

Article

Analisis faktor kesiapan dengan tingkat kecemasan ibu pre menopause dalam menghadapi menopause

Alis Nur Diana¹

¹Dosen Program studi DIV Kebidanan Stikes Ngudia Husada Madura Bangkalan

SUBMISSION TRACK

Received: January 15, 2021

Final Revision: February 20, 2021

Available Online: March 29, 2021

Pre Menopause, kesiapan, kecemasan

ALIS NUR DIANA, S.ST.,M,KES

Phone: 087729061985

E-mail: alisnurdiana@gmail.com

ABSTRACT

Premenopause merupakan masa dimana tubuh mulai bertransisi menuju menopause, terjadi pada usia 40-an dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun. Berdasarkan studi pendahuluan di RT 04 RW 07 Desa Banyuajuh Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan pada tanggal 20 September 2020 kepada 10 ibu premenopause usia 40-50 tahun. responden yang mengalami kecemasan berat sebanyak 7 orang (70%), Sedangkan yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 3 orang (30%). Tujuan penelitian untuk menganalisa hubungan antara kesiapan dengan tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi menopause di RT 04 RW 07 Desa Banyuajuh Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan studi *cross sectional*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, data diambil sebagian dari jumlah populasi responden di RT 04 RW 07 Desa Banyuajuh Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan dengan teknik *Simple Random Sampling* sebanyak 38 responden dan hasilnya dianalisa korelasi menggunakan Uji statistik Korelasi *Spearman Rank (Rho)*.

Hasil penelitian menunjukkan 52,7% responden cukup siap dalam menghadapi menopause dan 63,2% responden mengalami kecemasan berat. Uji statistik Korelasi *Spearman Rank (Rho)* menunjukkan bahwa besarnya koefisien korelasi spearman rho yaitu 0,240 dengan signifikansi sebesar 0,147 atau 14,7%, pada taraf kesalahan 5% (0,05) maka diperoleh nilai rho tabel sebesar 0,321. Hal ini berarti nilai rho hitung < rho tabel (0,240 < 0,321). Dengan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara kesiapan dengan tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi menopause.

I. INTRODUCTION

Premenopause merupakan masa dimana tubuh mulai bertransisi menuju menopause. Masa ini terjadi selama dua hingga delapan tahun. Gejala ini alamiah, karena merupakan tanda dan proses berhentinya masa reproduksi. Masa premenopause terjadi pada usia 40-an dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun. Sekitar 40–85% dari semua wanita pada rentang usia *klimaterik* mempunyai keluhan, baik keluhan fisik maupun psikologis (Proverawati, 2010)..

Berdasarkan data yang diperoleh dari WHO ledakan menopause pada tahun-tahun mendatang sulit sekali dibendung. WHO memperkirakan di tahun 2030 nanti ada 1,2 milyar wanita yang berusia 50 tahun. Sebagian besar dari mereka (sekitar 80 %) tinggal di negara berkembang. Jumlah penduduk wanita indonesia tahun 2014 berdasarkan usia produktif (15-64 tahun) yakni 83 juta, sedangkan wanita usia non produktif (> 60 tahun) yakni 10,4 juta. Provinsi Jawa Timur termasuk jumlah penduduk tertinggi ke dua di Indonesia. Jumlah penduduk wanitanya mencapai 19,5 juta yang terdiri dari jumlah wanita usia produktif (50-65 tahun) yakni 2,7 juta sedangkan wanita usia non produktif (> 60 tahun) yakni 1,6 juta (Kemenkes RI, 2015). Dengan meningkatnya jumlah lanjut usia, tentunya akan diikuti dengan meningkatnya permasalahan kesehatan pada lanjut usia (Supriyantoro, 2012). Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di RT 04 RW 07 Desa Banyuajuh Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan pada tanggal 20 September 2020 kepada 10 ibu premenopause yang berusia 40-50 tahun. Ibu yang mengalami kecemasan berat sebanyak 7 orang (70%), sedangkan yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 3 orang (30%). Berdasarkan fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian Hubungan antara kesiapan dengan tingkat kecemasan ibu pre menopause dalam menghadapi menopause.

Dampak dari kecemasan tersebut jika tidak ditangani mengakibatkan gangguan psikomatik, seperti cepat marah, merasa khawatir terus-menerus, merasa tidak percaya diri, depresi ringan hingga depresi berat, gangguan tidur, nafsu makan terganggu, mudah terserang penyakit, bahkan ada yang tidak mau bertemu orang lain, yang tentunya hal ini akan mempengaruhi proses kualitas hidup dan proses sosialisasi wanita menopause. Jika hal ini terus berlanjut maka penurunan kualitas hidup wanita menopause bisa menambah angka kematian (Lestary, 2010). Menurut Ryff (2000) dalam Wulandari (2010) salah satu solusi untuk mencegah terjadinya kecemasan menghadapi premenopause adalah dengan penerimaan diri sebagai individu yang memiliki pandangan positif tentang dirinya, mengakui dan menerima segi yang berbeda dari dirinya. Dukungan keluarga dan suami sangat dibutuhkan dalam mempersiapkan ibu premenopause menghadapi masa menopause dengan cara penerimaan suami yang tidak memperlakukan istri yang akan mengalami masa menopause nantinya, serta melalui religiusitas dengan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan maka akan memberikan kemantapan psikologis pada ibu premenopause dalam menghadapi masa menopause nantinya (Prasetya dkk, 2012). Peran tenaga kesehatan juga sangat dibutuhkan dalam penanganan kecemasan ibu premenopause dengan adanya posyandu lansia dan penyuluhan/pendidikan kesehatan menopause dapat membantu wanita dalam mendapatkan informasi yang tepat tentang menopause.

Dampak dari terjadinya IUFD akan mengakibatkan pembekuan intravaskuler yang akan menyebabkan terjadinya perdarahan post partum. Perdarahan post partum biasanya berlangsung 2-3 minggu setelah janin mati (Flenady, 2011).

II. METHODS

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu "*Analytic Correlative*

dengan pendekatan *Cross Sectional*". *Analytic Correlative* artinya penelitian bertujuan untuk melakukan analisis korelatif antar variabel. Hubungan korelatif mengacu pada kecenderungan bahwa variasi suatu variabel diikuti oleh variabel lain. *Cross sectional* artinya jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen dinilai hanya satu kali pada satu saat (Nursalam, 2014).

Populasi penelitian ini adalah perempuan usia premenopause (40-50 tahun) di RT 04 RW 07 Desa Banyuajuh Kec. Kamal Kab. Bangkalan sebanyak 42 ibu premenopause dengan jumlah sample 38. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *Probability sampling* dengan teknik *Simple random sampling*. Instrumen penelitian untuk variabel yang pertama yaitu kesiapan ibu dalam menghadapi menopause, variabel kedua yaitu tingkat kecemasan ibu premenopause menghadapi menopause yaitu menggunakan skala HARS yang dikombinasi oleh kuesioner tentang menopause. Data dari responden kemudian akan ditinjau untuk proses *editing*, *scoring*, *coding* dan *tabulating* sebelum dianalisis. Analisis data dilakukan secara univariat dengan table distribusi frekuensi serta bivariat yaitu : uji *spearmanrank*

III. RESULT

Umur

Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur responden

Umur	Frekuensi	Persentase %
40-43	20	52,6
44-47	10	26,3
48-50	8	21,1
Total	38	100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar umur responden 40-43 tahun yaitu sebanyak 20 orang (52,6 %).

.Pekerjaan

Tabel 4.2 Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase %
IRT	22	57,9
WIRASWASTA	4	0,5
SWASTA	7	18,4
GURU	5	13,2
Total	38	100

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pekerjaan responden adalah ibu rumah tangga sebanyak 22 orang (57,9 %).

Pendidikan

Tabel 4.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD/MI	1	2,6
SMP/MTs/SLTP	4	10,5
SMA/MA/SMK	23	60,6
PERGURUAN TINGGI	10	26,3
TOTAL	14	100,0

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pendidikan responden adalah SMA/MA/SMK sebanyak 23 orang (60,6 %).

Jumlah anak

Tabel 4.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jumlah anak responden

Jumlah Anak	Frekuensi	Persentase %
Tidak ada	2	5,3
Satu	7	18,4
Lebih dari satu	29	76,3
Total	38	100

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar jumlah anak responden adalah lebih dari satu sebanyak 29 orang (76,3 %).

Kesiapan

Tabel 4.5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kesiapan ibu premenopause dalam menghadapi menopause.

Kesiapan	Frekuensi	Persentase %
Tidak siap	17	44,7
Cukup siap	20	52,7
Siap	1	2,6
Total	38	100

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden cukup siap menghadapi menopause yaitu sebanyak 20 orang (52,7 %).

Tingkat Kecemasan

Tabel 4.6 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi menopause

Kecemasan	Frekuensi	Persentasi %
Tidak ada	0	0
Ringan	1	2,6
Sedang	13	34,2
Berat	24	63,2
Total	38	100

Sumber: data primer, 2020

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi dapat disimpulkan sebagian besar responden mengalami kecemasan berat yaitu sebanyak 24 orang (63,2%).

Tabel 4.7 Distribusi frekuensi responden berdasarkan hubungan antara kesiapan dengan tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi menopause.

Tingkat Kecemasan	Tidak Ada		Ringan		Sedang		Berat		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Tidak Siap	0	0	1	2,6	8	21,1	8	21,1	1	44,7
Cukup Siap	0	0	0	0	4	10,5	6	15,6	2	5,2
Siap	0	0	0	0	1	2,6	0	0	1	2,6
Total	0	0	1	2,6	13	34,2	14	36,8	3	7,8

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi hubungan antara kesiapan dengan tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi menopause dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden dengan kriteria kesiapan yang cukup siap dalam menghadapi menopause mengalami tingkat kecemasan berat sebanyak 16 orang (42,1%).

Tabel 4.8 Uji Statistik Spearman Rank (Rho) hubungan antara kesiapan dengan tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi menopause.

Correlations				
		KESIAPAN	TINGKAT KECEMASAN	
Spearman's rho	KESIAPAN	1,000		
	Correlation Coefficient			
	Sig. (2-tailed)			
		N	38	38
TINGKAT KECEMASAN	Correlation Coefficient	,240	1,000	
	Sig. (2-tailed)	,147		
	N	38	38	

Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan program SPSS menunjukkan bahwa uji statistik Spearman Rank (Rho) diketahui besarnya koefisien korelasi spearman rho yaitu 0,240 dengan signifikansi sebesar 0,147 atau 14,7 %, pada taraf kesalahan 5% (0,05) maka diperoleh nilai rho tabel sebesar 0,321. Hal ini berarti nilai rho hitung < rho tabel (0,240 < 0,321). Dengan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa Ha ditolak artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara kesiapan dengan tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi menopause.

IV. DISCUSSION

Gambaran Kesiapan Ibu premenopause Dalam Menghadapi Menopause

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Distribusi responden berdasarkan kesiapan menghadapi menopause sebagian besar termasuk dalam kriteria cukup siap sebanyak 52,6%. Responden yang tidak siap (44,7%) menghadapi menopause. Secara fisik, psikologi maupun spiritual responden harus siap dalam menghadapi perubahan menopause karena dengan ini responden akan lebih tenang secara psikologi menghadapi masa menopause. Seorang wanita yang

menjelang menopause sebaiknya selalu berpikir positif bahwa kondisi tersebut merupakan sesuatu yang sifatnya alami. Masa perubahan ini akan dapat dilalui dengan baik, tanpa gangguan yang berarti, jika wanita tersebut mampu menyesuaikan diri dengan kondisi baru yang muncul. Menurut Maspaitela (2010), faktor penentu apakah wanita tersebut siap dengan datangnya masa menopause ini ada di tangan wanita itu sendiri. Kesiapan seorang perempuan menghadapi masa menopause akan sangat membantu dalam menjalani masa menopause ini dengan lebih baik .

Gambaran Kecemasan Ibu Premenopause Dalam menghadapi Menopause

Hasil penelitian menunjukkan dari 38 responden sebagian besar mengalami kecemasan berat (63,2%) dan masih belum ada (0%) responden yang tidak mengalami kecemasan, kecemasan sedang (34,2%).

Hal ini menunjukkan bahwa menurut hasil penelitian, ibu yang mengalami kecemasan berat merupakan individu cenderung memikirkan hal yang kecil saja dan mengabaikan hal-hal yang lain, bahkan tidak mampu berfikir berat lagi dan membutuhkan banyak pengarahan, serta akan menunjukkan gejala seperti sering nafas pendek, berkeringat, sakit kepala, penglihatan kabur, dan tidak mampu menyelesaikan masalah. Hal ini sesuai dengan Blackburn dan Davidson oleh Smart (2010) yaitu keadaan pikiran yang tidak menentu, misalnya khawatir, merasa tidak berdaya, suasana hati yang mudah marah dan perasaan sangat tegang.

Hubungan Antara Kesiapan Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Premenopause Dalam Menghadapi Menopause

Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan uji statistik Korelasi *Spearman Rank (Rho)* dengan bantuan SPSS 22 *for windows* diketahui besarnya koefisien korelasi spearman rho yaitu 0,240 dengan signifikansi sebesar 0,147 atau 14,7 %, pada

taraf kesalahan 5% (0,05) maka diperoleh nilai rho tabel sebesar 0,321. Hal ini berarti nilai rho hitung < rho tabel (0,240 < 0,321). Dengan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa Ha ditolak artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara kesiapan dengan tingkat kecemasan ibu remenopause dalam menghadapi menopause. Tidak adanya hubungan antara kesiapan dengan tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi menopause menunjukkan bahwa masih banyak lagi yang harus diteliti tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada ibu premenopause. Ada beberapa faktor yang berhubungan dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause antara lain pengetahuan, usia, pendidikan, keadaan fisik, respon koping, dukungan sosia (Slameto, 2010).

CONCLUSION

Kesiapan ibu dalam menghadapi menopause sebagian besar cukup siap di RT 04 RW 07 Desa Banyuajuh Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan

Tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause sebagian besar berat di RT 04 RW 07 Desa Banyuajuh Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan.

Tidak ada hubungan yang signifikan antara kesiapan dengan tingkat kecemasan responden di RT 04 RW 07 Desa Banyuajuh Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan dalam menghadapi menopause

REFERENCES

- Kemenkes RI. 2015. *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2014*. Jakarta : Kemenkes RI.
- Lestary, D. 2010. *Seluk Beluk Menopause*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Maspaitela, M.L. 2010. *Seminar Menjelang Menopause Tetap Aktif, Sehat, dan Bahagia*. Jakarta.
- Nursalam. 2014. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Prasetya, Meithya Rose, dkk. 2012. *Peran religiusitas mengatasi kecemasan masa menopause*. Jakarta : Perpustakaan Universitas Al Azhar.
- Proverawati, A, M.P.H. 2010. *Menopause dan Sindroma Premenopause*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Slameto, 2010. *Buku Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya* . Edisi: Revisi
Penerbit: Jakarta: Rineka Cipta.
- Stuart, G.W & Sundeen.S.J. *keperawatan Jiwa (Edisi 5)*. Jakarta : ECG. 2007.
- Supriyantoro. 2012. *Sehat dan Aktif di Usia Lanjut*. 21 Januari 2016.
<http://www.depkes.go.id/index.php/berita/press-release/2143-sehat-dan-aktif-di-usia-lanjut.html>
- Wulandari, Ryana. 2010. *Hubungan penerimaan diri dengan tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi masa perimenopause di RT 13 serangan Notoprajan ngampilan yogyakarta*. Yogyakarta : Perpustakaan STIKes 'Aisyiyah.