

# HUBUNGAN PENYULUHAN KESEHATAN MENOPAUSE TERHADAP KECEMASAN DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI DUSUN SELIS DESA BANDUNG KUTOARJO

Angga Heni Pertiwi

## INTISARI

**Latar Belakang :** Menopause merupakan hal yang secara alamiah akan dialami tiap perempuan menurut *national institutes of health, Amerika Serikat*, menopause merupakan tahap akhir proses biologi yang dialami wanita berupa penurunan produksi hormon seks perempuan, yakni estrogen dan progesteron dari indung telur sehingga berpengaruh pada kecemasan seseorang dalam menghadapi menopause.

**Tujuan Penelitian :** Untuk menganalisis hubungan pengetahuan ibu tentang menopause dengan kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Bandung Selis Kecamatan Kutoarjo Kabupaten Purworejo.

**Metode Penelitian :** Jenis penelitian *analitik korelasional* dengan pendekatan waktu cross sectional. Subjek dalam penelitian ini adalah ibu-ibu usia 35-45 tahun di Desa Bandung Selis. Waktu penelitian pada bulan Juni 2011. Pengambilan sampel dengan teknik total sampling, Pengumpulan data dari data primer melalui kuesioner yang telah diuji validitas dan realibilitas.

**Hasil Penelitian :** Sebagian besar responden berusia 35-45 tahun dengan pekerjaan terbanyak sebagai ibu rumah tangga, tingkat pendidikan terbanyak yaitu SLTP. Pada pretest sebagian besar memiliki pengetahuan sedang tentang menopause hal ini berpengaruh pada kecemasan dalam menghadapi menopause, namun setelah dilakukan sedikit *treatment* berupa penyuluhan pada posttest pengetahuan tinggi tentang menopause dan kecemasan berkurang.

**Kesimpulan :** Sebagian besar responden mempunyai pengetahuan sedang tentang menopause sehingga berpengaruh terhadap kecemasan dalam menghadapi menopause.

**Saran :** Diharapkan tenaga kesehatan memberikan penyuluhan tentang menopause kepada ibu premenopause agar ibu tidak cemas dalam menghadapi menopause.

Kata kunci : Tingkat pengetahuan pada wanita, Menopause, Kecemasan

## PENDAHULUAN

Wanita adalah orang yang mempunyai vagina, dapat menstruasi, hamil, melahirkan anak dan menyusui (Kamus Bahasa Indonesia). Menopause terjadi pada akhir suatu siklus yang dimulai pada masa remaja dengan munculnya menarche. Umumnya wanita barat pertama kali mendapat menstruasi pada usia 12 tahun, sedangkan haid berakhir pada usia 25 sampai 63 tahun. Relatif sedikit wanita mulai menopause pada usia 40 tahun dan beberapa mengalaminya setelah usia 40 tahun. Masa ini dikenal dengan masa pra-menopause (Depkes RI, 2005).

Menopause merupakan hal yang secara alamiah akan dialami tiap perempuan menurut *national institutes of health, Amerika Serikat*, menopause merupakan tahap akhir proses biologi yang dialami wanita berupa penurunan produksi hormon seks perempuan, yakni estrogen dan progesteron dari indung telur (BKKBN, 2006). Walaupun kebanyakan wanita mengalami perubahan ini antara usia 48 dan 52 tahun, beberapa yang lain berhenti haid pada akhir 30-an atau awal 40-an dan yang lain terus mengalami haid hingga pertengahan 50-an (BKKBN, 2006).

Menurut Dinas Kabupaten Purworejo tahun 2009 jumlah sasaran

wanita menopause di Purworejo adalah 890 orang. Tingkat pengetahuan yang tinggi tentang menopause akan memberikan pengetahuan seseorang wanita telah mengetahui bahwa menopause merupakan perjalanan normal seorang wanita sehingga akan berpengaruh pada kecemasan wanita dalam menghadapi menopause.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilaksanakan pada tanggal 4 Maret 2011 yang dilakukan penulis di Dusun Selis Desa Bandung, Kecamatan Kutoarjo Kabupaten Purworejo. Didapatkan 5 orang dari 9 orang mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause dari uraian diatas maka penulis tertarik mengambil judul hubungan penyuluhan kesehatan menopause terhadap kecemasan dalam menghadapi menopause di Dusun Selis Desa Bandung, Kutoarjo karena jumlah menopause yang ada di desa tersebut masih mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause.

## METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen, peneliti mencoba untuk mencari adanya perbedaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan (Notoatmodjo, 2005). Pendekatan waktu yang digunakan adalah cross sectional, yaitu penelitian untuk meneliti hal yang ada tanpa memberikan perlakuan dan untuk mengetahui hubungan antar variabel terikat dan variabel bebas yang diobservasi pada waktu yang sama dan tiap subjek hanya diobservasi sekali saja (Notoatmodjo, 2005). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling yaitu mengambil semua populasi untuk dijadikan sampel karena jumlah populasi kurang dari 100 sehingga penelitian ini disebut penelitian populasi (Arikunto, 2006).

Analisa data dalam penelitian ini, menggunakan uji statistik nonparameter teknik analisis bivariat dengan uji korelasi

chi square. menggunakan analisis bivariat dengan rumus *chi square* dengan taraf signifikan 0,05 untuk mengetahui hubungan kedua variabel.

## HASIL PENELITIAN

1. Pengetahuan Ibu tentang Menopause  
Berdasarkan hasil analisis pengetahuan ibu tentang menopause diperoleh gambaran seperti pada tabel 4.1 berikut ini :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan tentang Menopause

No	Pengetahuan	Pretest		Posttest	
		f	%	f	%
1	Tinggi	4	12,5	26	81,3
2	Sedang	17	53,1	5	15,6
3	Rendah	11	34,4	1	3,1
Jumlah		32	100	32	100

Sumber : data primer diolah, 2011

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui pada waktu *posttest* pengetahuan responden lebih tinggi dibandingkan pada saat *pretest*.

Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menopause

Berdasarkan hasil analisis data penggunaan Tingkat Kecemasan responden dalam menghadapi menopause pada *pretest* dan *posttest* adalah sebagai berikut:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menopause

No	Tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause	Pretest		Posttest	
		f	%	f	%
1	Cemas	25	78,1	8	25
2	Tidak Cemas	7	21,9	24	75
Jumlah		32	100	32	100

Sumber : data primer diolah, 2011

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui responden yang mengalami

kecemasan dalam menghadapi menopause pada pretest adalah 25 orang (78,1%), kemudian pada posttest mengalami penurunan menjadi 8 orang (25,0%).

#### Hubungan Penyuluhan Kesehatan tentang Menopause dengan Kecemasan dalam Menghadapi Menopause

Untuk mengetahui hubungan penyuluhan kesehatan tentang menopause dengan kecemasan dalam menghadapi menopause di Dusun Selis Desa Bandung pada penelitian menggunakan Uji Chi Square. Berikut ini disajikan tabulasi silang antara pengetahuan tentang menopause pada pretest dan posttest

Tabel 3 Tabulasi Silang antara Penyuluhan Kesehatan tentang Menopause dengan Kecemasan dalam Menghadapi Menopause di Dusun Selis Desa Bandung Kecamatan Kutoarjo Tahun 2011

No	Pengetahuan tentang Menopause	Cemas		Tidak Cemas
		f	%	f
<b>Pretest</b>				
1	Tinggi 75	1	25	3
2	Sedang 17,6	14	82,4	3
3	Rendah 9,1	10	90,9	1
<b>Posttest</b>				
1	Tinggi 84,6	4	15,4	22
2	Sedang 40	3	60	2
3	Rendah 0	1	100	0

X<sup>2</sup> hitung = 18,080 p=0,000, C=0,469

Sumber : data primer diolah, 2011

Pada tabel 3 diketahui pada pretest pada pengetahuan tentang menopause tinggi sebanyak 75 % tidak cemas dalam menghadapi

menopause dan 25% cemas dalam menghadapi menopause. Responden dengan pengetahuan tentang menopause sedang sebanyak 82,4% cemas menghadapi menopause, dan 17,6% cemas dalam menghadapi menopause. Responden yang memiliki pengetahuan tentang menopause rendah sebanyak 90,9% cemas dalam menghadapi menopause dan 9,1% tidak cemas dalam menghadapi menopause.

Pada posttest responden pengetahuan tentang menopause kategori tinggi 84,6% tidak cemas dalam menghadapi menopause, pengetahuan tentang menopause kategori sedang 60% menyatakan cemas dalam menghadapi dan pengetahuan responden tentang menopause kategori kurang menyatakan cemas dalam menghadapi menopause.

Hasil uji hubungan penyuluhan kesehatan tentang menopause dengan kecemasan dalam menghadapi menopause diperoleh X<sup>2</sup> hitung sebesar 18,080 dengan p=0,000. Kriteria pengujian hipotesis adalah jika p<0,05 maka H<sub>0</sub> ditolak, dan sebaliknya jika p>0,05 maka H<sub>0</sub> diterima. Karena p<0,05 maka H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>a</sub> diterima, berarti ada hubungan penyuluhan kesehatan tentang menopause dengan kecemasan dalam menghadapi menopause.

Angka koefisien kontingensi (C) diperoleh 0,459 menunjukkan kekuatan hubungan penyuluhan kesehatan tentang menopause dengan kecemasan dalam menghadapi menopause adalah sedang.

#### PEMBAHASAN

##### Penyuluhan tentang Menopause

Pada penyuluhan kesehatan tentang menopause pengetahuan sebagian besar responden pada pretest adalah sedang yaitu 53,1%.

Tetapi masih terdapat pengetahuan responden tentang menopause kategori rendah yaitu 34,4%.

Menurut Notoatmodjo (2007) beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu pendidikan, sosial ekonomi, pengalaman dan kultur atau budaya dimana individu bertempat tinggal. Sebagian besar responden memiliki pendidikan SMA yaitu 50,0%. Sehingga secara umum pendidikan responden dapat dikatakan tinggi. Namun, masih terdapat pendidikan setingkat SMP yaitu 34,4%.

Pendidikan yang tinggi akan berpengaruh pada penerimaan hal-hal baru dan dapat menyesuaikan diri dengan hal baru tersebut, termasuk pengetahuan tentang menopause pada responden. Pendidikan sebagian responden yang relatif rendah yaitu SLTP menyebabkan kemampuan responden dalam penerimaan dan penyesuaian diri dengan sesuatu yang baru lebih rendah dibandingkan responden yang memiliki pendidikan tinggi, dan selanjutnya dapat berpengaruh pada pengetahuan responden tentang menopause menjadi rendah.

Pekerjaan sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga tanpa dibebani profesi lainnya seharusnya sebagian responden memiliki waktu yang lebih luas untuk menambah pengetahuan dibandingkan responden yang mempunyai profesi khusus seperti pedagang, pegawai swasta maupun PNS. Namun, berdasarkan wawancara peneliti terhadap sebagian responden, responden mengaku belum pernah mendapatkan penyuluhan maupun konseling secara khusus yang membahas tentang menopause.

Hal ini dapat mempengaruhi pengetahuan responden tentang menopause menjadi rendah, dan

selanjutnya dapat mempengaruhi persepsi responden yang salah dalam menghadapi menopause antara lain berbentuk kecemasan dalam menghadapi menopause.

Setelah penulis melakukan sedikit treatment berupa penyuluhan pada posttest diperoleh pengetahuan responden tentang menopause ditunjukkan dengan 81,3% responden memiliki pengetahuan yang tinggi tentang menopause, dan minimal diharapkan dapat mengurangi kecemasan mereka dalam menghadapi menopause.

Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menopause

Hasil penelitian menunjukkan responden yang mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause pada pretest adalah 78,1%, dan turun menjadi 25% pada posttest.

Banyak ibu-ibu yang mengeluh bahwa setelah menopause dan lansia merasa menjadi pencemas. Kecemasan yang timbul sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan (Kuntjoro, 2002).

Teori interpersonal Sullivan menjelaskan bahwa kecemasan timbul dari perasaan takut terhadap ketidaksetujuan dan penolakan interpersonal. Kecemasan juga berhubungan dengan perkembangan trauma, individu dengan harga diri rendah terutama rentan mengalami kecemasan yang berat (Stuart, 2001).

Menurut Stuart (2001) kecemasan terjadi karena dua faktor yaitu ancaman integritas fisik dan ancaman sistem diri. Ancaman integritas meliputi disabilitas fisiologis yang akan terjadi atau penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas hidup sehari-hari. Ancaman sistem diri meliputi merupakan ancaman yang dapat membahayakan

identitas, harga diri, dan fungsi sosial yang terintegrasi pada individu.

Hubungan Penyuluhan Kesehatan tentang Menopause dengan Kecemasan Menghadapi Menopause di Dusun Selis Desa Bandung Kutoarjo

Hasil penelitian pada pretest pada pengetahuan tentang menopause tinggi sebanyak 75 % tidak cemas dalam menghadapi menopause. Responden dengan pengetahuan tentang menopause sedang sebanyak 82,4% cemas menghadapi. Responden yang memiliki pengetahuan tentang menopause rendah sebanyak 90,9% cemas dalam menghadapi menopause.

Pada posttest responden pengetahuan tentang menopause kategori tinggi 84,6% tidak cemas dalam menghadapi menopause, pengetahuan tentang menopause kategori sedang 60% menyatakan cemas dalam menghadapi dan pengetahuan responden tentang menopause kategori kurang menyatakan cemas dalam menghadapi menopause.

Artinya semakin tinggi pengetahuan tentang menopause memiliki kecenderungan responden tidak cemas dalam menghadapi menopause dan sebaliknya bila pengetahuan tentang menopause rendah dapat mengakibatkan responden cemas dalam menghadapi menopause.

Hasil uji hubungan Penyuluhan kesehatan tentang menopause menggunakan Chi Square diperoleh  $X^2$  hitung sebesar 18,080 dengan  $p=0,000$  lebih kecil dari 0,05 menunjukkan  $H_0$  penelitian ditolak, berarti ada hubungan penyuluhan kesehatan tentang menopause dengan kecemasan dalam menghadapi menopause di Dusun Selis Desa Bandung Kutoarjo. Kecemasan dapat

terjadi antara dipengaruhi faktor pengetahuan yang rendah.

Pengetahuan yang rendah mengakibatkan seseorang mudah mengalami stress. ketidaktahuan terhadap suatu hal dianggap sebagai tekanan yang dapat mengakibatkan krisis dan dapat menimbulkan kecemasan. Stress dan kecemasan dapat terjadi pada individu dengan tingkat pengetahuan yang rendah, disebabkan karena kurangnya informasi yang diperoleh.

#### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Penyuluhan Kesehatan tentang menopause di Dusun Selis Desa Bandung, Kutoarjo sebagian 53,1% termasuk kategori kategori sedang pada posttest, dan 81,3% responden memiliki pengetahuan Pengetahuan tentang menopause pada wanita di Dusun Selis Desa Bandung, Kutoarjo kategori tinggi pada posttest.
2. Kecemasan dalam menghadapi menopause pada wanita di Dusun Selis Desa Bandung, Kutoarjo yaitu 78,1% responden menyatakan cemas dalam menghadapi menopause pada pretest, dan meningkatkan menjadi 75% menyatakan tidak cemas dalam menghadapi menopause pada posttest.
3. Ada hubungan penyuluhan kesehatan tentang menopause terhadap kecemasan dalam menghadapi menopause di Dusun selis Desa Bandung Kecamatan Kutoarjo.

#### SARAN

1. Bagi Masyarakat di Dusun Selis Desa Bandung, Kutoarjo  
Bagi masyarakat terutama tokoh-tokoh masyarakat dan kader masyarakat diharapkan dapat terus bekerja sama dengan tenaga

kesehatan atau instansi terkait untuk dapat meningkatkan derajat kesehatan ibu-ibu menopause pada umumnya dan ibu-ibu premenopause pada khususnya sehingga kecemasan dalam menghadapi dan menjalani menopause dapat ditekan.

2. Bagi Tenaga kesehatan di Dusun Selis Desa Bandung

Bidan di Dusun Selis Desa Bandung maupun tenaga kesehatan lainnya dapat memberikan penyuluhan tentang menopause wanita di Desa Bandung Selis sehingga tidak cemas dalam menghadapinya.

3. Bagi Penelitian lain

Penelitian selanjutnya sebaiknya mempersiapkan desain penelitian dan menambah jumlah sampel bisa memperoleh hasil penelitian yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- BKKBN. (2006). *Menopause*. <http://www.bkkbn.co.id>, di akses tanggal 5 maret 2011.
- Carpenito, (2001). *Klasifikasi Tingkat Kecemasan*.<http://mitrariset.blogspot.com>. Di akses tanggal 12 Maret 2011.
- Dewi. (2008). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Menopause*. Bantul Yogyakarta.
- Departemen Kesehatan RI. (2001). *Capaian Target Pembangunan Kesehatan*.  
<http://www.depkes.co.id>, diperoleh tanggal 3 Maret 2011
- Departemen Kesehatan RI. (2005). *Capaian Target Pembangunan Kesehatan*.  
<http://www.depkes.co.id>, diperoleh tanggal 3 Maret 2011
- Hastuti. (2007). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Kesehatan*. Ngoresan Jebres Surakarta.
- Hawari, (2006).*Menopause*. <http://klinis.wordpress.com>. Di akses 7 februari 2011.
- Hidayat, A.A. (2007). *Metode Penelitian Kebidanan: Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kuntjoro, Z.S. (2002). *Menopause*.<http://www.menopause.co.id>. Di akses tanggal 7 februari 2011.
- Iilhaimi. (2007). *Pelayanan Kesehatan Reproduksi Pada Wanita Periode Menopause*. Yogyakarta.
- Manuaba, Ida Bagus Gede, dkk. (2009). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta: EGC
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2007). *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2009). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.

- Prawirohardjo, Sarwono. (2002). Cet. 4. *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2003). Cet. 4. *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2005). Cet. 4. *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2008). Cet. 4. *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta.
- Purwandari. (2004). *Kesiapan Wanita Menghadapi Menopause dan Keluhan Timbul Saat Menopause*. Gondokusuman.
- Sugiyono. (2007). *Statistika Untuk Penelitian*. CV Alfabeta. Bandung.
- Taufiqurrohman, M. A. (2004). *Pengantar Metodologi Penelitian untuk Ilmu Kesehatan*. Surakarta: CSGF.
- Winson, V. Nicola and Sandra Mc.Donald (2005). *Kamus Bahasa Indonesia*. EGC. Jakarta.