

## HUBUNGAN KARAKTERISTIK WANITA PREMENOPAUSE DENGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI BANDA ACEH

### *Relationship of The Characteristics of Premenopausal Women with Levels of Anxiety in The Face of Menopause in Banda Aceh*

**Dewi Hermawati**

Bagian Keilmuan Keperawatan Maternitas dan Anak, PSIK-FK Universitas Syiah Kuala Banda Aceh  
*Maternity and Pediatric Nursing Department, School of Nursing, Faculty of Medicine,  
Syiah Kuala University, Banda Aceh*  
E-mail: dewi\_1474@yahoo.co.id

#### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan karakteristik wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh. Desain penelitian ini adalah deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional* dengan populasi wanita berumur 40-50 tahun dan belum mengalami menopause. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling* pada 63 sampel. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 8-19 Desember 2010 di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh. Alat pengumpulan data berupa lembaran angket yang terdiri dari data demografi serta kuesioner untuk mengukur tingkat kecemasan dengan skala likert yang dilakukan dengan metode wawancara terpimpin. Data dianalisis dengan menggunakan statistik *Chi-square* dengan confidence interval 95% dan alpha ( $\alpha$ ) 0,05. Pengujian hipotesa jika p-value > nilai  $\alpha$  maka hipotesa null ( $H_0$ ) diterima. Hasil analisa bivariat menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara umur dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause ( $P=0,145$ ,  $P>\alpha$ ), dan tidak ada hubungan antara status perkawinan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause (nilai  $P=1,000$ ,  $P>\alpha$ ). Hasil penelitian juga menunjukkan ada hubungan antara pendidikan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause (nilai  $P=0,021$ ,  $P\leq\alpha$ ), ada hubungan antara pekerjaan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause ( $P=0,047$ ,  $P\leq\alpha$ ), ada hubungan antara pendapatan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause ( $P=0,018$ ,  $P\leq\alpha$ ). Berdasarkan hasil penelitian, peningkatan wawasan tentang perubahan yang terjadi menjelang menopause menjadi sangat penting untuk di terapkan pada wanita pramenopause. Hal ini dapat menurunkan kecemasan terhadap menopause serta dapat meningkatkan penerimaan terhadap menopause menjadi lebih baik.

Kata Kunci: Karakteristik, Kecemasan, Menopause

#### **ABSTRACT**

*This study aimed to determine the relationship of the characteristics of premenopausal women with levels of anxiety in the face of menopause in Gampong Lambaro Skep, Kuta Alam district, Banda Aceh. The study design is descriptive correlative with cross sectional approach to the female aged 40-50 years and have not experienced menopause. Sampling technique that used was purposive sampling to gain 63 samples. Data were collected on December 8 to 19, 2010 in Gampong Lambaro Skep, Kuta Alam District, Banda Aceh. Data collection tool in the form of questionnaire that consists of: demographic data and a set questionnaire to measure the level of anxiety by using Likert scale and by interviewing guided. Data were analyzed by using Chi-square with 95% confidence interval and alpha ( $\alpha$ ) of 0.05. The hypothesis test determined if p-value > value  $\alpha$  then the null hypothesis ( $H_0$ ) is accepted. The results of bivariate analysis showed that there was no relationship between age and level of anxiety in the face of menopause ( $P = 0.145$ ,  $P > \alpha$ ), and there was no association between marital status to the level of anxiety in the face of menopause ( $P = 1.000$ ,  $P > \alpha$ ). The results also showed no relationship between education and the level of anxiety in the face of menopause ( $P = 0.021$ ,  $P \leq \alpha$ ), there is a relationship between work and the level of anxiety in the face of menopause ( $P = 0.047$ ,  $P \leq \alpha$ ), and there is a relationship between income the level of anxiety in the face of menopause ( $P = 0.018$ ,  $P \leq \alpha$ ). Based on the results, increasing insight into the changes that occur during perimenopause is essential to be applied for premenopausal women. It can reduce anxiety about menopause and increase acceptance of menopause.*

Keywords: Characteristics, Anxiety, Menopause

**PENDAHULUAN**

Masa menopause merupakan awal dari masa klimakterium, yaitu fase terakhir dalam kehidupan wanita yang terjadi pada usia 45-50 tahun. Klimakterium yaitu masa peralihan yang dilalui seorang wanita dari periode produktif ke periode non-produktif. Tanda, gejala atau keluhan yang kemudian timbul sebagai akibat dari masa peralihan tersebut, disebut tanda dan gejala premenopause yang dapat berlangsung antara 5-10 tahun sekitar menopause (5 tahun sebelum dan 5 tahun sesudah) dimana pada fase ini kemampuan reproduksi mulai menurun (Kasdu, 2002). Ketika terjadi menopause akan menimbulkan gejala-gejala yang berbeda pada setiap orang, meskipun demikian dapatlah dikatakan bahwa gejala-gejala premenopause merupakan suatu gejala yang biasa disebut sindrom menopause, yang meliputi; ketidakteraturan siklus haid, gejalak panas (Hot Flushes), keringat di malam hari (night sweat), kekeringan vagina (dryness vaginal), penurunan daya ingat, kurang tidur (insomnia), rasa cemas (depresi) (Kuncoro, 2002).

Sebagian besar wanita tidak mengetahui bahwa perubahan tersebut suatu proses yang alami menjelang menopause yang dapat membuat mereka menjadi khawatir, cemas, dan bingung mengenai gejala-gejala tersebut. Kecemasan atau ansietas adalah respon emosional terhadap sesuatu yang berbahaya. Ansietas juga sangat berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Di mana keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik. Kapasitas untuk menjadi cemas diperlukan untuk bertahan hidup, tetapi tingkat kecemasan yang parah tidak sejalan dengan kehidupan (Stuart & Sunden, 1998).

Penelitian yang dilakukan oleh Aprilia (2008) di Kelurahan Darma Kecamatan Wonokromo Surabaya tentang faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada wanita premenopause, menunjukkan bahwa tingkat kecemasan wanita perimenopause di pengaruhi oleh faktor-faktor seperti pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, kondisi ekonomi dan gaya hidup. Penelitian serupa dari Yuliarti (2008) tentang perbedaan tingkat kecemasan wanita bekerja

dean tidak bekerja menghadapi menopause di desa Grambangan Kecamatan Tulangan Kab. Sidoarjo menunjukkan bahwa wanita tidak bekerja lebih banyak mengalami gejala-gejala timbulnya kecemasan dalam menghadapi menopause bila dibandingkan dengan wanita bekerja. Sebagian besar wanita tidak bekerja mengalami kecemasan ringan (36,20%) dan wanita bekerja tidak mengalami kecemasan (37,3%).

Tingkat kecemasan dalam memasuki masa menopause disebabkan karena perubahan kadar estrogen serta penyebab kekhawatiran lain dari faktor psikologis, faktor sosiokultural dan faktor organobiologik. Banyak wanita yang mengeluh bahwa dengan datangnya menopause mereka akan menjadi pencemas. Kecemasan yang muncul pada wanita menopause sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi suatu situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan. Wanita seperti ini sangat sensitif terhadap pengaruh emosional dari fluktuasi hormon. Umumnya mereka tidak mendapat informasi yang benar sehingga dibayangkannya adalah efek negatif yang akan dialami setelah memasuki masa menopause. Mereka cemas dengan berakhirnya era reproduksi yang berarti berhentinya nafsu seksual dan fisik (Rostiana, 2008). Beberapa faktor karakteristik seperti umur, pekerjaan, dan pendidikan dapat mempengaruhi kecemasan wanita dalam menghadapi menopause (Ayurai, 2009). Karakteristik adalah ciri-ciri khusus, sifat-sifat kejiwaan, akhlak, atau budi pekerti yang membedakan seseorang dari yang lain serta merupakan faktor yang mendukung dan menyebabkan terjadinya perubahan perilaku ke arah yang lebih baik (Rivai, 2007).

Berdasarkan hasil pengambilan data awal di Gampong Lambaro Skep didapatkan jumlah wanita yang berumur 40-50 tahun berjumlah 171 orang dari 1.090 kepala keluarga.

Dari hasil wawancara dengan beberapa wanita di Gampong tersebut didapatkan bahwa masalah kesehatan yang terjadi pada sebagian wanita premenopause di antaranya kemunduran dalam berbagai fungsi tubuh, seperti adanya perubahan fisik

dan psikis. Adapun yang dialami oleh sebagian wanita yaitu mulainya ketidakteraturan haid, sulit tidur nyenyak, menurunnya daya ingat, sulit berkonsentrasi, sehingga gejala-gejala tersebut dapat menimbulkan kecemasan dalam dirinya. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan karakteristik wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh Tahun 2010".

## METODE PENELITIAN

### Desain Penelitian

Desain penelitian ini berupa *deskriptif korelasi* yang bertujuan untuk memperoleh hubungan karakteristik wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh Tahun 2010. Pendekatan yang digunakan adalah *cross-sectional study*, yang menekankan pada waktu pengukuran variabel independen dan dependen dinilai secara simultan pada satu saat dan hanya satu kali (Arikunto, 2002).

### Populasi dan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang dibuat peneliti, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo, 2005). Adapun kriteria sampel penelitian ini adalah: 1) Wanita yang belum menopause, 2) Berada di Gampong Lambaro Skep, dan 3) Tidak mempunyai penyakit berat pada sistem (kardiovaskuler, respiratori, gastrointestinal). Sampel dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumus Slovin (Notoadmodjo, 2005). Berdasarkan rumus tersebut didapatkan sampel sebanyak 63 responden.

### Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh yang telah dilaksanakan pada tanggal 8-19 Desember 2010.

### Alat Pengumpulan Data

Alat pengumpulan berupa kuesioner yang terdiri dari 2 (dua) bagian, yaitu: bagian A berupa data demografi yang terdiri dari: umur, pendidikan, pekerjaan, penghasilan, status perkawinan. Bahagian B kuesioner dikembangkan dari kuesioner *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)*, untuk mengetahui tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause. Kuesioner *HRS-A* terdiri dari 14 kelompok gejala dengan penilaian antara 0-4 yang mewakili nilai 0 bila tidak ada gejala sampai nilai 4 bila gejala yang dirasakan berat sekali. Dari total nilai dapat di kategorikan pada nilai kurang dari 14 = tidak ada cemas (antisipasi), 14-20 = kecemasan ringan, 21-27 = kecemasan sedang, 28-41 = kecemasan berat, 42-56 = kecemasan berat sekali (panik).

## HASIL PENELITIAN

Pengumpulan data dilakukan mulai tanggal 8 Desember sampai dengan 19 Desember 2010 di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh tahun 2010 dengan jumlah responden 63 orang. Dari hasil jawaban responden didapatkan data sebagai berikut:

### Analisa Univariat

#### Karakteristik Responden

Data demografi yang merupakan karakteristik wanita premenopause pada variabel independen ini yang meliputi: umur, pendidikan, pekerjaan, pendapatan, dan status perkawinan yang dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1.1** Distribusi Frekuensi Data Demografi Wanita Premenopause Dalam Menghadapi Menopause di Gampong Lambaro Skep Banda Aceh Tahun 2010 (n=63)

No.	Data Demografi	Frekuensi (f)	Persen tase (%)
1.	Umur		
	responden	38	60,3
a.	40-45 tahun	25	39,7
b.	46-50 tahun		
	<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

No.	Data Demografi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
2.	<b>Pendidikan</b>		
	a. Rendah (SD, SMP)	16 31 16	25,4 49,2 25,4
	b. Menengah (SMA)		
	c. Tinggi (Diploma, Sarjana/P TN)		
	<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100</b>
3.	<b>Pekerjaan</b>		
	a. Tidak Bekerja	37 26	58,7 41,3
	b. Bekerja		
	<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100</b>
4.	<b>Pendapatan</b>		
	a. Di bawah UMP	45 18	71,4 28,6
	b. Di atas UMP		
	<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100</b>
5	<b>Status perkawinan</b>		
	a. Kawin	54 9	85,7 14,3
	b. Janda		
	<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer (diolah, 2010)

Berdasarkan tabel 1.1 dapat diketahui distribusi umur wanita premenopause terbanyak adalah 40-45 tahun berjumlah 38 responden (60,3%), dengan pendidikan paling banyak adalah pendidikan menengah (SMA) sebanyak 31 responden (49,2%). Bila ditinjau dari status perkawinan maka paling banyak adalah yang berstatus kawin sebanyak 54 responden (85,7%), sebanyak

**Tabel 1.3.** Hubungan Umur Wanita Premenopause Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh Tahun 2010 (n=63)

Umur	Tingkat Kecemasan		Jumlah	$\alpha$	P-value
	Tidak cemas	Cemas Ringan-Sedang			
40-45	28 (66,7%)	10 (47,6%)	38	0,05	0,145
46-50	14 (33,3%)	11 (52,4%)	25		
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>21</b>	<b>63</b>		

Sumber: Data Primer (diolah, 2010)

37 (58,7%) adalah wanita yang tidak bekerja (Ibu rumah tangga/IRT), dengan pendapatan maka paling banyak adalah yang pendapatannya di bawah UMP (< Rp.1.300,000) sebanyak 45 responden (71,4%).

### Tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause

Berdasarkan hasil penelitian terhadap variabel dependen yaitu tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause, dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 1.2.** Distribusi Frekuensi Wanita Premenopause Berdasarkan Tingkat Kecemasan Wanita Dalam Menghadapi Menopause di Gampong Lambaro Skep Banda Aceh Tahun 2010 (n=63)

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Tidak Cemas	42	66,7
2.	Cemas	16	25,4
3.	Ringan	5	7,9
4.	Cemas	0	0
5.	Sedang Cemas Berat Panik	0	0
<b>Jumlah</b>		<b>63</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer (diolah tahun 2010)

Berdasarkan data dari tabel 1.2 dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh 2010 sebagian besar pada kategori tidak ada kecemasan (antisipasi) yaitu berjumlah 42 responden (66,7%).

### Analisa Bivariat

Untuk menganalisa hubungan antara karakteristik wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause digunakan uji *Chi-square test* ( $\chi^2$ ), dengan tingkat kemaknaan probabilitas

nilai  $\alpha = 5\%$  (0,05). Hasil analisa statistik untuk melihat hubungan tersebut dapat dilihat pada tabel 1.3.

### Hubungan Umur Wanita Premenopause Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause.

Berdasarkan tabel 1.3 menunjukkan bahwa dari 38 responden dengan umur 40-45 tahun, sebanyak 28 responden (66,7%) berada pada tingkat kecemasan tidak cemas (antisipasi). Dan dari 25 responden dengan umur 46-50 tahun, sebanyak 14 responden (33,3%) juga berada pada tingkat kecemasan tidak cemas (antisipasi).

### Hubungan Pendidikan Wanita Premenopause Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause.

**Tabel 1.4** Hubungan Pendidikan Wanita Premenopause Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh Tahun 2010 (n=63)

Pendidikan	Tingkat Kecemasan		Jumlah	$\alpha$	P-value
	Tidak cemas	Cemas Ringan-Sedang			
Rendah (SD,SMP)	8 (19,0%)	8 (38,1%)	16	0,05	0,021
Menengah (SMA)	19 (45,2%)	12 (57,1%)	31		
Tinggi (Diploma, S1)	15 (35,7%)	1 (4,8%)	16		
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>21</b>	<b>63</b>		

Sumber: Data Primer (diolah, 2010)

Berdasarkan tabel 1.4 menunjukkan bahwa dari 31 responden dengan pendidikan menengah (SMA), sebanyak 19 responden (45,2%) berada pada tingkat kecemasan tidak cemas (antisipasi). Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan p-value 0,021 yang berarti p-value  $\leq 0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesa null (Ho) ditolak, yang berarti ada hubungan antara pendidikan wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh tahun 2010.

### Hubungan Pekerjaan Wanita Premenopause Dengan Tingkat

### Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause.

**Tabel 1.5** Hubungan Pekerjaan Wanita Premenopause Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh Tahun 2010 (n=63)

Pekerjaan	Tingkat Kecemasan		Jumlah	$\alpha$	P-value
	Tidak cemas	Cemas Ringan-Sedang			
Tidak bekerja	21 (50,0%)	16 (76,2%)	37	0,05	0,047
Bekerja	21 (50,0%)	5 (23,8%)	26		
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>21</b>	<b>63</b>		

Sumber: Data Primer (diolah, 2010)

Berdasarkan tabel 1.5 menunjukkan bahwa dari 37 responden yang tidak bekerja, sebanyak 21 responden (50,0%) berada pada tingkat kecemasan tidak cemas (antisipasi). Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan p-value 0,047 yang berarti p-value  $\leq 0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesa null (Ho) ditolak, yang berarti ada hubungan antara pekerjaan wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh tahun 2010.

### Hubungan Pendapatan Wanita Premenopause Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause.

**Tabel 1.6** Hubungan Pendapatan Wanita Premenopause Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh Tahun 2010 (n=63)

Pendapatan	Tingkat Kecemasan		Jumlah	$\alpha$	P-value
	Tidak cemas	Cemas Ringan-Sedang			
Dibawah UMP	26 (61,9%)	19 (90,5%)	45	0,05	0,018
Diatas UMP	16 (38,1%)	2 (9,5%)	18		
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>21</b>	<b>63</b>		

Sumber: data primer (diolah, 2010)

Berdasarkan tabel 1.6 menunjukkan bahwa 45 wanita dengan pendapatan di bawah UMP ( $< \text{Rp.1.300.00}$ ), sebanyak 26 responden (61,9%) berada pada tingkat kecemasan tidak cemas (antisipasi). Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan p-value 0,018 yang berarti p-value  $\leq 0,05$ .

Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesa null ( $H_0$ ) ditolak, yang berarti ada hubungan antara pendapatan wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh tahun 2010.

### Hubungan Status Perkawinan Wanita Premenopause Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause

**Tabel 1.7** Hubungan Status Perkawinan Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh Tahun 2010 (n=63)

Status Perkawinan	Tingkat Kecemasan		Jumlah	$\alpha$	P-value	Fisher's exact
	Tidak cemas	Cemas Ringan-Sedang				
Kawin	36 (85,7%)	18 (85,7%)	54	0,05	1,000	1,000
Janda	6 (14,3%)	3 (14,3%)	9			
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>21</b>	<b>63</b>			

Sumber: Data Primer (diolah, 2010)

Berdasarkan tabel 1.7 di atas menunjukkan bahwa dari 54 wanita dengan status kawin, sebanyak 36 responden (85,7%) berada pada tingkat kecemasan tidak cemas (antisipasi). Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh p-value adalah 1,000 namun karena masih terdapat 1 sel (25%) yang *expected count* nya kurang dari 5 maka digunakan nilai *Fisher's exact* yaitu 1,000 yang kemudian dibandingkan dengan nilai  $\alpha$  (0,05). Selanjutnya dilakukan pengujian hipotesa di mana nilai *Fisher's exact* (1,000)  $> \alpha$  (0,05). Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesa null ( $H_0$ ) diterima, yang berarti tidak ada hubungan antara status perkawinan wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh tahun 2010.

## PEMBAHASAN

**Gambaran tingkat kecemasan pada wanita premenopause dalam menghadapi**

### menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh tahun 2010.

Berdasarkan hasil penelitian yang ditunjukkan pada tabel 1.2 tentang tingkat kecemasan wanita premenopause dalam menghadapi menopause diperoleh bahwa 42 responden (66,7%) yang mempunyai tingkat kecemasan tidak cemas (antisipasi), 16 responden (25,4%) yang mempunyai tingkat kecemasan ringan, 5 responden (7,9%) yang mempunyai tingkat kecemasan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang dimiliki oleh wanita premenopause dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep berada pada katagori tidak cemas (antisipasi).

Seperti yang dikemukakan oleh Hidayat (2005), yaitu bila dilihat dari segi spiritual, masa menopause dianggap sebagai sesuatu yang patut disyukuri karena tidak semua orang diberi umur panjang dan diberi kesempatan untuk lebih banyak bertaubat, beribadah, dan beramal shaleh. Oleh karena itu, wajar bila perempuan-perempuan yang mempunyai pandangan demikian, dalam proses menjelang menopause dan seterusnya, tidak disertai dengan gejala yang mengkhawatirkan, baik klinis, psikis, maupun sosial. Hal ini dibuktikan dari hasil analisa data responden didapat bahwa 42 responden (66,7%) dari total 63 responden tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause. Dari hasil tersebut peneliti berpendapat bahwa tidak semua wanita akan mengalami kecemasan dalam menghadapi masa premenopause dan menopause. Hal ini sangatlah wajar bila dilihat dari segi sosial-budaya yang positif maupun lingkungan tempat dia berada dan juga mendapatkan dukungan dari orang-orang yang ada di sekelilingnya terutama keluarga. Di mana juga bila seseorang lebih mendekatkan diri dengan beribadah dan mengikuti kegiatan-kegiatan lainnya seperti pengajian maka jiwa mereka akan lebih tenang dan siap dalam menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi seiring dengan bertambahnya usia.

**Hubungan umur wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong**

**Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh Tahun 2010.**

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan p-value  $0,145 > 0,05$  sehingga hipotesa null ( $H_0$ ) diterima yang berarti tidak ada hubungan bermakna antara umur wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam tahun 2010. Dari hasil penelitian tersebut di atas menunjukkan bahwa wanita dengan usia 40-45 tidak berpengaruh terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause. Seperti pendapat yang dikemukakan oleh Baziad (2003), fase premenopause adalah fase antara usia 40 tahun dan dimulainya fase klimakterium. Keluhan klimakterium pada masa premenopause tidak selalu sama pada setiap wanita, tetapi rata-rata munculnya antara usia 40-50 tahun.

Menurut Notoatmodjo (2003), yang menyebutkan bahwa umur berpengaruh terhadap psikis seseorang. Biasanya semakin dewasa umur seseorang maka cenderung semakin menyadari dan mengetahui tentang permasalahan yang terjadi, semakin bertambah umur maka semakin banyak pengalaman yang diperoleh, sehingga seseorang dapat meningkatkan kematangan mental dan intelektualnya. Tidak semua wanita premenopause yang akan menghadapi perubahan menjelang menopause akan mengalami gangguan emosi-psikologi, karena sebenarnya semua itu ditentukan oleh faktor kepribadiannya, khususnya bagaimana ia menginterpretasikan dan menilai peristiwa tersebut. Bila perubahan menopause dipandang sebagai hal alamiah yang terjadi, maka patut disyukuri atas kenikmatan yang diberikan oleh Allah SWT, dan ia pun akan menghadapinya dengan penuh keikhlasan sehingga berbagai gangguan fisiologis yang dialaminya tidak berdampak pada gangguan psikologis.

Hal ini dibuktikan dari analisa data diperoleh bahwa dari 38 responden dengan umur 40-45 yang tidak mengalami kecemasan berjumlah 28 responden (66,7%), dan dari 25 responden dengan umur 46-50 yang tidak mengalami

kecemasan berjumlah 14 responden (33,3%).

**Hubungan pendidikan wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh tahun 2010.**

Berdasarkan uji statistik didapatkan p-value  $0,021 \leq 0,05$  sehingga hipotesa null ( $H_0$ ) ditolak yang berarti ada hubungan bermakna antara pendidikan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam tahun 2010. Pendidikan formal tinggi cenderung akan mempunyai pengetahuan yang lebih tinggi dibandingkan orang yang berpengetahuan rendah, oleh karena itu mereka yang berpengetahuan tinggi akan lebih mampu dan mudah memahami arti dan pentingnya kesehatan (Notoatmodjo, 1997).

Sebagian besar wanita klimakterium tidak mengetahui bahwa perubahan tersebut suatu proses yang alami menjelang menopause. Hal ini dipengaruhi beberapa faktor di antaranya umur, pekerjaan, dan pendidikan. Mereka juga khawatir dan bingung mengenai gejala-gejala tersebut sehingga aktif mencari pertolongan untuk mengidentifikasikannya, oleh karena itu ada baiknya jika seseorang wanita sudah mempersiapkan diri menghadapi masa klimakterium dengan pengetahuan yang memadai (Ayurai, 2009).

Dari hasil penelitian, didapatkan sebagian wanita ada yang belum mengerti dan tidak mengetahui kalau mereka berada pada masa premenopause. Dari hasil wawancara peneliti dengan beberapa responden tentang perubahan yang terjadi pada masa premenopause dan menopause menunjukkan kurangnya pemahaman untuk bisa membedakan perubahan yang terjadi selama masa ini, baik perubahan fisik dan psikologis, adapun beberapa responden mengalami gejala seperti menstruasi yang tidak teratur, sakit pada bagian otot-otot, mulai sulit untuk berkonsentrasi dan mudah lupa, mudah tersinggung, dan gejala-gejala lainnya. Mereka menganggap bahwa gejala yang terjadi dikarenakan usia yang semakin bertambah bukan karena perubahan alami yang terjadi di saat masa premenopause kan

tiba. Mereka mungkin kurang mendapat informasi mengenai perubahan selama masa premenopause dan menopause tersebut. Adapun hasil analisa data diperoleh bahwa dari 31 responden yang pendidikan menengah (SMA) mempunyai tingkat kecemasan ringan-sedang berjumlah 12 responden (57,1%).

#### **Hubungan pekerjaan wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh tahun 2010.**

Berdasarkan uji statistik didapatkan p-value  $0,047 \leq 0,05$  sehingga hipotesa null (Ho) ditolak yang berarti tidak ada hubungan bermakna antara pekerjaan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam tahun 2010. Dari hasil penelitian tersebut di atas menunjukkan bahwa wanita yang tidak bekerja dan bekerja tidak berpengaruh terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause.

Wanita karier adalah wanita yang memperoleh atau mengalami perkembangan dan kemajuan dalam pekerjaan, jabatan, dan lain-lain. Tak dapat disangkal lagi, kehadiran kaum wanita dalam dunia kerja besar manfaatnya dan perlu. Sebagai partner kaum pria, tidak hanya di rumah tapi juga dalam bekerja dengan menyalurkan potensi dan bakat-bakat mereka (Anoraga, 2005). Kecemasan menghadapi menopause adalah kecemasan yang dirasakan wanita ketika masa menopausenya kan tiba. Wanita bekerja tidak mudah mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause, karena wanita bekerja lebih mempunyai kesibukkan yang dapat mengalihkan keluhan-keluhan yang dirasakan menjelang menopause, sehingga kecemasannya lebih rendah dari pada wanita tidak bekerja ( Yuliastri, 2002).

#### **Hubungan pendapatan wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh tahun 2010.**

Berdasarkan uji statistik didapatkan p-value  $0,018 \leq 0,05$  sehingga hipotesa null

(Ho) ditolak yang berarti ada hubungan bermakna antara pendapatan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam tahun 2010. Dari hasil penelitian tersebut di atas menunjukkan bahwa wanita yang memiliki pendapatan lebih dan yang memiliki pendapatan kurang mempunyai pengaruh terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause. Pendapatan yang sangat minimal atau kurang memadai kurang mungkin pula untuk memenuhi kebutuhan gizi dalam keluarga tersebut. Sementara itu kerja faal tubuh harus disuplai energi yang diperoleh melalui metabolisme makanan yang padat gizi (Nugroho, 2000). Keadaan sosial ekonomi memegang peranan penting dalam meningkatkan status kesehatan keluarga. Di mana bila penghasilan tinggi maka pemanfaatan pelayanan kesehatan dan pencegahan penyakit juga meningkat dibandingkan dengan orang yang berpenghasilan rendah (Wijono, 1999).

Seseorang yang berasal dari keluarga berpenghasilan tinggi cenderung lebih mudah dalam memperoleh pelayanan dan informasi tentang kesehatan, dibandingkan dengan orang yang berasal dari keluarga berpenghasilan rendah. Keluarga dengan penghasilan tinggi cenderung mendapatkan kesempatan yang lebih tinggi untuk mendapatkan pengetahuan dan informasi tentang arti kesehatan dan manfaat dari pelayanan kesehatan (Azwar, 1996).

Menurut asumsi peneliti pendapatan dapat berpengaruh pada kesehatan seseorang di karenakan pendapatan yang cukup atau memadai akan dapat membantu masyarakat untuk menjangkau pelayanan kesehatan serta informasi kesehatan yang di perlukan. Jika seseorang mempunyai pendapatan yang tinggi maka dapat memperoleh pelayanan kesehatan maupun informasi kesehatan, dan dapat memenuhi kebutuhan gizi yang berpengaruh terhadap kualitas hidup seseorang tersebut.

Hal ini dapat di lihat dari hasil penelitian dimana dari 45 responden yang memiliki pendapatan di bawah UMP didapat 19 responden (90,5%) mempunyai tingkat kecemasan ringan-sedang. Sedangkan 18 responden yang memiliki pendapatan di atas



UMP didapatkan 2 responden (9,5%) mempunyai tingkat kecemasan ringan-sedang.

### **Hubungan status perkawinan wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh tahun 2010.**

Berdasarkan uji statistik didapatkan  $p\text{-value } 1,000 > 0,05$  sehingga hipotesa null ( $H_0$ ) ditolak yang berarti tidak ada hubungan bermakna antara status perkawinan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam tahun 2010. Dari hasil penelitian tersebut di atas menunjukkan bahwa wanita yang berstatus memiliki pasangan dan yang tidak lagi memiliki pasangan (janda) tidak berpengaruh terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause.

Berdasarkan status perkawinan, wanita yang tidak menikah dinilai lebih berisiko untuk mendapati menopause dalam waktu lebih awal. Begitu juga jika wanita tersebut berstatus sebagai janda. Kondisi ini dimungkinkan berhubungan dengan pengalaman psikis yang terjadi pada seorang wanita yang hidup tanpa atau tidak lagi dengan pasangannya (Nugroho, 2000). Lebih jauh menurut Kasdu (2002), banyak wanita yang mengeluh bahwa menjelang menopause mereka merasa menjadi pencemas. Kecemasan yang timbul sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan. Kecemasan pada wanita dalam menghadapi menopause umumnya bersifat relatif, artinya ada orang yang cemas dan dapat tenang kembali, setelah mendapatkan semangat/dukungan dari orang di sekitarnya, namun ada juga yang terus-menerus cemas, meskipun orang-orang di sekitarnya telah memberi dukungan. Akan tetapi banyak juga wanita yang menjelang menopause tidak mengalami perubahan yang berarti dalam kehidupannya.

Menurut asumsi peneliti, dari wawancara dengan beberapa responden yang berstatus janda didapatkan sebahagian dari mereka merasa cemas/ khawatir

terhadap dirinya. Hal ini bukan semata-mata cemas terhadap perubahan dirinya menjelang menopause tetapi lebih kepada kecemasan akan adanya pengalaman bencana tsunami mengingat daerah tempat dilakukan penelitian adalah daerah yang memiliki dampak terparah akibat tsunami. Seringkali mereka merasakan cemas/khawatir bila cuaca yang tidak baik, seperti mendung (hari tampak gelap), adanya angin yang kencang, mereka teringat kejadian Tsunami yang pernah dialami beberapa tahun yang lalu. Dalam menghadapi gejala premenopause ini, para wanita tersebut lebih mempasrahkan dirinya kepada tuhan yang maha esa, mereka yakin bahwa kehidupan mereka sangat berharga setelah selamat dari bencana Tsunami. Mereka tampak lebih bisa menyikapi perubahan yang terjadi pada dirinya, memperoleh dukungan dari keluarga serta mempunyai peran ganda sebagai orang tua dan juga ikut berperan dalam memenuhi kebutuhan keluarganya

### **PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, didapatkan kesimpulan penelitian berupa: tidak ada hubungan antara umur dan status perkawinan wanita premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh Tahun 2010 dengan  $p\text{-value } 0,145$  dan  $1,000$ . Terdapat hubungan antara pendidikan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh Tahun 2010 dengan  $p\text{-value } 0,021$ . Terdapat hubungan antara pekerjaan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh Tahun 2010 dengan  $p\text{-value } 0,0047$ . Terdapat hubungan antara pendapatan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Gampong Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh Tahun 2010 dengan nilai  $p\text{-value } 0,018$ . Kepada profesi keperawatan agar lebih meningkatkan pelayanan di

maternitas dengan meningkatkan upaya pemberian informasi kepada para wanita yang akan memasuki usia menjelang premenopause mengenai perubahan yang terjadi, sehingga terciptanya kondisi fisik dan psikologis yang sehat dan penerimaan masa menopause yang lebih baik. Berbagai metoda edukasi dapat di gunakan untuk menambah pengetahuan tentang menopause baik dari media elektronik maupun media cetak sehingga dapat menjalani kehidupan di saat menopause dengan lebih baik.

#### KEPUSTAKAAN

- Anoraga, P. (2005). Psikologi kerja. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aprilia. (2008). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada wanita premenopause. <http://www.adln.lib.unair.ac.id>. (dikutip pada 12 Maret 2010).
- Arikunto, S. (2002). Prosedur penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ayurai. (2009). Pengetahuan wanita klimakterium tentang perubahan siklus menstruasi. <http://ayurai.wordpress.com/2009/04/15/> (dikutip pada 28 April 2010).
- Azwar, A. (1996). Pengantar administrasi kesehatan. Jakarta: Binapura Aksara.
- Baziad, A. (2003). Menopause dan andropause. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Hidayat, A. (2005). Bunga rampai obsetri dan ginekologi sosial. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Kasdu. (2002). Kiat sehat dan bahagia diusia menopause. Jakarta: Puspa Swara.
- Kuncoro. (2002). Premenopause. <http://luluvikar.wordpress.com/2008/10/27/>. (dikutip pada 24 Mei 2010).
- Nugroho. (2000). Keperawatan gerontik. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. (1997). Pengantar kesehatan dan ilmu perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. (2003). Pendidikan dan perilaku kesehatan masyarakat. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. (2005). Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rivai, V. (2007). Kepemimpinan dan perilaku organisasi. Edisi kedua PT. Raja Grafindo Persada.
- Rostiana. (2008). Kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause. <http://repository.gunadarma.ac.id.8000>. (dikutip pada 24 Mei 2010).
- Stuart & Sundden. (1998). Buku saku keperawatan jiwa. Jakarta: EGC.
- Wijono, D. (1999). Manajemen mutu pelayanan kesehatan, volume I & II. Surabaya: Airlangga University Press.
- Yuliasri, D. (2002). Perbedaan tingkat kecemasan menghadapi menopause pada wanita bekerja dan tidak bekerja. <http://abstrak.unikom.ac.id>. (dikutip pada 12 Maret 2010).
- Yuliarti. (2008). Perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause antara wanita bekerja dan tidak bekerja. <http://www.adln.lib.unair.ac.id>. (dikutip pada 16 Maret 2010).