

TINGKAT KECEMASAN IBU DALAM MENGHADAPI MASA MENOPAUSE DI KAMPUNG NAHA 1 KECAMATAN TABUKAN UTARA

Kartini Syahmudin, Chatrina M.A Bajak, Gracia Ch. Tooy

Jurusan Kesehatan, Program Studi Keperawatan Politeknik Negeri Nusa Utara
graciacht@gmail.com

Abstrak: Manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai tingkatan umurnya. Semakin meningkat umurnya maka pertumbuhan dan perkembangan akan berhenti pada suatu tahap yang mengakibatkan berbagai perubahan fungsi tubuh. Perubahan fungsi tersebut biasanya terjadi pada proses menua. Proses ini banyak terjadi perubahan fisik maupun psikologis. Perubahan yang terjadi tersebut paling banyak pada proses menua seorang wanita karena terjadi suatu fase yang dinamakan menopause (Sulistyawati, 2010). Tujuannya untuk diketahui tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi masa menopause di Kampung Naha 1 Kecamatan Tabukan Utara.

Jenis dan penelitian ialah penelitian deskriptif dengan metode survei yang bertujuan untuk mengukur Tingkat Kecemasan Ibu dalam menghadapi Masa Menopause di Kampung Naha 1 Kecamatan Tabukan Utara. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang sudah menopause yang bertempat tinggal di Kampung Naha 1 Kecamatan Tabukan Utara berjumlah 25 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini ialah total sampling dengan Kriteria Inklusi dan Eksklusi. Data diperoleh melalui kuesioner yang dibagikan kepada responden. Pengolahan data melalui beberapa proses seperti Editing, Coding, Scoring, dan Tabulatif. Hasil penelitian di Kampung Naha 1 Kecamatan Tabukan Utara tentang Tingkat Kecemasan Ibu dalam menghadapi Masa Menopause dengan jumlah 25 responden diperoleh Tingkat Kecemasan yang paling banyak ialah tingkat Kecemasan dengan kategori Panik sebanyak 13 responden (44%). Kesimpulan dari penelitian ini adalah Tingkat Kecemasan Ibu dalam menghadapi Masa Menopause memiliki Tingkat Kecemasan yang Panik. Oleh sebab itu, bagi pemerintah Kampung Naha 1 agar dapat melakukan penjelasan mengenai Masa Menopause kepada ibu-ibu lainnya di suatu organisasi, agar semua ibu-ibu dapat mengetahui apa itu Menopause.

Kata Kunci : Kecemasan, Menopause

Manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai tingkatan umurnya. Semakin meningkat umurnya maka pertumbuhan dan perkembangan akan berhenti pada suatu tahap yang mengakibatkan berbagai perubahan fungsi tubuh. Perubahan fungsi tersebut biasanya terjadi pada proses menua. Proses ini banyak terjadi perubahan fisik maupun psikologis. Perubahan yang terjadi tersebut paling banyak pada proses menua seorang wanita karena terjadi suatu fase yang dinamakan menopause (Sulistyawati, 2010).

Berdasarkan jumlah penduduk dan derajat kesehatan masyarakat Indonesia pada tahun 2000, jumlah penduduk di Indonesia mencapai 203,46 juta orang dengan 101,81 juta penduduk wanita, sekitar 25% atau sekitar 15,5 juta jiwa dari penduduk wanita Indonesia akan mencapai usia menopause. Jumlah tersebut meningkat menjadi 11% pada tahun 2005. Pada tahun 2008 sekitar 5.320.000 wanita memasuki usia menopause. Pada tahun

2015 diperkirakan jumlah tersebut akan bertambah sebesar 14%. Tahun 2020 diperkirakan jumlah wanita yang hidup dalam usia menopause adalah 30,3 juta orang. Dengan semakin meningkatnya wanita menopause maka akan meningkat pula jumlah wanita pasca menopause.

Perubahan yang banyak terjadi pada saat menopause ialah perubahan fisik, mulai dari rambut, mata, kulit sampai keorgan-organ fisik lainnya. Target organ fisik seperti masalah di payudara dan vagina, serta muncul rasa panas yang menjalar di tubuh (*Hot Flashes*). Tidak hanya perubahan fisik yang terjadi pada menopause, perubahan psikis pun muncul pada saat ini. Masalah-masalah yang timbul dari perubahan psikis ini menimbulkan rasa cemas pada kebanyakan wanita. Kecemasan yang menimbulkan rasa cemas pada kebanyakan wanita.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di Kampung Naha 1 Kecamatan Tabukan utara terdapat Ibu Menopause dari umur 40-55 tahun. Ibu menopause tersebut dilakukan wawancara pada 10 orang ditemukan 6 Ibu mengalami gejala rasa panas dan tiba-tiba membuat mereka menjadi tidak nyaman. Cemas dengan ketidakaturan siklus haid pada dirinya. Cemas timbulnya penyakit setelah terjadi menopause. Sedangkan menurut 4 ibu yang menganggap menopause tidak perlu dikhawatirkan karena ibu merasa menopause merupakan proses alami. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Tingkat Kecemasan ibu dalam menghadapi masa menopause di Kampung Naha 1 Kecamatan Tabukan Utara.

B. METODE PENELITIAN

Jenis dan penelitian ialah penelitian deskriptif dengan metode survei. Penelitian inidilakukan di Kampung Naha1 Kecamatan Tabukan Utara, pada bulan Juni 2017. Populasi adalah keseluruhan obyek penelitian (Arikunto,2013). Populasi yang menjadi subyek responden pada penelitian ini adalah ibu-ibu yang sudah menopause yang bertempat tinggal di Kampung Naha 1 Kecamatan Tabukan Utara berjumlah 25 orang. Sampel dalam Penelitian ini ialah *total sampling*. Instrumen penelitian

menggunakan kuesioner yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Pengolahan data yang dilakukan *editing*, *coding*, *scoring* dan *tabulating* dibantu dengan program komputer

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Penelitian dilakukan untuk mengetahui bagaimana Tingkat Kecemasan Ibu dalam menghadapi Masa Menopause dengan cara pengumpulan data melalui pengisian kuesioner kepada setiap ibu-ibu yang memenuhi kriteria inklusi berjumlah 25 orang. Penelitian ini bertujuan untuk dapat melihat Kecemasan Ibu dalam menghadapi Masa Menopause itu sendiri.

Hasil pengolahan data dari penelitian yang dilakukan, disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi sebagai berikut

Kelompok Umur

Tabel 1. Distribusi responden menurut Umur.

Umur	Jumlah Responden (n)	Persentasi (%)
40-44	7	28
45-49	9	36
50-55	9	36
Total	25	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa jumlah Umur yang paling banyak Umur 50-55 tahun yaitusebanyak 9 responden (36%).

a. Kelompok Pendidikan Terakhir

Tabel 2. Distribusi responden menurut Pendidikan Terakhir.

Pendidikan terakhir	Jumlah Responden (n)	Persentasi (%)
SMA	7	28
SMP	5	20
SD	13	52
Total	25	100

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa jumlah Pendidikan Terakhir yang paling banyak yaitu pendidikan SD sebanyak 13 responden (52%).

b. Kelompok Tingkat Kecemasan Ibu

Tabel 3. Distribusi responden menurut Tingkat Kecemasan Ibu dalam menghadapi Masa Menopause.

Tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi masa menopause	Jumlah Responden (n)	Persentasi (%)
Ringan	1	4
Sedang	13	52
Berat	5	20
Panik	6	24
Total	25	100

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan ibu yang paling tinggi dalam menghadapi masa menopause adalah sedang yaitu sebanyak 13 responden (52%).

c. Kelompok Berdasarkan Karakteristik Responden

Tabel 4. Distribusi karakteristik Umur, Pendidikan Terakhir, Tingkat Kecemasan Ibu dalam menghadapi Masa Menopause.

Karakteristik	Tingkat Kecemasan Ibu dalam menghadapi Masa Menopause				
	Ringan n (%)	Sedang n (%)	berat n(%)	panik n (%)	total
Umur					
40-44	1(4)	2(8)	2 (8)	2 (8)	7 (28)
45-49	0(0)	5(20)	2 (8)	2 (8)	9 (36)
50-55	0(0)	6(24)	1(4)	2 (8)	9 (36)
Total	1(4)	13(52)	5(20)	6(24)	25(100)
Pendidikan Terakhir					
SMA					
SMP	0 (0)	2(8)	2 (8)	3 (12)	7
SD	0(0)	(28)			
	1 (4)	2(8)	1 (4)	2 (8)	5
		(20)			
		9 (36)	2 (8)	1 (4)	13
		(52)			
Total	1(8)	13(27)	5(20)	6 (27)	25(100)

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan ibu yang paling tinggi dalam menghadapi masa menopause di Kampung Naha1 Kecamatan Tabukan Utara, terhadap umur yaitu responden berumur 50-55 tahun dengan tingkat sedang yaitu sebanyak 6 responden (24%). Berdasarkan pendidikan terakhir yaitu responden berpendidikan SD memiliki tingkat sedang dimana terdapat 9 responden (36%)

2. Pembahasan

Hasil penelitian di Kampung Naha 1 Kecamatan Tabukan Utara tentang Tingkat Kecemasan Ibu dalam menghadapi Masa Menopause dengan jumlah 25 responden. Hasil penelitian dari segi umur, rata-rata ibu yang berumur 50-55 memiliki Tingkat Kecemasan yang paling banyak dengan kategori Sedang sebanyak 6 responden (24%). Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmi (2008) dengan judul Tingkat Kecemasan Ibu di Jakarta Sabatini, menunjukkan bahwa yang berumur 40-50 tahun mempunyai tingkat kecemasan dengan kategori sedang dalam menghadapi menopause yaitu sebanyak 20 responden (67%). Menurut Nursalam (2003), umur juga dapat mempengaruhi tingkat kecemasan seorang wanita, karena ketika sudah menopause seorang wanita akan merasa panik dan perasaan menjadi gelisah akibat memasuki usia lanjut.

Hasil penelitian dari segi Pendidikan Terakhir, rata-rata ibu yang berpendidikan SD memiliki tingkat kecemasan yang paling banyak dengan kategori sedang sebanyak 9 responden (36%). Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Farida (2007) dengan judul Kecemasan dalam menghadapi Menopause di Kampung Betawi Jakarta, menunjukkan bahwa yang berpendidikan SD mempunyai Tingkat Kecemasan dengan kategori Sedang dalam Menghadapi Menopause yaitu sebanyak 18 responden (60%). Menurut Notoatmodjo (2003), tingkat pendidikan turut mempengaruhi pengetahuan seseorang, dan semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang.

Hasil penelitian menunjukan Tingkat Kecemasan yang paling banyak ialah tingkat Kecemasan dengan kategori Sedang dimana terdapat 13 responden (52%). Hal ini menunjukan Sebagian besar Ibu yang ada di Kampung Naha 1 Kecamatan Tabukan Utara memiliki tingkat Kecemasan kategori Sedang terhadap Masa Menopause. Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yulia (2008) dengan judul Perilaku Ibu dalam menghadapi Masa Menopause di Bantul Yogyakarta, menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai Tingkat Kecemasan dengan kategori Sedang dalam menghadapi masa Menopause yaitu sebanyak 32 responden (57,2%).

D. KESIMPULAN

Berdasarkan tujuan penelitian tentang Tingkat Kecemasan Ibu dalam menghadapi Masa Menopause, disimpulkan bahwa Ibu yang ada di Kampung Naha 1 Kecamatan Tabukan Utara sebagian besar memiliki Tingkat Kecemasan dengan kategori Sedang sebanyak 13 Responden (52%).

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, B. (2003). *Menopause dan Andropause*. Edisi 1: Jakarta.
- Atika, P. (2010). *Menopause dan Sindrom Premenopause*. Yogyakarta : Nuha medika.
- Arikunto. (2013). *Masa Menopause*. Bandung : EGC.
- Farida. (2007). *Kecemasan dalam Menghadapi Menopause di Kampung Betawi*. Jakarta. Rineke Cipta Jakarta.
- Hidayat, A. (2003). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Salemba Medika Jakarta.
- Kampung, Naha. (1991). *Sejarah Kampung Naha Kecamatan Tabukan Utara*.
- Kuntjoro, H, Z, S. (2007). *Dukungan Sosial Pada Lansia*. Diakses pada tanggal 10 Juni 2017 pukul 19.10 dari <http://www.e-psikologi.com>.

- Notoatmodjo, S. (2003). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. (2003). *Metodologi Keperawatan Tentang Menopause*. Jakarta : Rineka Cipta
- Rahmi. (2008). *Tingkat Kecemasan Ibu di Sabatini Jakarta Pusat*. Jakarta : Sabatini.
- Sartjio. (2005). *Perawatan Kesehatan Menopause*. Jakarta : Harapan baru.
- Suliswati. (2005). *Konsep Dasar Kesehatan Jiwa*. Jakarta : EGC.
- Sobur, A. (2009). *Kecemasan dalam Masa Menopause*. Malang.
- Sulistiyawati, P, D. (2010). *Menopause dan Syndrom Premenopause*. Yogyakarta : Nuha medika.
- Yulia, (2008). *Perilaku Ibu dalam menghadapi Masa Menopause di Bantul Yogyakarta*. Jakarta: Cermin Dunia Kedokteran.

