

GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA PEREMPUAN MENOPAUSE DI JUNJUNG BUIH III PALANGKARAYA

Nurul Chusna

¹Dosen Pengajar Program Studi D-III Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Palangkaraya

e-mail : nurulchusna99@gmail.com

ABSTRAK

Menopause merupakan suatu masa yang terkadang membuat sebagian wanita mengalami gangguan-gangguan fisik maupun psikis seperti depresi dan sebagainya. Bagi sebagian wanita, masa ini juga dianggap sebagai awal dari mimpi buruknya dalam hidup. Penelitian ini dilakukan untuk melihat bagaimana gambaran tingkat kecemasan pada perempuan menopause di Junjung Buih III Palangkaraya. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama membuat gambaran tentang keadaan secara obyektif. Dalam pengambilan data menggunakan pendekatan waktu *cross-sectional* yaitu pengambilan data yang dikumpulkan pada waktu tertentu yang bisa menggambarkan keadaan dalam waktu tertentu. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah wanita menopause dengan jumlah 30 responden. Kecemasan pada wanita menopause dinilai dengan uji kuesioner dengan pertanyaan yang tertutup, responden tinggal memilih jawaban alternatif sesuai petunjuk, variasi jawaban sudah ditentukan dan disusun terlebih dahulu sehingga responden memiliki kebebasan untuk memilih jawaban. Hasil dari penelitian diketahui bahwa Tingkat kecemasan pada perempuan menopause di Junjung Buih III Palangkaraya adalah sedang (50%).

Kata Kunci: Tingkat Kecemasan, Perempuan Menopause, Junjung Buih III Palangkaraya

ABSTRACT

Menopause is a period that sometimes makes some women experience physical and psychological disorders such as depression and so on. For some women, this period is also considered as the beginning of his nightmare in life. This study was conducted to see how the picture of anxiety levels in menopausal women is upheld in Junjung Buih III Palangkaraya foam. This study uses descriptive research design, namely research conducted with the main purpose of making an overview of the situation objectively. In retrieval of data using a cross-sectional time approach, namely the collection of data collected at certain times that can describe the situation in a certain time. The sample used in this study was menopausal women with 30 respondents. Anxiety in menopausal women is assessed by a questionnaire test with closed questions, respondents just choose alternative answers according to instructions, variations of the answers have been determined and arranged in advance so that respondents have the

freedom to choose answers, The results of the study showed that the level of anxiety in menopausal women in Junjung Buih III Palangkaraya was moderate (50%).

Keywords: Elevation of Anxiety, Menopausal Women, Junjung Buih III Palangkaraya

PENDAHULUAN

Menopause adalah suatu masa yang terkadang membuat sebagian wanita mengalami gangguan-gangguan fisik maupun psikis seperti depresi dan sebagainya. Bagi sebagian wanita, masa ini juga dianggap sebagai awal dari mimpi buruknya dalam hidup [1]. Kecemasan adalah respon terhadap suatu ancaman yang sumbernya tidak diketahui, interval, samar-samar atau konfliktual. Kecemasan merupakan perasaan individu dan pengalaman subyektif yang tidak diamati secara langsung dan perasaan tanpa obyek yang spesifik dipacu oleh ketidaktahuan dan didahului oleh pengalaman baru [2].

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan dengan wawancara, bahwa dari 3 orang wanita menopause di Junjung Buih III mengatakan selama mengalami menopause banyak hal yang mengalami perubahan misalnya mudah cemas, dan sulit tidur, serta tidak percaya diri, dan menurut Kepala RW setempat selama ini belum ada penelitian mengenai masalah kecemasan pada wanita menopause dan apa saja dampak dari kecemasan pada wanita menopause, apakah wanita menopause di Junjung Buih III

mengalami kecemasan ringan, sedang atau berat. Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana sebenarnya kondisi psikologik dan gambaran tingkat kecemasan yang dialami oleh wanita menopause di Junjung Buih III Palangkaraya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama membuat gambaran tentang keadaan secara obyektif [3]. Dalam pengambilan data menggunakan pendekatan waktu *cross-sectional* yaitu pengambilan data yang dikumpulkan pada waktu tertentu yang bisa menggambarkan keadaan dalam waktu tertentu (1).

Subyek penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah semua responden yang sudah menopause yang tinggal di junjung buih III Palangka Raya sebanyak 30 responden.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah memilih responden sesuai dengan kriteria yang ditentukan. Setelah itu peneliti memberi penjelasan mengenai cara pengisian dan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden

disertai membagikan dan mengisi *informed consent* sesuai dengan petunjuk yang ditentukan pada hari yang sama, pengisian kuesioner peneliti meneliti sendiri pada wanita menopause yang berada di Junjung Buih III Palangkaraya dengan mengunjungi rumah masing-masing, pengisian kuesioner setelah diisi dikembalikan pada saat itu juga. Untuk mengetahui usia, pendidikan, status perkawinan dan status pekerjaan dengan menanyakan langsung atau melihat Kartu Tanda Penduduk. Dalam pelaksanaan pengumpulan data peneliti melakukan dengan cara *door to door* pada rumah penduduk dan pengambilan data umur awal menopause dan umur sekarang saat menopause, dan pada saat kunjungan dilakukan *cross sectional*, yaitu dengan 20 pertanyaan dan diharapkan responden dapat menjawab 10 pertanyaan dari 20 pertanyaan yang diajukan. Untuk mengetahui baik tidaknya instrumen pada tingkat kecemasan pada wanita menopause, maka dilakukan uji validitas dan uji reabilitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian diketahui bahwa jumlah tingkat kecemasan berdasarkan faktor umur ibu sebagian besar adalah ibu umur 45-50 tahun yaitu 46.67 %, sedangkan umur ibu 51-55 hanya sebagian kecil saja yaitu 13,33%. Hasil penelitian ini didukung penelitian yang telah dilakukan oleh Refrensi [4] di Yogyakarta dimana hasilnya dapat

diketahui bahwa wanita menopause dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 50%. karakteristik responden paling banyak adalah usia 40-50 tahun. Pada penelitian ini didapatkan hasil penelitian yang lebih maksimal dengan dilakukannya hasil wawancara yang lebih mendalam pada responden.

Menopause merupakan masa peralihan dalam kehidupan wanita dimana ovarium atau indung telur berhenti menghasilkan sel telur, aktivitas menstruasi berkurang dan akhirnya terhenti yang menyebabkan pembentukan hormon wanita berkurang. Hal ini terjadi pada wanita yang telah memasuki usia 45 tahun, dimana saat menjelang masa menopause lama dan banyaknya darah saat menstruasi cenderung bervariasi, tidak seperti biasanya. Wanita yang telah memasuki menopause akan mengalami perubahan psikologis yaitu berupa ingatan menurun, kecemasan, mudah tersinggung, stress dan depresi. Perubahan psikologis tersebut dapat mengganggu kesehatan wanita yang bersangkutan serta mengganggu psikologinya [5]. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan ibu yang mengalami menopause adalah sekolah dasar yaitu 50% yang disusul dengan ibu-ibu yang tidak bersekolah sebesar 23,33%, sedangkan hanya sebagian kecil yang berpendidikan sekolah menengah keatas (6,67%), dengan tingkat pendidikan

tersebut persepsi wanita terhadap menopause dimana wanita yang telah mengetahui proses terjadinya menopause akan mempersiapkan dirinya sebaik mungkin agar keadan rumah tangga atau hubungan dengan suami tidak mengalami gangguan. Tidak diketahui secara pasti tentang mekanisme bagaimana tingkat pendidikan dalam memberikan kontribusi secara langsung terhadap tingkat kecemasan, tetapi minimal dapat menjelaskan bahwa jika seseorang memiliki tingkat pendidikan yang memadai maka akan memudahkan dalam menerima, memahami dan mengadopsi tentang konsep yang pernah didengar, dilihat atau dibaca. Refrensi [4] menyatakan bahwa golongan orang dengan pendidikan rendah (tingkat SD) lebih sulit memahami informasi tentang pemahaman menopause dibandingkan mereka yang mengenyam pendidikan lebih tinggi. Hal ini memberikan pengaruh terhadap langkah-langkah untuk mengantisipasi keadaan yang terjadi setelah mengalami menopause. Hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden wanita menopause mempunyai tingkat kecemasan sedang (50%) dan hanya sebagian kecil yang mempunyai tingkat kecemasan rendah (6,67%).

Hasil ini juga menunjukkan bahwa tingkat pendidikan yang rendah seperti sekolah dasar SD wanita menopause dapat menunjukkan adanya kurang pengetahuan

yang rendah mengenai arti menopause mengakibatkan tingkat kecemasan wanita menopause yang tinggi. Kecemasan pada wanita menopause di Junjung Buih III sebagian besar mengalami kecemasan sedang. Sedangkan berdasarkan pendidikan bahwa wanita di Junjung Buih III sebagian besar tidak bersekolah, sehingga mereka pada umumnya tidak mengetahui tentang kejadian menopause, dikarenakan kurangnya pengetahuan. Hasil penelitian ini ada kesesuaian dengan penelitian yang telah dilakukan oleh [6], yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan tentang menopause dapat mengakibatkan tingkat kecemasan pada ibu-ibu menopause.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa Karakteristik responden berdasar usia terdapat 46,67% berusia 40-50 tahun berdasar paritas 3 sebesar 30%, berdasarkan pendidikan terbesar sekolah dasar sebanyak 50%, pekerjaan terbanyak adalah ibu rumah tangga terdapat 75%.

Tingkat kecemasan pada perempuan menopause di Junjung Buih III Palangkaraya adalah sedang (50%).

DAFTAR PUSTAKA

1. Andira, D. (2010). *Seluk beluk kesehatan reproduksi wanita*. Yogyakarta: A Plus Books.
2. Stuart dan Sundeen, 1998, *Buku Saku Keperawatan Jiwa*, EGC, Jakarta.
3. Setiadi, 2007. *Konsep dan proses Keperawatan Keluarga*, Surabaya Graha Ilmu, Yogyakarta.
4. Ambarwati, S.D (2009), Gambaran tingkat kecemasan pada wanita menopause didesa blekik sardonoharjo ngaglik sleman Yogyakarta. Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah. Yogyakarta.
5. Proverawati, A. & Sulistyawati, E (2010). *Menopause dan Sindrom Premenopause*. Yogyakarta: Nuha Medika.
6. Karmedawati, 2004, *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu-ibu Menopause Awal di Desa Mranggen Kecamatan Jatinom Kabupten Klaten*, Program Studi Kebidanan STIKES 'Aisyiyah, KTI, Tidak dipublikasikan, Yogyakarta