



Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Pada Masa Menopause Di Desa Krueng Meuriam Kecamatan Tangse Kabupaten Pidie

Ayu Mukarramah¹, Fahmi Ichwansyah², Ghazali Amin³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Aceh

Corresponding Author: ayumukkaramah@gmail.com

ABSTRACT

Background: In 2020, Indonesia only reached 14 million menopausal women or 7.4% of the total population. When a woman has entered the menopause stage, the levels of estrogen and progesterone gradually drop so that they also affect other hormones. This condition is closely related to women's anxiety during menopause. The purpose of this study was to determine the factors associated with maternal anxiety levels during menopause in Krueng Meuriam Village, Tangse District, Pidie Regency in 2021. **Methods:** This research is an analytic with a cross sectional approach. The population in this study were 145 postmenopausal women in Krueng Meuriam Village, Tangse District, Pidie Regency in 2021. Sampling in this study was carried out by proportional sampling by determining the number of samples using the Slovin formula so that a sample of 60 samples was obtained. Data collection was carried out from December 02 - 08 by using a questionnaire through interviews. Data analysis using Chi-Square test with SPSS 21 . program. **Results:** The results showed that 40% of respondents who experienced normal anxiety during menopause, 56.7% of respondents with good knowledge, 55% of respondents with positive attitudes, 56.7% of respondents who had family support, and 56.7% of respondents who experienced mild physical changes by 45%. **Conclusion:** Based on the results of the study, it was concluded that the results of bivariate research with chi-square test showed that there was a relationship between knowledge $p = 0.021$, there was a relationship between attitudes $p = 0.032$, there was a relationship between family support $p = 0.004$, and there was a relationship between physical changes $p = 0.040$ with maternal anxiety during menopause.

Kata Kunci

Anxiety In Menopause, Knowledge, Attitudes, Family Support, Physical Changes

PENDAHULUAN

Menopause menandai akhir masa reproduksi seorang wanita dan biasanya terjadi pada wanita berusia antara 45 dan 55 tahun dengan usia rata - rata 51 tahun. Berhentinya menstruasi disebabkan oleh berkurangnya sekresi hormon ovarium yang terjadi secara alami atau disebabkan oleh operasi, kemoterapi, atau radiasi (Wigati & Kulsum, 2017).

Munculnya kekhawatiran dalam menghadapi masa menopause di antaranya dikarenakan persepsi akan adanya penurunan fungsi tubuh dan sejumlah gangguan kesehatan lainnya. Dimana hal tersebut akan berdampak pada ketidaknyamanan dalam menjalani kehidupan. Keluhan ketidaknyamanan

ini disikapi secara berbeda oleh setiap wanita. Apabila seorang wanita dapat berfikir positif tentang hal ini, maka berbagai keluhan tersebut dapat dilalui dengan lebih mudah. Sebaliknya apabila seorang wanita berfikir negatif, justru keluhankeluhan yang muncul semakin berat dan kian menekan hidupnya(Manuaba & others, 2009).

Gejala yang menyertai pada kasus ini meliputi *hot flushes* (rasa panas dari dada hingga wajah) *night sweat* (berkeringat dimalam hari) *dryness vaginal* (kekeringan vagina), penurunan daya ingat, *insomnia* (susah tidur) depresi (rasa cemas) *fatigue* (mudah lelah) penurunan libido (gairah seks) *dyspareunia* (rasa sakit ketika berhubungan seksual) dan *incontinence urinary* (berer)(Ardiningsih & Djufri, 2017). Pada saat wanita telah memasuki tahapan menopause kadar estrogen dan progeteron berangsur turun sehingga ikut mempengaruhi hormon lainnya. Kondisi inilah yang sering mengakibatkan banyak wanita pengalami sejumlah gejala klinis dan psikologis yang mengganggu aktifitas sehari-hari serta menimbulkan dampak negatif terhadap kualitas hidup dan rasa percaya diri (Proverawati & Sulistyawati, 2010).

Hasil penelitian WHO (2014) pada tahun 2030, jumlah perempuan di seluruh dunia yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang. Di Indonesia, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta perempuan menopause dan di Indonesia, secara umum sebagian besar perempuan mulai memasuki masa menopause pada usia 49-52 tahun. Mengacu hasil penelitian bahwa usia harapan hidup perempuan Indonesia bertambah menjadi rata-rata 69 tahun, maka sekitar 20-30 tahun atau sepertiga lama hidupnya, perempuan dalam keadaan menopause. (Wigati & Kulsum, 2017).

Data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2015 jumlah perempuan di Indonesia yang memasuki menopause (umur 50 tahun keatas) mencapai 21,22 juta jiwa. Diperkirakan pada tahun 2035 jumlah penduduk perempuan di Indonesia akan mencapai 152,69 juta jiwa dengan jumlah perempuan yang hidup dalam umur pra menopause sekitar 20,36 juta jiwa dari jumlah tersebut mengalami gejala-gejala menopause. Pada tahun 2020 di Indonesia baru mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4 % dari total populasi yang ada (Karmi et al., 2021).

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "faktor faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan ibu pada masa menopause di Desa Krueng Meuriam Kecamatan Tangse Kabupaten Pidie tahun 2021.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini dalam bentuk *descriptive analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu menopause yang berjumlah 145 di Desa Krueng Meuriam Kecamatan Tangse Kabupaten Pidie tahun 2021. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan secara *propotional sampling* dengan penetapan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin sehingga diperoleh sampel sebanyak 60 sampel. Pengumpulan data yang dilakukan dari tanggal tanggal 02 - 08 Desember dengan menggunakan kuesioner melalui wawancara. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan Dengan Kecemasan Ibu Pada Masa Menopause

Hasil pada Tabel 1 menjelaskan hasil analisis hubungan pengetahuan dengan kecemasan ibu pada masa menopause, menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik lebih dominan pada responden yang mengalami kecemasan normal pada masa menopause sebesar 47,0% sedangkan responden yang memiliki pengetahuan kurang lebih dominan pada responden yang mengalami kecemasan ringan pada masa menopause sebesar 61,5%. Hasil uji statistik dengan menggunakan chi-square di peroleh nilai p value $0,021 < 0,05$ berarti (H_0) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan ibu pada masa menopause di Desa Krueng Meuriam Kecamatan Tangse Kabupaten Pidie tahun 2021.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian di Kelurahan Kertasari Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan kecemasan wanita menjelang menopause, dalam penelitian tersebut juga memberikan bukti empiris bahwa tingkat pengetahuan ibu premenopause berperan sebagai kontrol positif dalam mengendalikan tingkat kecemasan dalam menghadapi masa menopause (Wibowo & Nadhilah, 2020). Penelitian lainnya juga menyatakan bahwa ada hubungan pengetahuan yang dimiliki wanita dengan tingkat kecemasannya (Pohan, 2022).

Pengetahuan yang rendah mengakibatkan seseorang mudah mengalami stres. Ketidaktahuan terhadap suatu hal dianggap sebagai tekanan yang dapat mengakibatkan krisis dan dapat menimbulkan kecemasan. Stres dan kecemasan dapat terjadi pada individu dengan tingkat pengetahuan yang rendah, disebabkan karena kurangnya informasi yang diperoleh (Lubis, 2016).

Dalam teori dijelaskan pengetahuan memiliki peran penting dalam menentukan tingkat kecemasan seseorang. Pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki seseorang juga dapat menentukan sikap orang tersebut dalam

kehidupannya. Hasil yang didapatkan dari data penelitian tersebut bahwa wanita premenopause yang mempunyai pengetahuan cukup tentang menopause memiliki tingkat kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan sangat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan seseorang. Sesuai dengan teori yang ada bahwa pengetahuan yang rendah mengakibatkan seseorang mudah mengalami kecemasan (Puspitasari, 2020).

Menurut asumsi peneliti ketakutan bisa terjadi karena kurang pengetahuan, dan informasi. Oleh karena itu, diperlukan partisipasi eksekutif dan profesional kesehatan dapat memberi Informasi dengan konseling untuk memiliki lebih banyak ibu pahami tanda-tanda menopause dan dapat menghadapinya tanpa diliputi rasa takut berlebihan.

Hubungan Sikap Dengan Kecemasan Ibu Pada Masa Menopause

Tabel 1 menjelaskan hasil analisis hubungan sikap dengan kecemasan ibu pada masa menopause, menunjukan bahwa responden yang memiliki sikap positif lebih dominan pada responden yang mengalami kecemasan normal pada masa menopause sebesar 54,5% sedangkan responden yang memiliki sikap negatif lebih dominan pada responden yang mengalami kecemasan ringan pada masa menopause sebesar 59,2%. Hasil uji statistik dengan menggunakan chi-square di peroleh nilai p value $0,032 < 0,05$ berarti (H_0) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara sikap dengan kecemasan ibu pada masa menopause di Desa Krueng Meuriam Kecamatan Tangse Kabupaten Pidie tahun 2021.

Penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya di Desa Meunasah Dayah Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen yang menunjukkan ada pengaruh antara pengetahuan dengan kecemasan dalam menghadapi menopause (Septiani & Muslihati, 2019). Penelitian lainnya menemukan ada hubungan negatif antara persepsi diri dan tingkat kecemasan tersebut, tergambar secara umum pada wanita menopause di Mukim Lam Ara Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar. Para wanita menopause yang memiliki persepsi diri yang positif, tidak menunjukkan tingkat kecemasan yang tinggi dalam menghadapi menopause. Hanya sebagian kecil saja yang memiliki tingkat kecemasan yang tinggi. Hal tersebut dapat didasari oleh beberapa faktor, antara lain: (1) kepribadian diri yang pencemas, (2) kurangnya pengetahuan, (3) kurangnya dukungan lingkungan sosial/keluarga, dll (Tunrahmi et al., 2017).

Aryani (2014) menyebutkan merupakan perasaan atau pandangan seseorang yang disertai kecenderungan untuk bertindak terhadap suatu objek atau stimulasi. Menurut pandangan Bem dalam Self Perception Theory orang bersikap positif/negatif terhadap suatu objek dibentuk melalui pengamatan pada perilaku sendiri. Ibu pra menopause yang memiliki sikap positif

mendorong mereka untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi menopause, sebaliknya sikap negatif lebih dominan tidak mempersiapkan dirinya dalam menghadapi menopause (Sasrawita, 2017).

Dari uraian diatas peneliti berpendapat bahwa sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu objek. Sikap positif dari ibu yang akan menghadapi menopause mampu mengalihkan perasaan yang tidak menyenangkan ke hal-hal positif dengan cara melakukan berbagai aktivitas, dan mereka menganggap bahwa hal-hal yang dialami selama menopause merupakan hal wajar yang akan dialami oleh setiap wanita.

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Pada Masa Menopause

Hasil penelitian Tabel 1 menjelaskan hasil analisis hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu pada masa menopause, menunjukkan bahwa responden yang memiliki dukungan keluarga lebih dominan pada responden yang mengalami kecemasan normal pada masa menopause sebesar 55,8% sedangkan responden yang tidak memiliki dukungan keluarga lebih dominan pada responden yang mengalami kecemasan ringan pada masa menopause sebesar 61,5%. Hasil uji statistik dengan menggunakan chi-square di peroleh nilai p value $0,004 < 0,05$ berarti (H_0) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan ibu pada masa menopause di Desa Krueng Meuriam Kecamatan Tangse Kabupaten Pidie tahun 2021.

Mendukung penelitian sebelumnya di Desa Meunasah Dayah Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara dukungan keluarga dengan kecemasan menjelang menopause (Septiani & Muslihati, 2019). Sejalan dengan penelitian Wiwin (2020) ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kecemasan pada wanita menopause (Rahmawati, 2020).

Pentingnya peran serta keluarga dalam mengurangi kecemasan ibu dalam menghadapi menopause, maka diperlukan usaha-usaha memberikan pendidikan kesehatan kepada keluarga melalui kegiatan kemasyarakatan untuk meningkatkan kesehatan Ibu dan anak khususnya ibu yang memasuki masa menopause dengan cara memberikan penyuluhan pada keluarga sehingga keluarga dapat memberikan dukungan yang tepat untuk mengurangi kecemasan ibu (Setiyani & Ayu, 2019).

Dari uraian diatas peneliti berpendapat bahwa responden yang memiliki dukungan keluarga menjelang menopause baik secara psikologis ataupun dukungan lainnya tidak akan mengalami gangguan kecemasan dalam menghadapi masa-masa menjelang menopause.

Hubungan Kondisi Fisik Dengan Kecemasan Ibu Pada Masa Menopause

Hasil penelitian Tabel 6.1 menjelaskan hasil analisis hubungan perubahan fisik dengan kecemasan ibu pada masa menopause, menunjukan bahwa responden yang memiliki perubahan fisik ringan lebih dominan pada responden yang mengalami kecemasan normal pada masa menopause sebesar 62,9% sedangkan responden yang memiliki perubahan fisik berat lebih dominan pada responden yang mengalami kecemasan ringan pada masa menopause sebesar 54,5%.

Hasil uji statistik dengan menggunakan chi-square di peroleh nilai p value $0,040 < 0,05$ berarti (H_0) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perubahan fisik dengan kecemasan ibu pada masa menopause di Desa Krueng Meuriam Kecamatan Tangse Kabupaten Pidie tahun 2021.

Mendukung penelitian sebelumnya tentang hubungan citra tubuh dengan kecemasan pada wanita yang mengalami menopause di Gampong Ateuk Pahlawan Kecamatan Baiturrahman Banda Aceh menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara perubahan fisik dengan kecemasan pada wanita menopause (Yuni et al., 2018). Wanita merasa cemas terhadap perubahan fisik yang terjadi pada dirinya, sehingga hal tersebut mempengaruhi rasa percaya diri wanita. wanita menunjukkan merasa cemas saat melihat diri dalam cermin yang semakin tua, keriput dan tidak cantik lagi anda menjadi takut sendiri. Keadaan fisik seorang wanita menopause mengalami banyak perubahan akibat perubahan organ reproduksi dan juga hormon tubuh dan mengalami kecemasan pada menopause (Fithriyana, 2019).

Menopause merupakan hal yang alamiah yang akan terjadi pada semua wanita yang ada didunia. Proses menopause terjadi disebabkan oleh penuaan pada diri wanita, dimana hormone esterogen yang sudah menurun akan mengganggu sistem reproduksi pada wanita menopause. Selain itu adanya pengaruh penurunan hormone esterogen membuat terjadinya perubahan pada fisik wanita menopause seperti kulit menjadi kendur, adanya rasa panas dimalam hari (*hot flush*) dan lainnya (Wigati & Kulsum, 2017). Kecemasan ibu menghadapi perubahan

han fisik menopause disebabkan karena ibu mengalami perubahan-perubahan fisik seperti badan menjadi kendor, kulit menjadi keriput dan takut tidak menarik lagi bagi pasangan. Hal tersebut karena perubahan fisik masa menopause kurang dipahami oleh ibu, sehingga ibu takut akan perubahan yang sering terjadi. Selain itu dukungan keluarga merupakan faktor dominan yang mempengaruhi kecemasan ibu (Maramis, 2012) dalam (Wari, 2017).

Asumsi peneliti bahwa perubahan fisik yang terjadi sehubungan dengan menopause membuat para wanita beranggapan tidak berarti dalam hidup

sehingga muncul rasa khawatir akan adanya kemungkinan bahwa orang-orang yang dicintainya berpaling dan meninggalkannya

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil telaah didapatkan kesimpulan ada hubungan antara pengetahuan $p = 0,021$, ada hubungan antara sikap $p = 0,032$, ada hubungan antara dukungan keluarga $p = 0,004$, dan ada hubungan antara perubahan fisik $p = 0,040$ dengan kecemasan ibu pada masa menopause.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiningsih, E., & Djufri, S. (2017). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Wanita Premenopause Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause di RSUD DR. Soedirman Kebumen*. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.
- Fithriyana, R. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause Di Desa Suka Damai Wilayah Kerja Puskesmas Ujung Batu Rohul. *Jurnal Doppler*, 3(1), 42–47.
- Karmi, R., Tampilang, O. K. Y., & others. (2021). HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN TINGKATKECEMASAN PADA IBU PREMENOPAUSE USIA (40-50 TAHUN). *Humantech: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 1(1), 37–58.
- Lubis, N. L. (2016). *Psikologi Kespro. Wanita dan Perkembangan Reproduksinya: Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologinya*. Kencana.
- Manuaba, I. A. C., & others. (2009). *Memahami Kesehatan reproduksi wanita ed 2*.
- Pohan, R. A. (2022). Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Ibu Perimenopause dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Bunga Tanjung Kota Tanjungbalai. *Elisabeth Health Jurnal*, 7(1), 25–29.
- Proverawati, A., & Sulistyawati, E. (2010). Menopause dan sindrom premenopause. *Yogyakarta: Nuha Medika*.
- Puspitasari, B. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Wanita Premenopause dalam Menghadapi Masa Menopause. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 115–119.
- Rahmawati, W. R. (2020). DUKUNGAN KELUARGA MENGHADAPI KECEMASAN MENOPAUSE. *Jurnal Sains Kebidanan*, 2(2), 6–10.
- Sasrawita, S. (2017). Hubungan pengetahuan, sikap tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause di puskesmas pekanbaru. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 2(2), 117–123.
- Septiani, M., & Muslihati, C. (2019). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Desa Meunasah Dayah Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen. *Journal of Healthcare Technology*

- and Medicine*, 5(2), 330–340.
- Setiyani, H., & Ayu, S. M. (2019). Hubungan Tingkat Pendidikan, Pendapatan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Pada Wanita Menopause Di Desa Jobohan, Bokoharjo, Sleman 2016. *Jurnal Medika Respati*, 14(2), 105–116.
- Tunrahmi, Z., Bahri, S., & Bakar, A. (2017). Persepsi wanita menopause terhadap diri dan hubungannya dengan tingkat kecemasan. *JURNAL SULOH: Jurnal Bimbingan Konseling FKIP Unsyiah*, 2(2).
- Wari, F. E. (2017). Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Masa Menopause Di Desa Sambung Rejo Kecamatan Sukodono Kabupaten Sidoarjo. *Hospital Majapahit (JURNAL ILMIAH KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN MAJAPAHIT MOJOKERTO)*, 9(1).
- Wibowo, D. A., & Nadhilah, S. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kecemasan Pada Wanita Premenopause Di Kelurahan Kertasari Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 2(1), 1–8.
- Wigati, A., & Kulsum, U. (2017). Kecemasan wanita pada masa menopause berdasarkan tingkat ekonomi. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 1(2), 100–106.
- Yuni, I., Mulyantina, M., & Juliani, J. (2018). Hubungan Citra Tubuh Dengan Kecemasan Pada Wanita yang Mengalami Menopause di Gampong Ateuk Pahlawan Kecamatan Baiturrahman Banda Aceh. *Jurnal Aceh Medika*, 2(1), 125–131.