berdebar-debar, berkeringat, sakit kepala, bahkan

gangguan fungsi seksual dan lain-lain (Mulyadi, 2003).

Berdasarkan hasil pengambilan data awal di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah didapatkan jumlah wanita yang berumur 40-65 tahun berjumlah 221 orang dari 477 kepala keluarga. Dari hasil wawancara dengan beberapa wanita di Desa Lamreung didapatkan berbagai macam keluhan-keluhan yang terjadi selama mereka memasuki usia 40-65 tahun. Diantara mereka mengeluh akan kemunduran dalam berbagai fungsi tubuh, perubahan penampilan tubuh, berkurangnya fungsi penglihatan, fungsi pendengaran, bahkan mereka merasa selama klimakterium mengalami hidup yang kurang sehat, kurang bugar, tidak cantik lagi, cepat marah, dan merasa menjadi lebih pencemas.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Apakah ada Hubungan antara Konsep Diri dengan Tingkat Kecemasan Wanita Masa Klimakterium di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Tahun 2011".

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran hubungan konsep diri yang terdiri dari gambaran diri, ideal diri, harga diri, peran diri dan identitas diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar tahun 2011.

METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah bersifat deskriptif korelatif yaitu untuk mendapatkan hubungan variable dependen dan variable independen dengan pendekatan *Cross Sectional Study* yaitu suatu pendekatan dengan tidak menggunakan subjek penelitian yang sama secara berulang dalam pengukuran data (Kountur, 2007).

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh wanita yang berusia antara

40-65 tahun yang ada di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Tahun 2011 berjumlah 221 orang dari 477 kepala keluarga.

Sampel dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumus Slovin yang dikemukakan oleh Notoadmodjo (2005) yang berjumlah 69 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling* yaitu penetapan sampel dari populasi didasarkan pada pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri berdasarkan ciri atau sifat populasi yang telah diketahui. Adapun kriteria sampel yang akan diambil dalam penelitian ini adalah wanita yang berusia antara 40-65 tahun yang telah mengalami gangguan klimakterium, wanita yang bersedia menjadi responden, berada di Desa Lamreung saat penelitian dilaksanakan

Waktu pengumpulan data dilaksanakan dari tanggal 15 September sampai 1 Oktober Tahun 2011. Tempat Penelitian ini dilakukan di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Tahun 2011.

HASIL

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa distribusi umur responden sebagian besar adalah berumur 40-55 tahun sebanyak 81,2%. Ditinjau dari segi pendidikan maka pada umumnya pendidikan responden adalah tinggi dengan frekuensi sebanyak 37,7%. Jika ditinjau dari segi pekerjaan maka diketahui bahwa distribusi terbesar pada responden adalah tidak bekerja dengan frekuensi sebanyak 55,1%. Dan bila ditinjau dari status perkawinan maka semua pada umumnya berstatus menikah dengan frekuensi sebanyak 85,5%.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Demografi Masa Klimakterium di Aceh Besar Tahun 2011(n=69)

No	Data Demografi	f	%
1.	Umur responden		
	a. 40-55	56	81,2
	b. 56-65	13	18,8
2.	Pendidikan		
	a. Rendah	21	30,4
	b. Menengah	22	31,9
	c. Tinggi	26	37,7
3.	Pekerjaan		
	a. Tidak bekerja	38	55,1
	b. Bekerja	31	44,9
4.	Status Perkawinan		
	a. Menikah	59	85,5
	b. Janda	10	14,5

Sumber: Data Primer (diolah, 2011)

Hasil pengolahan data secara umum tentang konsep diri wanita masa klimakterium di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar diperoleh nilai total 7038, sehingga diperoleh nilai rata-rata (mean) adalah 102. Digolongkan kategori positif bila $x \geq 102$ dan dikategorikan negatif bila $x < 102$. Selengkapnya hasil pengkategorian dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Konsep Diri Wanita Masa Klimakterium di Aceh Besar Tahun 2011(n=69)

No	Konsep Diri	f	%
1.	Positif	42	60,9
2.	Negatif	27	39,1
	Jumlah	69	100

Sumber: Data Primer (diolah tahun 2011)

Berdasarkan data pada tabel 2 dapat disimpulkan bahwa secara umum konsep diri wanita masa klimakterium di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar berada pada kategori positif yaitu 60,9%.

Hasil pengolahan data tentang gambaran diri, diperoleh nilai total 1226, sehingga diperoleh nilai mean 17,8. Digolongkan kategori positif bila $x \geq 17,8$ dan dikategorikan negatif bila $x < 17,8$. Hasil pengolahan data tentang ideal diri wanita masa klimakterium, diperoleh nilai total 1470,

sehingga diperoleh nilai mean 21,3. Digolongkan kategori positif bila $x \geq 21,3$ dan dikategorikan negatif bila $x < 21,3$. Hasil pengolahan data tentang harga diri wanita masa klimakterium, diperoleh nilai total 1569, sehingga diperoleh nilai mean 22,7. Digolongkan kategori positif bila $x \geq 22,7$ dan dikategorikan negatif bila $x < 22,7$. Hasil pengolahan data tentang peran diri wanita masa klimakterium, diperoleh nilai total 1406, sehingga diperoleh nilai rata-rata (mean) adalah 20,4. Digolongkan kategori positif bila $x \geq 20,4$ dan dikategorikan negatif bila $x < 20,4$. Hasil pengolahan data tentang identitas diri wanita masa klimakterium, diperoleh nilai total 1367, sehingga diperoleh nilai mean 19,8. Digolongkan kategori positif bila $x \geq 19,8$ dan dikategorikan negatif bila $x < 19,8$. Selanjutnya hasil pengkategorian dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Gambaran Diri, ideal diri, harga diri, peran diri dan identitas diri Wanita Masa Klimakterium di Aceh Besar Tahun 2011(n=69)

No	Konsep Diri	F	%
Gambaran diri			
1.	Positif	35	50,7
2.	Negatif	34	49,3
Ideal Diri			
1.	Positif	40	58,0
2.	Negatif	29	42,0
Harga Diri			
1.	Positif	45	65,2
2.	Negatif	24	34,8
Peran Diri			
1.	Positif	45	65,2
2.	Negatif	24	34,8
Identitas Diri			
1.	Positif	39	56,5
2.	Negatif	30	43,5
Total		69	100

Sumber: Data Primer (diolah tahun 2011)

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa gambaran diri sebagian besar berada pada kategori positif 50,7%, ideal diri sebagian besar berada pada kategori positif 58,0%,

harga diri sebagian besar berada pada kategori positif 65,2%, peran diri sebagian besar berada pada kategori positif 65,2%, dan identitas diri sebagian besar berada pada kategori positif 56,5% wanita masa klimakterium di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar tahun 2011.

Berdasarkan hasil penelitian terhadap variabel dependen yaitu tingkat kecemasan wanita masa klimakterium, pengkategorian dilakukan dengan kriteria antisipasi apabila score < 14 , kecemasan ringan apabila score 14-20, kecemasan sedang apabila score 21-27, kecemasan berat apabila score 28-42, dan panik apabila score 42-56. Berdasarkan kategori tersebut maka hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Wanita Masa Klimakterium di Aceh Besar Tahun 2011(n=69)

No	Peran Diri	f	%
1.	Antisipasi	10	14,5
2.	Ringan	13	18,8
3.	Sedang	24	34,8
4.	Berat	22	31,9
Jumlah		69	100

Sumber: Data Primer (diolah tahun 2011)

Berdasarkan data pada tabel 4 diatas dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan wanita masa klimakterium di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar sebagian besar berada pada kategori sedang yaitu 24 responden (34,8%).

Secara umum analisa bivariat digunakan untuk menganalisa hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium. Analisa data yang digunakan adalah *uji chi-square* dengan menggunakan perangkat komputer. Tingkat kemaknaan probabilitas nilai $\alpha = 5\%$ (0,05). Hasil analisa statistik untuk melihat hubungan tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini: Berdasarkan tabel 5 diatas dapat disimpulkan bahwa dari 42 responden dengan konsep diri positif 9 responden (21,4%) berada pada

Tabel 5. Hubungan Konsep Diri dengan Tingkat Kecemasan Wanita Masa Klimakterium di Aceh Besar Tahun 2011(n=69)

Konsep Diri	Tingkat Kecemasan Wanita Masa Klimakterium								Total	α	p-value	
	Antisipasi		Ringan		Sedang		Berat					
	f	%	f	%	f	%	f	%				
Positif	9	21,4	11	26,2	12	28,6	10	23,8	42	60,9	0,05	0.018
Negatif	1	3,7	2	7,4	12	44,4	12	44,4	27	39,1		
Jumlah	10	14,5	13	18,8	24	34,8	22	31,9	69	100		

Sumber: Data Primer (diolah tahun 2011)

tingkat antisipasi 11 responden (26,2%) berada pada tingkat kecemasan ringan, 12 responden (28,6%) berada pada tingkat kecemasan sedang, 10 responden (23,8%) berada pada tingkat kecemasan berat. Dan dari 27 responden dengan konsep diri negative 1 responden (3,7%) berada pada tingkat antisipasi, 2 responden (7,4%) berada pada tingkat kecemasan ringan, 12 responden (44,4%) berada pada tingkat kecemasan sedang, 12 responden (44,4%) berada pada tingkat kecemasan berat.

Berdasarkan uji statistik di dapatkan p value 0,018 yang berarti $\leq 0,05$. Hal ini menunjukkan hipotesa null (H_0) ditolak yang berarti ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar tahun 2011. Secara khusus dapat dijelaskan sebagai berikut. Berdasarkan tabel 5.10 diatas dapat disimpulkan bahwa dari 35 responden dengan gambaran diri positif, sebanyak 8 responden

(22,9%) berada pada tingkat antisipasi, 10 responden (28,6%) berada pada tingkat kecemasan ringan, 11 responden (31,4%) berada pada tingkat kecemasan sedang, 6 responden (17,1%) berada pada tingkat kecemasan berat. Dan dari 34 responden dengan konsep diri negatife, 2 responden (5,9%) berada pada tingkat kecemasan antisipasi, 3 responden (8,8%) berada pada tingkat kecemasan ringan, 13 responden (38,2%) berada pada tingkat kecemasan sedang, dan 16 responden (47,1%) berada pada tingkat kecemasan berat.

Berdasarkan uji statistik di dapatkan p value 0,007 yang berarti $\leq 0,05$. Hal ini menunjukkan hipotesa null (H_0) ditolak yang berarti ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi gambaran diri di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar tahun 2011.

Tabel 5. Hubungan Gambaran Diri dengan Tingkat Kecemasan Wanita Masa Klimakterium ditinjau dari segi gambaran diri di Aceh Besar Tahun 2011(n=69)

Gambaran Diri	Tingkat Kecemasan wanita masa klimakterium								Total	α	p-value	
	Antisipasi		Ringan		Sedang		Berat					
	f	%	f	%	f	%	f	%				
Positif	8	22,9	10	28,6	11	31,4	6	17,1	35	50,7		
Negatif	2	5,9	3	8,8	13	38,2	16	47,1	34	49,3	0,05	0,007
Total	10	14,5	13	18,8	24	34,8	22	31,9	69	100		

Sumber: Data Primer (diolah tahun 2011)

Tabel 6. Hubungan Harga Diri dengan Tingkat Kecemasan Wanita Masa Klimakterium ditinjau dari segi ideal diri di Aceh Besar Tahun 2011(n=69)

Ideal Diri	Tingkat Kecemasan wanita masa klimakterium								Total	α	p-value	
	Antisipasi		Ringan		Sedang		Berat					
	f	%	f	%	f	%	f	%				
Positif	9	22,5	10	25,0	12	30,0	9	22,5	40	58,0	0,05	0,025
Negatif	1	3,4	3	10,3	12	41,4	13	44,8	29	42,0		
Total	10	14,5	13	18,8	24	34,8	22	31,9	69	100		

Sumber: Data Primer (diolah tahun 2011)

Berdasarkan tabel 6 dapat disimpulkan bahwa dari 40 responden dengan ideal diri positif, sebanyak 9 responden (22,5%) berada pada tingkat antisipasi, 10 responden (25,0%) berada pada tingkat kecemasan ringan, 12 responden (30,0%) berada pada tingkat kecemasan sedang, 9 responden (22,5%) berada pada tingkat kecemasan berat. Dan dari 29 responden dengan konsep diri negatif, 1 responden (3,4%) berada pada tingkat antisipasi, 3 responden (10,3%) berada pada tingkat kecemasan ringan, 12 responden (41,4%) berada pada tingkat kecemasan sedang, dan 13 responden (44,8%) berada pada tingkat kecemasan berat.

Berdasarkan uji statistik, di dapatkan p value 0,025 yang berarti $\leq 0,05$. Hal ini menunjukkan hipotesa null (H_0) ditolak yang berarti ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi ideal diri di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar tahun 2011.

Berdasarkan tabel 7 diatas dapat disimpulkan bahwa dari 45 responden dengan

harga diri positif, sebanyak 20 responden (44,4%) berada pada tingkat kecemasan ringan, 14 responden (31,1%) berada pada tingkat kecemasan sedang, 11 responden (24,4%) berada pada tingkat kecemasan berat. Dan dari 24 responden dengan harga diri negatif, sebanyak 3 responden (12,5%) berada pada tingkat kecemasan ringan, 10 responden (41,7%) berada pada tingkat kecemasan sedang, 11 responden (45,8%) berada pada tingkat kecemasan berat. Berdasarkan uji statistik, di dapatkan p-value 0,023 yang berarti $\leq 0,05$. Hal ini menunjukkan hipotesa null (H_0) ditolak yang berarti ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi harga diri di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar tahun 2011.

Berdasarkan tabel 8 dapat disimpulkan bahwa dari 45 responden dengan peran diri positif, sebanyak 21 responden (46,7%) berada tingkat kecemasan ringan,

Tabel 7. Hubungan Konsep Diri dengan Tingkat Kecemasan Wanita Masa Klimakterium ditinjau dari segi harga diri di Aceh Besar Tahun 2011(n=69)

Harga Diri	Tingkat Kecemasann Wanita Masa Klimakterium						Total		α	p value
	Ringan		Sedang		Berat					
	f	%	f	%	f	%	f	%		
Positif	20	44,4	14	31,1	11	24,4	45	65,2	0,05	0,023
Negatif	3	12,5	10	41,7	11	45,8	24	34,8		
Total	23	33,3	24	34,8	22	31,9	69	100		

Sumber: Data primer (diolah 2011)

Tabel 8. Hubungan Konsep Diri dengan Tingkat Kecemasan Wanita Masa Klimakterium ditinjau dari segi peran diri di Aceh Besar Tahun 2011(n=69)

Peran Diri	Tingkat Kecemasann Wanita Masa Klimakterium						Total		α	P value
	Ringan		Sedang		Berat		f	%		
	f	%	f	%	f	%				
Positif	21	46,7	12	26,7	12	26,7	45	65,2	0,05	0,005
Negatif	2	8,3	12	50,0	10	41,7	24	34,8		
Total	23	33,3	24	34,8	22	31,9	69	100		

Sumber: Data primer (diolah 2011)

12 responden (26,7%) berada pada tingkat kecemasan sedang, 12 responden (26,7%) berada pada tingkat kecemasan berat. Dan dari 24 responden dengan peran diri negatife, sebanyak 2 responden (8,3%) berada pada tingkat kecemasan ringan, 12 responden (50,0%) berada pada tingkat kecemasan sedang, dan 10 responden (41,7%) berada pada tingkat kecemasan berat.

Berdasarkan uji statistik , di dapatkan p-value 0,005 yang berarti $\leq 0,05$. Hal ini menunjukkan hipotesa null (Ho) ditolak yang berarti ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi peran diri di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar tahun 2011.

Tabel 9 menunjukkan bahwa dari 39 responden dengan identitas diri positif, sebanyak 9 responden (23,1%) berada pada tingkat antisipasi, 9 responden (23,1%) berada pada tingkat kecemasan ringan, 12 responden (30,8%) berada pada tingkat kecemasan sedang, 9 responden (23,1%)

berada pada tingkat kecemasan berat. Dan dari 30 responden dengan identitas diri negatif, sebanyak 1 responden (3,3%) berada pada tingkat antisipasi, 4 responden (13,3%) berada pada tingkat kecemasan ringan, 12 responden (40,0%) berada pada tingkat kecemasan sedang, dan 13 responden (43,3%) berada pada tingkat kecemasan berat.

Berdasarkan uji statistik , di dapatkan p-value 0,046 yang berarti $\leq 0,05$. Hal ini menunjukkan hipotesa null (Ho) ditolak yang berarti ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi identitas diri di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar tahun 2011.

DISKUSI

Secara umum berdasarkan perhitungan hubungan konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Tahun 2011 di dapat kan nilai p-value $0,018 \leq 0,05$ sehingga

Tabel 9. Hubungan Identitas Diri dengan Tingkat Kecemasan Wanita MasaKlimakterium ditinjau dari segi identitas diri di Aceh Besar Tahun 2011(n=69)

Identitas Diri	Tingkat Kecemasan wanita masa klimakterium								Total		α	p-value
	Antisipasi		Ringan		Sedang		Berat		f	%		
	f	%	f	%	f	%	f	%				
Positif	9	23,1	9	23,1	12	30,8	9	23,1	39	50,7	0,05	0,046
Negatif	1	3,3	4	13,3	12	40,0	13	43,3	30	43,5		
Total	10	14,5	13	18,8	24	34,8	22	31,9	69	100		

Sumber: Data Primer (diolah tahun 2011)

hipotes null (H_0) ditolak yang berarti ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Tahun 2011. Hal ini dibuktikan dari analisa data diperoleh bahwa dari 42 responden (60,9%) mempunyai konsep diri positif, 12 responden (28,6%) diantaranya berada pada tingkat kecemasan sedang.

Kecemasan yang dialami wanita masa klimakterium sangat dipengaruhi oleh konsep diri yang dimiliki wanita tersebut, apabila seseorang tidak siap mental menghadapi periode klimakteriknya ataupun fase menopausenya maka akan timbul berbagai macam masalah. Salah satu permasalahan yang sering dihadapi adalah timbulnya gangguan konsep diri Kasdu (2002).

Menurut Anwar (2007), klimakterium merupakan suatu proses fisiologik normal. Pada abad ke 17 dan 18 klimakterium dianggap bencana dan malapetaka bagi seorang wanita, bahkan wanita *pasca menopause* dianggap tidak berguna lagi. Padahal sesungguhnya klimakterium adalah suatu proses fisiologik yang normal serta alami, sesuai dengan siklus biologi yang dialami seorang wanita.

Adanya hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium sesuai dengan pendapat Anwar (2007), yang mengatakan bahwa setiap wanita yang memasuki masa klimakterium seringkali merasa cemas. Kecemasan itu berupa ketakutan akan hilangnya kemampuan untuk berproduksi, menurunnya penampilan sebagai seorang wanita dan yang paling tidak menguntungkan bila sudah merasa tua.

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2003), yang menyatakan tidak ada hubungan antara perubahan fisik dengan psikologis wanita masa menopause.

Menurut asumsi peneliti, tidak semua wanita masa klimakterium mengalami perubahan yang bermakna, karena sebenarnya semua itu sangat tergantung pada pandangan seseorang dalam menilai peristiwa yang terjadi. Bila klimakterium dipandang sebagai sesuatu proses alamiah yang akan dialami oleh semua wanita yang berada di dunia ini, serta dapat menerima dengan ikhlas semua ini, maka wanita itu akan bisa menghadapinya dengan bijak dan tenang sehingga dapat melalui masa itu dengan percaya diri.

Berdasarkan uji statistik didapatkan p-value $0,007 \leq 0,05$ sehingga hipotesa null (H_0) ditolak yang berarti ada hubungan bermakna antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi gambaran diri di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Tahun 2011. Dari hasil penelitian tersebut diatas menunjukkan bahwa gambaran diri yang positif dapat mempengaruhi tingkat kecemasan wanita masa klimakterium.

Menurut Keliat (1992), gambaran diri (*Body Image*) berhubungan erat dengan kepribadian seseorang, cara individu memandang dirinya mempunyai dampak yang penting pada aspek psikologisnya, pandangan yang realitis terhadap diri, menerima dan menyukai bagian tubuh akan memberikan rasa aman sehingga terhindar dari rasa cemas dan meningkatkan harga diri. Individu yang stabil, realitis, dan konsisten terhadap dirinya akan memperlihatkan kemampuan yang akan memacu sukses dalam kehidupan

Konsep tersebut dapat dibuktikan dari jawaban responden tentang gambaran diri, diperoleh bahwa dari 35 responden (50,7%) yang memiliki gambaran diri positif, 11 responden (31,4%) diantaranya memiliki kecemasan sedang. Kecemasan yang dialami dapat membuat wanita tersebut tidak menerima perubahan yang terjadi. Rasa

tidak puas terhadap gambaran diri menyebabkan menurunnya harga diri yang menunjukkan adanya gangguan pada konsep diri.

Menurut asumsi peneliti semakin positif gambaran diri yang dimiliki wanita masa klimakterium maka akan semakin rendah tingkat kecemasan yang dialaminya, gambaran diri yang positif akan membantu wanita tersebut dalam melaksanakan kewajibannya, serta dapat meningkatkan potensi yang ada pada dirinya, yang akan menjadikan wanita tersebut lebih percaya diri dalam menjalani kehidupannya, sehingga akan mengurangi tingkat kecemasan yang dihadapinya, akibat dari perubahan fisik.

Berdasarkan uji statistik didapatkan p-value $0,025 \leq 0,05$ sehingga hipotesa null (H_0) ditolak yang berarti ada hubungan bermakna antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi ideal diri di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Tahun 2011. Dari hasil penelitian tersebut diatas menunjukkan bahwa ideal diri yang positif dapat mempengaruhi tingkat kecemasan wanita masa klimakterium.

Stuart & Sundeen (1998), mengemukakan bahwa ideal diri bisa bersifat realitis, bisa juga tidak. Saat ideal diri seseorang mendekati persepsinya tentang diri sendiri, orang tersebut cenderung tidak ingin berubah dari kondisinya saat ini. Sebaliknya jika ideal diri tersebut tidak sesuai dengan persepsinya tentang diri sendiri, orang tersebut akan terpacu untuk memperbaiki dirinya. Ideal diri hendaknya ditetapkan tidak terlalu tinggi, tetapi masih lebih tinggi dari kemampuan agar tetap menjadi pendorong dan masih dapat dicapai.

Sunaryo (2004) juga mengemukakan, individu yang memiliki ideal diri yang baik maka akan mencocokkan antara persepsi diri

dan ideal diri, sehingga akan tampak seperti apa yang diinginkan. Teori ini dibuktikan dari analisa data bahwa dari 40 (58,0%) responden yang mempunyai ideal diri positif, 12 responden (30,0%) diantaranya mempunyai tingkat kecemasan sedang.

Menurut asumsi peneliti ideal diri yang positif dari seorang wanita yang mengalami klimakterium akan mempengaruhi tingkat kecemasan yang dialaminya selama klimakterium. Karena wanita yang mempunyai ideal diri positif akan mampu memotivasi dirinya untuk berperilaku sesuai dengan norma dan budaya yang ada dalam keluarga dan masyarakat, sehingga dapat menciptakan suasana yang tenang dan nyaman dalam menjalani kehidupannya.

Berdasarkan uji statistik , didapatkan p-value $0,023 \leq 0,05$ sehingga hipotesa null (H_0) ditolak yang berarti ada hubungan bermakna antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi harga diri di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Tahun 2011. Dari hasil penelitian tersebut diatas menunjukkan bahwa harga diri yang positif dapat mempengaruhi tingkat kecemasan wanita masa klimakterium.

Menurut Alimul (2006), harga diri dapat diperoleh melalui penghargaan dari diri sendiri maupun dari orang lain. Perkembangan harga diri juga ditentukan oleh perasaan diterima, dicintai, dihormati orang lain, serta keberhasilan yang pernah dicapai individu dalam hidupnya. Harga diri yang positif dapat meningkatkan semangat hidup bagi setiap orang, salah satunya adalah wanita yang memasuki fase klimakterium. Perhatian, penghargaan serta dukungan dari orang disekitarnya sangat diperlukan. Teori ini dibuktikan dari analisa data bahwa dari 45 (65,2%) yang mempunyai harga diri positif, 20 responden (44,4%) diantaranya mempunyai tingkat

kecemasan ringan. Menurut asumsi peneliti harga diri yang positif akan mempengaruhi tingkat kecemasan yang dialami wanita masa klimakterium, seseorang yang memiliki harga diri positif akan merasa keberhasilan dan cita-cita yang dicapai selama ini sesuai dengan apa yang diinginkan. Diperhatikan, dicintai, dan dihormati merupakan aspek yang paling diutamakan, sehingga wanita tersebut semakin yakin dan termotivasi untuk meningkatkan kompetensi yang ada dalam dirinya.

Berdasarkan uji statistik, didapatkan p-value $0,005 \leq 0,05$ sehingga hipotesa null (H_0) ditolak yang berarti ada hubungan bermakna antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi peran diri di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Tahun 2011. Dari hasil penelitian tersebut diatas menunjukkan bahwa peran diri yang positif dapat mempengaruhi tingkat kecemasan wanita masa klimakterium.

Peran diri adalah pola sikap, perilaku, nilai, dan tujuan yang diharapkan dari seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat (Keliat, 1992). Bagi wanita yang selama ini mengabdikan perannya total pada keluarga, maka ketika klimakterium dia akan merasa bahwa dirinya sudah tidak berarti dan dibutuhkan lagi. Perasaan ini akan membuat dirinya terisolir, dan menyingkir dari berbagai macam aktifitas. Ketidakmampuan wanita untuk menerima kenyataan atau proses penuaan yang dialaminya, akan berpengaruh untuk kondisi psikologisnya (Noor, 2006). Hal ini dibuktikan dari analisa data terhadap hubungan peran diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium diperoleh hasilnya dari 45 (65,2%) yang memiliki peran diri positif, 21 (28,9%) diantaranya berada pada tingkat kecemasan ringan.

Menurut asumsi peneliti, sebagian wanita merasa takut menghadapi klimakterium, merasa akan mengurangi peran serta kesempatan mereka dalam berprestasi. Dengan demikian berbagai macam stress akan timbul.

Berdasarkan uji statistik, didapatkan p-value $0,046 \leq 0,05$ sehingga hipotesa null (H_0) ditolak yang berarti ada hubungan bermakna antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi identitas diri di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Tahun 2011. Dari hasil penelitian tersebut diatas menunjukkan bahwa identitas diri yang positif dapat mempengaruhi tingkat kecemasan wanita masa klimakterium.

Identitas diri adalah penilaian individu tentang dirinya sebagai satu kesatuan yang utuh. Identitas mencakup konsistensi seseorang sepanjang waktu dan dalam berbagai keadaan serta menyiratkan perbedaan atau keunikan dibandingkan dengan orang lain (Alimul, 2006). Semakin rendahnya identitas seseorang maka akan memberi peluang timbulnya kecemasan. Hal ini dibuktikan dari hasil analisa data hubungan identitas diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium diperoleh hasilnya dari 39 responden (56,5%) yang memiliki identitas diri positif, 12 responden (30,8%) diantaranya mempunyai tingkat kecemasan sedang.

Menurut asumsi peneliti seseorang yang memiliki identitas diri yang kuat akan memandang dirinya berbeda dengan orang lain, pencapaian identitas diri diperlukan untuk berhubungan dengan orang lain, karena identitas diri selalu diekspresikan ketika berhubungan dengan orang lain. Wanita yang memiliki identitas diri yang positif akan lebih mudah menajalani masa klimakteriumnya sehingga kecemasan yang dirasakan tidak akan begitu memuncak.

KESIMPULAN DAN SARAN

Secara umum didapatkan nilai p-value $0,018 \leq 0,05$ sehingga hipotesa null (H_0) ditolak yang berarti ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium di Desa Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Tahun 2011.

Secara khusus dapat disimpulkan bahwa Ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi gambaran diri dari hasil uji statistik bahwa p-value $0,007 \leq 0,05$. Ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi ideal diri dari hasil uji statistic bahwa p-value $0,025 \leq 0,05$. Ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi harga diri dari hasil uji statistik bahwa p-value $0,023 \leq 0,05$. Ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi peran diri dari hasil uji statistik bahwa p-value $0,005 \leq 0,05$. Ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan wanita masa klimakterium ditinjau dari segi identitas diri dari hasil uji statistik bahwa p-value $0,046 \leq 0,05$.

Hasil penelitian ini dapat direkomendasikan kepada institusi pendidikan khususnya Program Studi Ilmu Keperawatan untuk dapat meningkatkan kemampuan mahasiswa/i dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat menyangkut masalah klimakterium serta informasi tentang perubahan-perubahan yang terjadi selama klimakterium. Kepada profesi keperawatan agar lebih meningkatkan pelayanan di komunitas, salah satunya dengan mengadakan forum diskusi kepada para wanita yang menghadapi masa klimakterium. Kepada masyarakat, khususnya wanita-wanita yang memasuki

fase klimakterium, supaya menambah pengetahuan tentang klimakterium baik dari media elektronik maupun media cetak sehingga dapat menjalani kehidupan di saat klimakterium dengan lebih baik. Kepada keluarga agar dapat memberikan support system agar wanita yang akan memasuki masa klimakterium juga merasa mempunyai dukungan yang kuat dari keluarganya.

KEPUSTAKAAN

- Aziz, A. H. (2002). *Riset Keperawatan dan Tehnik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Alimul, H. A. (2006). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Azwar, M. (2007). *Membincangkan Menopause dan Andropause*. (<http://www.ugm.ac.id>. Di akses 13 Maret 2011).
- Baziad, A. (2003). *Menopause dan Andropause*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono.
- Dewi, N. S. (2007). Hubungan antara perubahan fisik dengan psikologis perempuan pada masa menopause. Di kutip tanggal 10 Oktober 2011, dari <http://www.psikologis-untar.com/psikologis/skripsi>.
- Kasdu, D. (2002). *Kiat Hidup Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*. Jakarta: Puspa Swara.
- Keliat, B. A. (1992). *Gangguan Konsep Diri*. Jakarta: EGC.
- Kountur, Ronny. (2007). *Metode Penelitian Untuk Penulisan Skripsi dan Tesis*. Jakarta: PPM.
- Manuaba, I. C. A. (2009). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita. (Edisi 2)*. Jakarta: Arcan.

- Manuaba, IBG. (1999). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Arcan.
- Mulyadi, R. (2003). *Kenalilah Rasa Cemas yang Tidak Rasional*. Jakarta: Sinar Harapan.
- Noor, S.R. (2006). *Tetap bergairah memasuki usia menopause*. dikutip tanggal 10 Oktober 2011, dari <http://sofia-psy-staf.ugm.ac.id/file/menopause>.
- Notoatmodjo. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sunaryo. (2004). *Psikologis Keperawatan*. Jakarta: EGC
- Stuart & Sundeen. (1991). *Buku Saku Keperawatan Jiwa. Edisi 1*. Jakarta: EGC.
- Stuart & Sundeen. (1998). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. St. Louise: Mosby-Year Book.
- Wartolah. (2004). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mulyadi, R. (2003). *Kenalilah Rasa Cemas yang Tidak Rasional*. Jakarta: Sinar Harapan.
- Noor, S.R. (2006). *Tetap bergairah memasuki usia menopause*. <http://sofia-psy-staf.ugm.ac.id/file/menopause>. (dikutip tanggal 10 Oktober 2011)
- Notoatmodjo. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sunaryo. (2004). *Psikologis Keperawatan*. Jakarta: EGC
- Stuart & Sundeen. (1991). *Buku Saku Keperawatan Jiwa. Edisi 1*. Jakarta: EGC.
- Stuart & Sundeen. (1998). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. St. Louise: Mosby-Year Book.
- Wartolah. (2004). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.