



Hubungan Pengetahuan dengan tingkat Kecemasan Ibu Perimenopause dalam menghadapi Menopause di Kelurahan Bunga Tanjung Kota Tanjungbalai

Rostina Afrida Pohan¹

¹Program Studi DIII Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sakinah Husada Tanjungbalai

Info Artikel

Sejarah artikel :
Diterima, Apr 27, 2022
Disetujui, Mei 30, 2022
Dipublikasikan, Jun 30, 2022

Keywords :
Menopause,
Pengetahuan,
Tingkat kecerdasan

Abstrak

Latar Belakang : Menopause merupakan proses alami yang dialami setiap wanita. Namun sebagian wanita, masa menopause merupakan saat yang paling menyedihkan dalam hidup. Ada banyak kekhawatiran yang menyelubungi pikiran wanita ketika memasuki fase ini. Selama menopause banyak wanita mengeluhkan sejumlah gejala yang disebabkan penurunan kadar estrogen, yaitu haid tidak teratur, panas, dan kekeringan vagina atau rasa terbakar pada vagina. Kecemasan bukan hanya sakit secara emosional tapi karena ada kesalahan dalam pengetahuan, semakin banyak pengetahuan yang diketahuinya maka kecemasan akan lebih mudah untuk diatasi.

Tujuan : penelitian ini adalah Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu perimenopause dalam menghadapi menopause
Metode Penelitian ini menggunakan metode penelitian Deskriptif Korelasi dengan rancangan Cross sectional. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu Perimenopause berusia 45- 55 tahun dengan menggunakan total sampel. Analisis data dilakukan dengan uji chi-square.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa Terdapat hubungan Pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu perimenopause dalam menghadapi menopause hal ini dibuktikan dengan hasil uji chi-square dengan nilai p-value = 0.004.

Kesimpulan : Perimenopause merupakan masa peralihan maknanya perimenopause agar aktif mengikuti penyuluhan yang berhubungan dengan menopause dukungan dan support.

Abstract

Introduction : Menopause is a natural process experienced by every woman. But for some women, menopause is the saddest time in life. There are many worries that cloud a woman's mind when entering this phase. During menopause many women complain of a number of symptoms caused by decreased levels of estrogen, namely irregular menstruation, heat, and vaginal dryness or burning in the vagina. Anxiety is not only emotional pain but because there are errors in knowledge, the more knowledge one knows, the easier it will be to overcome anxiety.

Purpose : This study was to determine the relationship between knowledge and anxiety levels of perimenopausal mothers in dealing with menopause. Methods This study used a descriptive correlation research method with a cross sectional design. The population in this study were all perimenopausal women aged 45-55 years using the total sample. Data analysis was carried out by using the chi-square test.

Method : The results showed that there was a relationship between knowledge and the level of anxiety of perimenopausal mothers in dealing with menopause, this was evidenced by the results of the chi-square test with p-value = 0.004

Conclusion : *Perimenopause is a transitional period, so the perimenopause period is to actively participate in counseling related to menopause support and support.*

Koresponden Penulis :

Rostina Afrida Pohan
Program Studi DIII Kebidanan,
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sakinah Husada Tanjungbalai,
Jl. Anwar Idris kelurahan Bunga Tanjung Kecam atan Datuk Bandar Timur Kota Tanjungbalai.
Email : pohanrose@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Menopause merupakan proses alami yang dialami oleh setiap wanita. Namun bagi sebagian wanita, menopause adalah masa paling menyedihkan dalam hidup. Banyak kekhawatiran yang menyelimuti pikiran seorang wanita saat memasuki fase ini Penelitian dalam *The Indonesian Journal of Public Health*, (2007) menunjukkan bahwa 75% wanita yang mengalami menopause merupakan masalah atau kelainan, sedangkan 25% tidak mengalami masalah (Kasdu, 2007). Pada tahun 2012 jumlah wanita di dunia yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,8 miliar orang. Saat ini di Indonesia terdapat sekitar 16 juta wanita menopause. Dan berdasarkan data statistik pada tahun 2012 menurut Badan Pusat Statistik jumlah penduduk perempuan usia di atas 50 tahun adalah 17,8 juta orang. Padahal, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta wanita menopause (Sibagariang, 2013).

Selama menopause banyak wanita mengeluhkan sejumlah gejala. Lima penelitian menampilkan wanita dan gejala-gejala yang dialami selama menopause menunjukkan 3 dari banyak gejala yang dikeluhkan, yang disebabkan oleh penurunan kadar ekstrojen, yaitu haid tidak teratur, panas, dan kekeringan vagina atau rasa terbakar pada vagina (Jones, 2005).

Kecemasan dialami banyak wanita hampir di seluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% wanita di Amerika, 57% wanita di Malaysia, 18% wanita di Cina, 10% wanita di Jepang dan Indonesia. Diperkirakan jumlah orang yang mengalami kecemasan baik akut maupun kronik mencapai 5% dari jumlah penduduk (Hawari, 2010). Wanita yang baik maka akan mengatasi kecemasan yang di alaminya. Wanita yang dikategorikan memiliki pengetahuan kurang cenderung mengalami kecemasan berat. Kecemasan bukan hanya sakit secara emosional tapi karena kesalahan dalam pengetahuan, semakin banyak pengetahuan yang diketahuinya maka akan lebih mudah untuk di atasi (Kasdu, 2007).

Hasil penelitian Departemen Obsetri dan Ginekologi di Sumatera , keluhan masalah kesehatan yang dihadapi oleh perempuan menopause terkait dengan rendahnya kadar estrogen atau androgen dalam sirkulasi darah, sehingga muncul keluhan nyeri senggama (93,33 %), keluhan pasca pendarahan (84,44 %), vagina kering (93,33 %), dan keputihan (75,55 %), keluhan gatal pada vagina (88,88%), perasaan panas pada vagina (84,44 %), nyeri berkemih (77,77%) , inkon tenensia urin (68,88 %) (Hapsari, 2012).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada 7 orang ibu di Kelurahan Bunga Tanjung yang berusia 45-55 tahun mereka mengalami gejala siklus haid yang tidak teratur dan sering mengalami hot flushes yang tiba-tiba membuat mereka merasa tidak nyaman, sering susah tidur malam dan mereka merasa cemas dengan kondisi mereka, ibu juga merasa kulitnya sudah berkerut sehingga merasa dirinya tidak cantik lagi hal tersebut meningkatkan kecemasan ibu dengan keadaannya. Berdasarkan latar belakang maka perlu untuk melakukan penelitian tentang Pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu perimenopous dalam menghadapi menopause di Kelurahan Bunga Tanjung. Tujuan dari Peneliti ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu perimenopause dalam menghadapi menopause.

2. METODE

Metode yang digunakan pada penelitian ini menggunakan metode penelitian Deskriptif Korelasi yaitu penelitian yang mencoba menemukan bagaimana dan mengapa fenomena terjadi. Dengan menganalisis dinamika korelasi antara fenomena atau faktor resiko dengan efek dengan rancangan Cross sectional. Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Bunga Tanjung Kecamatan Datuk Bandar Timur Kota Tanjung balai yang dilaksanakan selama bulan Maret sampai dengan Juni Tahun

2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu Perimenopause berusia 45- 55 tahun yang ada di Kelurahan Bunga Tanjung Kota Tanjung balai. Sampel dalam penelitian ini menggunakan total populasi sebanyak 54 orang. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dengan jawaban tertutup sehingga responden hanya memilih jawaban yang ada. Kuesioner yang dibagikan terdiri dari dua bagian yaitu Variabel pengetahuan dan tingkat kecemasan.

Untuk Tingkat Kecemasan menggunakan Alat ukur kecemasan yang sudah baku yang dikenal dengan Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A) yang dari Hawari (2008) dengan judul manajemen stres, cemas dan depresi. Alat ukur HRS-A ini digunakan untuk mengukur derajat berat ringannya gangguan kecemasan bukan untuk mendiagnosis gangguan kecemasan. Untuk membuktikan tidaknya hubungan tersebut, dilakukan Uji statistik dengan uji chi-square.

3. HASIL

A. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan responden tentang Menopause

No	Pengetahuan	Jumlah	%
1	Baik	7	13
2	Cukup	24	44,4
3	Kurang	23	42,6
	Total	54	100

Tabel 1 menampilkan frekuensi pengetahuan responden dari 54 orang responden Mayoritas berpengetahuan cukup sebanyak 24(44,4%) dan minoritas berpengetahuan baik sebanyak 7 (13%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Responden

No	Tingkat Kecemasan	Jumlah	%
1	Ringan	10	18,5
2	Berat	44	81,5
	Total	54	100

Tabel 2 menampilkan frekuensi tingkat kecemasan responden dari 54 orang responden sebanyak 44(81,5%) dengan tingkat kecemasan Berat dan 10(18,5%) dengan tingkat kecemasan ringan

B. Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu perimenopause dalam menghadapi menopause

Pengetahuan	Tingkat Kecemasan				Total	P	
	Ringan		Berat				
	Jumlah	Persen	Jumlah	Persen			
Baik	5	9,2	2	3,8	7	13	0.004
Cukup	4	7,4	20	37	24	44,4	
Kurang	1	1,9	22	40,7	23	42,6	
Total	10	18,5	44	81,5	54	100	

Tabel 3 menampilkan dari 54 responden mayoritas 24 responden yang pengetahuan cukup memiliki tingkat kecemasan berat sebanyak 20 (37%) , sedangkan 7 responden yang berpengetahuan baik sebanyak 5 (9,2%) orang memiliki tingkat kecemasan ringan. Hasil dari Uji statistic diperoleh nilai p = 0,004 maka dapat disimpulkan ada hubungan Pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu perimenopause dalam menghadapi menopause.

4. PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Pengetahuan Tentang Menopause

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dari 54 orang responden berpengetahuan cukup sebanyak 24(44,4%). Terbentuknya pengetahuan ibu juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Hasil analisis karakteristik responden sebagian besar responden berpendidikan tamat SD sebanyak 35 (64,8%) . Menurut Notoatmodjo (2010) bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih bermanfaat daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan manusia banyak diperoleh dari mata dan telinga.

Menurut Nursalam (2011) makin tinggi tingkat pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi baik dari orang lain maupun dari media massa, sehingga makin banyak pula pengetahuan

yang dimiliki, mereka akan berfikir maju dan sangat ingin mencoba hal-hal atau cara-cara baru. Dengan sifat yang dimiliki ini mendorong mereka keluar dari lingkungan dan masuk ke lingkungan pergaulan yang lebih luas. Pendidikan memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap pengetahuan seseorang, makin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mudah orang tersebut menerima informasi, makin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki orang tersebut. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang maka makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi dari media massa atau orang lain, sehingga semakin tinggi pendidikan seseorang semakin tinggi pula pengetahuannya.

Berdasarkan dari hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan yang dimiliki responden mayoritas rendah sehingga tidak mempunyai pengetahuan yang memadai mengenai menopause yang akan dialami

b. Tingkat kecemasan

Menurut Magdalena (2010), apabila penerimaan informasi baru melalui proses yang didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap maka informasi tersebut tidak akan menimbulkan kesalahan. apabila informasi tidak didasarkan pada dan kesadaran akan menimbulkan kesalahan yang berdampak pada pengetahuan dan atau sebaliknya rasa kecemasan. Kecemasan yang didukung oleh mengenai menopause dapat berkurang atau tidak akan timbul pengetahuan atau ketakutan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Kelurahan Huta Tonga Kecamatan Batang Angkola dari 54 respons sebanyak 44 orang (81,5%) dengan tingkat kecemasan berat. Pada wanita yang memasuki tua, sering timbul rasa khawatir terhadap penyakit yang disebabkan oleh penurunan fungsi organ karena proses penuaan. Rasa khawatir ini disebabkan oleh rasa takut akan kematian dan merasa belum siap untuk menghadapi kematian. Hal ini dapat menimbulkan stres yang mengakibatkan kecemasan (Hawari, 2010). Hal ini juga didukung Penelitian The Indonesian Journal of Public Health, (2007) menunjukkan bahwa 75% wanita yang mengalami menopause merupakan suatu masalah atau gangguan, sedangkan 25% lainnya tidak mempermasalahkannya.

2. Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa dari 54 responden mayoritas 24 responden yang pengetahuan cukup memiliki tingkat kecemasan berat sebanyak 20 (37%), sedangkan 7 responden yang berpengetahuan baik sebanyak 5 (9,2%) orang memiliki tingkat kecemasan ringan. Hal ini sesuai dengan pendapat Potter (2012) dimana dikatakan jika orang dewasa menuruti pendidikan kesehatan karena takut akan akibat yang akan ditimbulkannya. Jadi, semakin baik pendidikan yang diberikan semakin baik pula pengetahuan yang diperoleh dari hasil pembelajaran, sehingga ketakutan (kecemasan) akan masalah kesehatan tersebut akan berkurang. Sebaliknya jika pengetahuan orang dewasa berkurang semakin tinggillah tingkat kecemasan seseorang terhadap masalah kesehatan yang akan dialaminya. Selain itu pengajaran akan berhasil ketika orang dewasa menilai informasi yang diajarkan bermanfaat. Untuk itu informasi merupakan sumber utama dalam proses pembelajaran untuk memperoleh pengetahuan

Hasil analisis hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu perimenopause dalam menghadapi menopause di Kelurahan Bunga Tanjung Kecamatan Datuk Bandar Timur, diperoleh nilai $p = 0,004$ maka dapat disimpulkan ada hubungan Pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu perimenopause dalam menghadapi menopause di Kelurahan Bunga Tanjung Kecamatan Datuk Bandar Timur, dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa p value < 0.05 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti ada hubungan yang signifikan antara Pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu perimenopause dalam menghadapi menopause di Kelurahan Bunga Tanjung Kecamatan Datuk Bandar Timur. Hasil analisis diperoleh gambaran bahwa sebagian besar responden yang memiliki Pengetahuan cukup dan kurang memiliki tingkat kecemasan berat. Sedangkan yang memiliki Pengetahuan Baik hanya 3,8% yang memiliki tingkat kecemasan berat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Dari pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Notoatmodjo, 2010).

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Fitriani Nur Damayanti (2012) tentang “hubungan tingkat pengetahuan dengan kecemasan dalam menghadapi menopause di

kelurahan Genuksari kecamatan Genuk kota Semarang dengan nilai p value 0,00 artinya ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kecemasan dalam menghadapi menopause.

Kecemasan pada wanita perimenopause umumnya bersifat relatif, artinya ada orang yang cemas dan dapat tenang kembali setelah mendapat dukungan dan semangat dari orang-orang sekitarnya. Namun ada juga yang terus menerus cemas, meskipun orang-orang disekitarnya telah memberikan dukungan. Akan tetapi, ada juga wanita menopause yang tidak mengalami perubahan yang berarti dalam kehidupannya (Rahmah, 2013)

5. KESIMPULAN

Terdapat hubungan Pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu perimenopause dalam menghadapi menopause di Kelurahan Bunga Tanjung Kecamatan datuk bandar timur, hal ini dibuktikan dengan hasil uji chi-square dengan nilai p-value = 0.004. Mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki pengetahuan mayoritas cukup dan kecemasan yang berat maka disarankan kepada tenaga kesehatan untuk lebih meningkatkan pengetahuan ibu yang akan menghadapi menopause melalui penyuluhan yang terjadi dalam menghadapi menopause dan terjadi dalam menghadapi menopause dan terapi yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan pada ibu.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwi, W.V., & Fitrah. (2010), Memahami Kesehatan Pada Lansia. Jakarta : Trans Info Media
- Hapsari Ulfah, (2012) Hubungan Gambaran Diri Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Pada Masa Perimenopause Di RW 03 Desa Pakis Kembar Kecamatan Pakis Kabupaten Malang. Skripsi, Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang.
- Hawari, Dadang, Prof. Dr. dr (2010), Manajemen Stres Cemas dan Depresi . Jakarta : FKUI.
- Juliana Rahma, (2013), Hubungan Pengetahuan ibu tentang menopause dengan kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di desa Patumbak Deli Serdang, Medan : Universitas Sumatera Utara
- Magdalena (2020), Faktor yang mempeengaruhitingkatkecemasan pada wanita perimenopause. The Indonesian Journal of Public Health, Vol.4, No.1. Juli. Surabaya.
- Notoadmojo, Soekidjo (2014). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Pane, J., Simorangkir, L., Ginting, F. S. H. B., & Sinaga, A. (2021). Community Anxiety During Pandemi Covid-19 at Medan Selayang District. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(4), 703-708.
- Proverawati, A. (2014) Menopause Dan Sindrom Premenopause. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Saragih, I. S., Simorangkir, L., Siallagan, A., & Saragih, I. D. (2022). Tingkat Kecemasan dan Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Pasien Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 10(2), 363-374.
- Sigalingging, V. Y. S., & Simorangkir, L. (2020). Gambaran Demografi Dan Kecemasan Penderita Kanker Serviks Yang Menjalani Kemoterapi Di Rsud Dr. Moewardi Surakarta Tahun 2019. *Jurnal Darma Agung Husada*, 7(1), 1-7.
- Yatim Magdalena, (2018). Pengetahuan Ibu Usia Menopause Tentang Aktifitas Seksual Pada Usia Menopause Di Kelurahan Pangkalan Masyhur Kecamatan Medan Johor. Medan : Universitas Sumatera Utara.