

**HUBUNGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENOPAUSE DENGAN  
TINGKAT KECEMASAN PADA IBU PREMENOPAUSE  
DI DUSUN SOROLATEN SIDOKARTO  
GODEAN SLEMAN**

**NASKAH PUBLIKASI**



Disusun Oleh

**IKA NURVITA  
0502R00280**

**PROGRAM PENDIDIKAN NERS-PROGRAM STUDI ILMU  
KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH  
YOGYAKARTA  
2009**

**HUBUNGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENOPAUSE DENGAN  
TINGKAT KECEMASAN PADA IBU PREMENOPAUSE  
DI DUSUN SOROLATEN SIDOKARTO  
GODEAN SLEMAN**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar S1 Keperawatan pada  
Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan  
Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah  
Yogyakarta**



**Disusun Oleh**

**IKA NURVITA  
0502R00280**

**PROGRAM PENDIDIKAN NERS-PROGRAM STUDI ILMU  
KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2009**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENOPAUSE DENGAN  
TINGKAT KECEMASAN PADA IBU PREMENOPAUSE  
DI DUSUN SOROLATEN SIDOKARTO  
GODEAN SLEMAN**

**NASKAH PUBLIKASI**



Disusun Oleh

**IKA NURVITA**  
0502R00280



**Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui oleh:**

**Pembimbing : Warsiti, S.Kp., M,Kep., Sp.Mat.**

**Tanggal : 24 MARET 2010**

**Tanda tangan : .....**



## KATA PENGANTAR

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kenikmatan, rahmat serta hidayahNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul **“Hubungan Kesiapan Menghadapi Menopause dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Premenopause di Dusun Sorolaten Sidokarto Godean Sleman”**. Skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Yogyakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Maka perkenankanlah pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Prof. DR. dr. Wasilah Rochmah, Sp. PD (K), Ger., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Yogyakarta.
2. Ery Khusnal, MNS., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Yogyakarta.
3. Warsiti, M.Kep., Sp. Mat. selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan.
4. Yuli Isnaeni, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom. selaku dosen penguji yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan.
5. Ayah, Ibu, Kakak, dan Keluarga besar, atas dorongan dan do’anya yang senantiasa mengiringi.
6. Semua teman-teman mahasiswa keperawatan sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Yogyakarta angkatan 2005 dan semua pihak yang telah membantu sehingga penulisan skripsi ini dapat selesai pada waktunya.

Skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun dinantikan demi kesempurnaan skripsi ini.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Yogyakarta, Maret 2010

Ika Nurvita

# HUBUNGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENOPAUSE DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU PREMENOPAUSE DI DUSUN SOROLATEN SIDOKARTO GODEAN SLEMAN<sup>1</sup>

Ika Nurvita<sup>2</sup>, Warsiti<sup>3</sup>

## INTISARI

Meningkatnya usia harapan hidup seorang wanita, sementara usia rata-rata menopause relatif tetap, maka jumlah wanita dengan usia menopause akan semakin meningkat. Gangguan psikologi pada masa menopause meliputi merasa tua, tidak menarik lagi, rasa tertekan karena takut menjadi tua, mudah tersinggung, mudah kaget, sehingga jantung berdebar-debar, takut tidak memenuhi kebutuhan suami, rasa takut suami akan menyeleweng, keinginan seksual menurun dan sulit mencapai kepuasan (orgasme). Perubahan pada saat menopause dapat menyebabkan kecemasan yang dapat mengakibatkan stres bahkan depresi. Tujuan penelitian ini diketahuinya hubungan kesiapan ibu menghadapi menopause dengan tingkat kecemasan pada ibu premenopause di Dusun Sorolaten Sidokarto Godean Sleman. Metode penelitian menggunakan rancangan penelitian deskriptif korelasi. Dengan pendekatan waktu *Cross Sectional*. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner tertutup. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Total sampling* dan didapatkan 45 responden. Teknik untuk menguji hipotesis menggunakan rumus *Kendall Tau*. Pengumpulan data dilakukan pada bulan November 2009. Hasil penelitian ini didapatkan nilai  $\tau$  sebesar 0,420 dengan taraf signifikansi 0,003 artinya ada hubungan antara kesiapan ibu menghadapi menopause dengan tingkat kecemasan pada ibu premenopause karena nilai  $\tau > 0$ . Saran bagi responden untuk lebih mempersiapkan diri dalam menghadapi menopause antara lain dengan menambah informasi, olahraga ringan secara teratur dan mengkonsumsi makanan yang bergizi sehingga akan tercipta kualitas hidup yang positif.

Kata Kunci : Kesiapan, Tingkat Kecemasan  
Kepustakaan : 29 buku (1997-2008), 3 internet  
Halaman : i-xiv, 52 halaman, 4 tabel, 9 gambar, 14 lampiran

---

<sup>1</sup> Judul Skripsi

<sup>2</sup> Mahasiswa STIKES 'Aisyiah Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen STIKES 'Aisyiah Yogyakarta

# THE CORRELATION BETWEEN THE READINESS TO FACE MENOPAUSE AND THE LEVEL OF ANXIETY ON PREMENOPAUSAL WOMEN IN SOROLATEN HAMLET SIDOKARTO GODEAN SLEMAN<sup>1</sup>

Ika Nurvita<sup>2</sup>, Warsiti<sup>3</sup>

## ABSTRACT

The increase of life expectation of women and the relatively stable rate of menopausal age have caused the increase in the number of menopausal women. The psychological disturbances in menopausal period include the feeling of getting older and not attractive anymore, the stress of the fear of being old, getting easily offended, getting easily shocked that heart beats faster, being afraid of not fulfilling husband's needs, being afraid of husband's unfaithfulness, the decrease of sexual desire, and difficulty in reaching satisfaction (orgasm). The changes on menopause period can cause anxiety that may result in stress or yet depression. This study aimed at finding the correlation between the readiness to face menopause and the level of anxiety on premenopausal women in Sorolaten Hamlet Sidokarto Godean Sleman. The method used was correlative descriptive study with *Cross Sectional* time approach. The instrument used was closed questionnaires. The samples were chosen with *Total Sampling* technique as many as 45 respondents. The technique used to test the hypothesis was the *Kendall Tau* formula. The data collection was conducted in November 2009. The result showed  $\tau$  value 0,420 with significance level 0,003. This means that there is a correlation between the readiness to face menopause and the level of anxiety on premenopausal women because the value of  $\tau > 0$ . The respondents are suggested to prepare themselves to face menopause by searching information, regularly taking light exercises, and consuming nutritional food to achieve a positive life quality.

Keywords : Anxiety Level, Readiness  
References : 29 books (1997 – 2008), 3 websites  
Pages : i-xiv, 52 pages, 4 tables, 9 pictures, 14 appendices

---

<sup>1</sup>Title of Thesis

<sup>2</sup> Student of Student of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup> Lecturer of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Pesatnya pembangunan di sektor kesehatan dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan sehingga jumlah penduduk semakin meningkat yang diiringi peningkatan usia harapan hidup. Pada tahun 1999, penduduk wanita Indonesia yang berumur 45-54 tahun sebanyak 14.923.600 jiwa dan yang berumur 55 tahun ke atas sebanyak 11.239.000 jiwa. Dikatakan bahwa kelompok wanita usia tua pada tahun 2000 mencapai 8,2% dari jumlah penduduk. Sebanyak 28% dari 224 juta jiwa penduduk di Indonesia saat ini adalah wanita yang berumur 40 tahun ke atas (Gulton, 2003).

Menopause merupakan suatu tahap dimana wanita tidak lagi mendapatkan siklus menstruasi yang menunjukkan berakhirnya kemampuan wanita untuk bereproduksi. Seorang wanita sudah mencapai menopause apabila dia tidak mendapatkan menstruasi selama 12 bulan secara berurutan, dan tidak ada penyebab lain terjadinya perubahan tersebut. Secara normal wanita akan mengalami menopause antara usia 40 tahun

sampai 50 tahun. Pada saat menopause, wanita akan mengalami perubahan-perubahan di dalam organ tubuhnya yang disebabkan oleh bertambahnya usia. Usia dari hari ke hari akan terus berjalan dan setiap orang seiring dengan bertambahnya usia tidak akan lepas dari predikat tua. Dengan bertambahnya usia maka gerak-gerik, tingkah laku, cara berpakaian dan bentuk tubuh mengalami suatu perubahan (Zainuddin, 2002).

Banyak perubahan terjadi pada saat menopause, kecemasan terutama yang disebabkan oleh pikiran tentang tujuan sisa hidup, paling sering dialami keadaan ini tidak boleh dianggap ringan dan tampaknya dapat menjadi resep yang pasti mengakibatkan stres yang tinggi (Mackenzie, 1998).

Kecemasan merupakan pengalaman psikis yang wajar dan biasa yang pernah dialami oleh setiap individu dalam rangka memacu individu untuk mengatasi masalah yang sebaik-baiknya. Jadi kecemasan sampai taraf dan kualitas tertentu mempunyai fungsi

adaptif dan konstruktif demi kelangsungan hidup individu dalam lingkungan yang berubah-ubah lebih dari itu akan menjadi sindrom klinik yang mengganggu kesehatan, kegiatan sehari-hari dan kesejahteraan hidup (Maslim, 1998).

Adapun dampak yang terjadi pada kecemasan menopause yaitu depresi dan stres yang dapat mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Komplikasi pada ibu, yaitu dapat berlanjut pada gangguan kejiwaan. Menurut beberapa penelitian, kecemasan menopause merupakan kecemasan tertinggi kedua setelah pra menopause yang mengakibatkan gangguan kejiwaan (Lubis, dkk, 2002).

Menurut Manuaba (1999) gangguan psikologi pada masa menopause meliputi merasa tua, tidak menarik lagi, rasa tertekan karena takut menjadi tua, mudah tersinggung, mudah kaget, sehingga jantung berdebar-debar, takut tidak memenuhi kebutuhan suami, rasa takut suami akan menyeleweng, keinginan seksual menurun dan sulit mencapai kepuasan (orgasme).

Keterlibatan pemerintah maupun masyarakat dalam mengatasi masalah menopause antara lain bekerjasama dengan tim dari berbagai disiplin keahlian ilmu misalnya psikologi dan spesialis obstetrik ginekologi melalui berbagai organisasi-organisasi wanita atau organisasi khusus menopause sebagai contoh organisasi PPKW (Perhimpunan Penyantun Kesejahteraan Wanita), Komunitas Internasional Menopause atau *International Menopause Society* (IMS) untuk memberikan informasi tentang pre menopause, menopause dan pasca menopause sebagai salah satu organisasi dunia yang menangani masalah menopause (Pakasi, 2000).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Puspita (2008) dengan judul *Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause Di Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta*, didapatkan 30 responden mendapat kecemasan berat dalam menghadapi menopause yaitu 23 orang (76,7%).



Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Mei 2009 didapatkan data dari kepala dusun dan kader di Dusun Sorolaten Sidokarto Godean Sleman, terdapat 45 orang wanita yang berada pada masa pre menopause. Setelah dilakukan wawancara pada 10 orang ibu premenopause didapatkan 7 ibu premenopause (70%) menyatakan belum mempersiapkan diri untuk menghadapi menopause antara lain dalam mencari informasi tentang menopause, mengkonsumsi makanan bergizi, olahraga secara teratur dan mereka menyatakan cemas dalam menghadapi menopause.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Kesiapan Menghadapi Menopause dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Premenopause di Dusun Sorolaten, Sidokarto, Godean, Sleman.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasional yaitu suatu metode

penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif (Notoatmodjo, 2002).

Metode pendekatan waktu yang digunakan adalah *cross sectional* yaitu suatu penelitian untuk meneliti hal yang sudah ada tanpa memberikan perlakuan dan untuk mengetahui hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas yang diobservasi dan diukur sekali saja dalam waktu yang sama (Notoatmodjo, 2002).

Dengan menggunakan variabel bebas kesiapan menghadapi menopause dan variabel terikat tingkat kecemasan pada ibu premenopause. Dan variabel pengganggu dalam penelitian ini tidak dikendalikan karena empat variabel pengganggu tersebut berpengaruh juga pada variabel kesiapan menghadapi menopause (variabel bebas) sehingga ketika variabel pengganggu ini dikendalikan dikhawatirkan kesiapan yang didapatkan tidak bervariasi.

Kesiapan menghadapi menopause, yaitu ungkapan melalui pengisian kuesioner

terkait dengan kesiapan baik secara fisik maupun secara psikis dalam menghadapi menopause yaitu dengan olahraga teratur, dukungan dari keluarga terutama suami, mengkonsumsi makanan bergizi, mencari akses informasi diambil dengan cara pengisian kuesioner. Skala yang digunakan adalah skala ordinal, dengan kategori yaitu: siap, cukup siap, kurang siap. Tingkat kecemasan pada ibu premenopause merupakan tingkat kecemasan ibu yang akan mengalami menopause dan diukur dengan menggunakan HRSA (*Hamillton Rate Scale Anxiety*) dengan kategori tidak ada gejala, gejala ringan, gejala sedang, gejala berat, panik. Tingkat kecemasan ini merupakan skala data ordinal.

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2002). Populasi penelitian ini adalah ibu premenopause berusia 40-50 tahun di Dusun Sorolaten Sidokarto Godean tahun 2009 sebanyak 45 orang. Pengambilan responden dilakukan dengan kriteria: ibu berusia 40-50 tahun yang belum mengalami

menopause, bersedia menjadi responden, bisa baca dan tulis, bertempat tinggal di Dusun Sorolaten, tingkat pendidikan minimal SD (Sekolah Dasar).

Berdasarkan kriteria yang ada dipopulasi didapatkan jumlah sampel 45 responden ibu premenopause dengan teknik pengambilan sampel secara sampling jenuh atau total sampling yaitu dengan mengambil semua anggota populasi menjadi sampel (Hidayat, 2007). Alat pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan kuesioner tertutup (*close ended*), yaitu pertanyaan yang sudah disediakan jawabannya (Arikunto, 2002). Kuesioner yang digunakan untuk mengetahui kesiapan menghadapi menopause, mengadopsi dari penelitian Purwandari (2004), bentuk pernyataan tertutup dengan jawaban responden dibuat dalam bentuk 3 kategori: siap, cukup siap, kurang siap. Kuesioner yang digunakan untuk mengetahui tingkat kecemasan pada ibu premenopause menggunakan HRSA yang mengadopsi dari penelitian Puspita (2008), HRSA ini

merupakan alat ukur tingkat kecemasan yang sudah standart yang terdiri dari 14 kelompok gejala kecemasan, sehingga tidak perlu diuji validitas. Keuntungan alat ukur ini dapat diterima secara Internasional juga memudahkan peneliti dalam melakukan penilaian tingkat kecemasan respon secara langsung (Nursalam, 2003).

Jawaban pernyataan dalam kuesioner kesiapan menghadapi menopause tersusun menjadi pernyataan yang disajikan dalam bentuk kalimat pernyataan favourable, yakni jika isinya mendukung, memihak atau menunjukkan ciri adanya atribut yang diukur dan unfavourable yakni jika isinya tidak mendukung atau tidak menggambarkan ciri atribut yang diukur (Azwar, 2006). Kuesioner dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur:

- a) Identitas responden yaitu nama dan usia.
- b) Pertanyaan untuk kesiapan menghadapi menopause terdiri dari 20 item pertanyaan

c) Pertanyaan tentang tingkat kecemasan pada ibu premenopause terdiri dari 14 item pertanyaan.

**Tabel 1**  
**Kisi-kisi pernyataan kuesioner kesiapan menghadapi menopause**

No	Indikator	Favorable	Unfavorable	Σ
1.	Kesiapan fisik	1, 2, 5, 7, 9	3, 4, 6, 8, 15	10
2.	Kesiapan psikis	16, 17, 18, 19, 20	10, 11, 12, 13, 14	10
	Jumlah	10	10	20

**Table 2**  
**Kisi-kisi pernyataan kuesioner tingkat kecemasan pada ibu premenopause**

No	Indikator	Butir pertanyaan	Σ
1.	Tanda dan gejala Pedoman kuesioner dari HRSA	1-14	14

Untuk uji validitas dan reliabilitas tidak dilakukan, dikarenakan kuesioner dalam penelitian ini di adopsi dari kuesioner Purwandari (2004) dengan judul *Kesiapan Wanita Menghadapi Menopause & Keluhan Yang Timbul Saat Menopause Di Kelurahan Terban Kecamatan Gondokusuman* untuk kuesioner kesiapan menghadapi menopause. Dengan hasil uji validitas menunjukkan bahwa untuk kuesioner kesiapan menghadapi menopause, semua item mempunyai nilai r

hitung lebih besar dari  $r$  tabel untuk  $N = 20$  yaitu 0,444 sehingga semua item kuesioner dinyatakan valid.

Hasil uji reliabilitas untuk kuesioner kesiapan dalam menghadapi menopause didapatkan nilai  $r$  alfa sebesar 0,945 sehingga dinyatakan reliabel dan layak digunakan sebagai instrumen pengumpul data.

Dan untuk kuesioner tingkat kecemasan pada ibu premenopause di adopsi dari Puspita (2008) dengan judul *Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause Di Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta*.

Untuk mengetahui hubungan dua variabel, menggunakan korelasi *Kendall Tau*. Teknik korelasi ini digunakan untuk mencari hubungan dan menguji hipotesis antara dua variabel atau lebih, bila datanya berbentuk ordinal atau rangking (Sugiyono, 2002).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Gambaran umum lokasi penelitian.

Dusun Sorolaten merupakan salah satu dusun yang ada di wilayah

Kelurahan Sidokarto, dan berada di wilayah kerja Puskesmas Godean II dan terdapat satu posyandu. Dengan 6 anggota kader kesehatan. Posyandu yang saat ini berjalan adalah posyandu lansia dan balita. Kegiatan di posyandu lansia meliputi konsultasi dan pemeriksaan. Sedangkan untuk kegiatan di posyandu balita meliputi pendaftaran, penimbangan, pemeriksaan dan konsultasi, pencatatan dan pemberian makanan tambahan. Dan terdapat 26 PUS yang berada di dusun Sorolaten Sidokarto Godean Sleman.

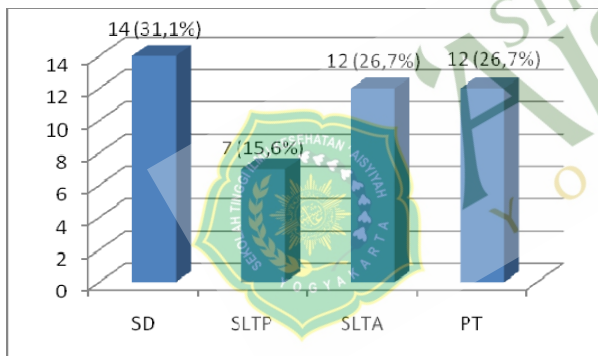
Dusun Sorolaten mempunyai luas wilayah 50,05 Ha dengan rincian luas pekarangan 19,7 Ha, luas sawah 24,2 Ha, makam 1,2 Ha, sungai 1350 m<sup>2</sup> dan jalan 3700 m<sup>2</sup>. Jumlah penduduk dusun Sorolaten adalah 741 jiwa dengan rincian laki-laki 140 orang, perempuan 145 orang, lansia 195 orang, pemuda dan remaja 95 orang, anak-anak dan balita 166 orang. Jumlah wanita premenopause di Dusun Sorolaten

adalah 45 orang. Pekerjaan mayoritas warga dusun Sorolaten adalah buruh harian, dengan latar belakang pendidikan mayoritas SD dan SLTP. Budaya yang berlaku di dusun Sorolaten adalah budaya Jawa dengan mayoritas warganya beragama Islam.

## 2. Karakteristik Responden

Dari hasil penelitian di ketahui karakteristik responden sebagai berikut:

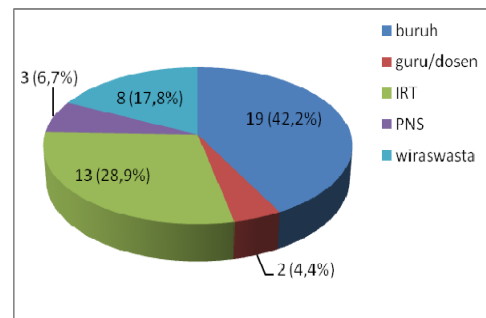
### a. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan



Gambar 4.1. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan.

Gambar 4.1. memperlihatkan bahwa sebagian besar responden mempunyai latar belakang pendidikan SD yaitu sebanyak 14 responden (31,1%) dan yang paling sedikit berpendidikan SLTP yaitu 7 responden (15,6%).

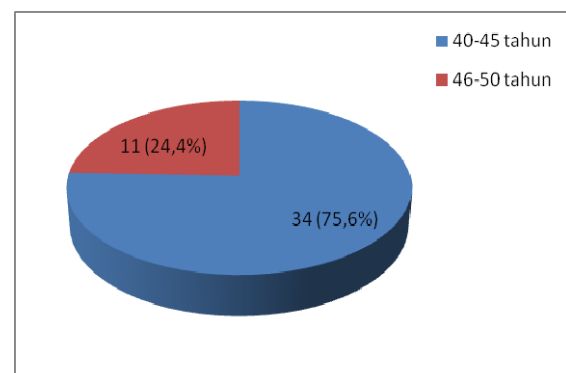
### b. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan



Gambar 4.2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan.

Gambar 4.2. memperlihatkan bahwa sebagian besar responden bekerja sebagai buruh yaitu sebanyak 19 responden (42,2%) sedangkan yang paling sedikit bekerja sebagai guru yaitu 2 responden (4,4%).

### c. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

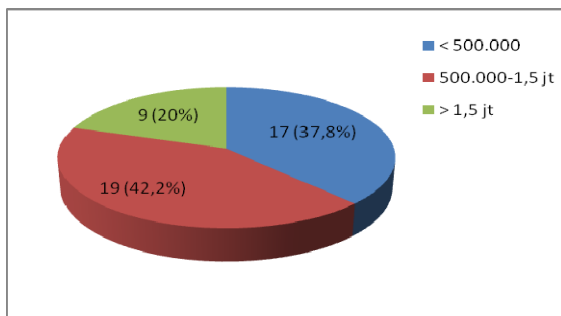


Gambar 4.3. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur.

Gambar 4.3. memperlihatkan bahwa sebagian besar responden

berumur antara 40 – 45 tahun yaitu 34 responden (75,6%) dan yang paling sedikit berumur antara 46-50 tahun yaitu 11 responden (24,4%).

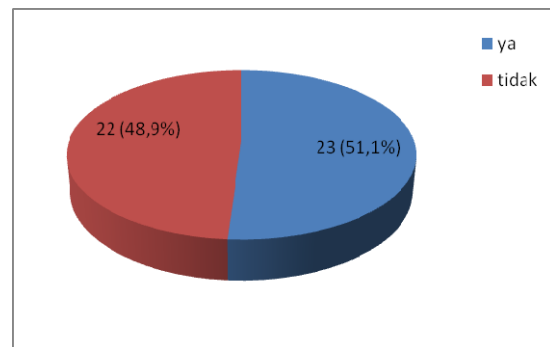
d. Karakteristik Responden Berdasarkan Penghasilan



Gambar 4.4. Karakteristik Responden Berdasarkan Penghasilan.

Gambar 4.4. memperlihatkan bahwa sebagian besar responden mempunyai penghasilan keluarga antara Rp. 500.000,00 – 1.500.000,00 yaitu 19 responden (42,2%) dan yang paling sedikit mempunyai penghasilan keluarga lebih dari Rp 1.500.000,00 yaitu 9 responden (20%).

e. Karakteristik Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga

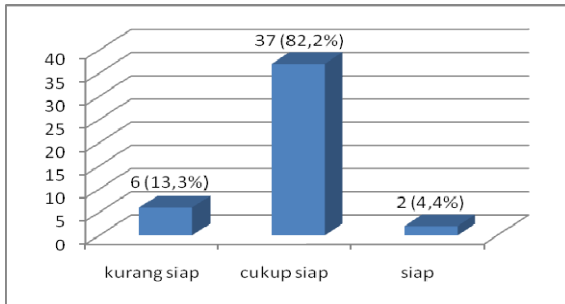


Gambar 4.5. Karakteristik Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga.

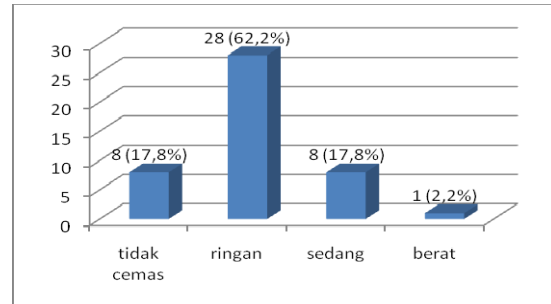
Gambar diatas memperlihatkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga dalam menghadapi menopause yaitu sebanyak 23 responden (51,1%) dan hanya sebanyak 22 responden (48,9%) yang tidak mendapatkan dukungan keluarga.

3. Kesiapan dalam menghadapi menopause pada ibu premenopause

Gambar kesiapan dalam menghadapi menopause pada ibu premenopause dapat diperlihatkan pada gambar berikut:



Gambar 4.6. Kesiapan Dalam Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause.



Gambar 4.7. Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause.

Gambar diatas memperlihatkan bahwa responden yang cukup siap dalam menghadapi menopause sebanyak 37 orang (82,2%) dan hanya sebanyak 2 orang (4,4%) responden yang menyatakan siap dalam menghadapi menopause.

**4. Tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause pada ibu premenopause.**

Gambaran tingkat kecemasan responden dalam menghadapi menopause pada ibu premenopause dapat diperlihatkan pada gambar berikut:

Gambar diatas memperlihatkan bahwa responden yang mempunyai kecemasan ringan dalam menghadapi menopause sebanyak 28 responden (62,2%) dan hanya sebanyak 1 responden (2,2%) dengan kecemasan berat dalam menghadapi menopause.

**5. Hubungan kesiapan dalam menghadapi menopause dengan tingkat kecemasan pada ibu premenopause di Dusun Sorolaten, Sidokarto, Godean, Sleman**

Gambaran hubungan kesiapan dalam menghadapi menopause dengan tingkat kecemasan pada ibu premenopause di Dusun Sorolaten, Sidokarto, Godean, Sleman dapat diperlihatkan pada tabel berikut:

Tabel 4.1.  
 Hubungan Kesiapan Dalam Menghadapi Menopause Dengan Tingkat Kecemasan pada Ibu Premenopause di Dusun Sorolaten, Sidokarto, Godean, Sleman

No	Tingkat Kecemasan Kesiapan	Tidak cemas		Ringan		Sedang		Berat		Total	
		f	%	f	%	f	%	F	%	f	%
1.	kurang siap	4	8,9	1	2,2	1	2,2	0	0	6	13,3
2.	cukup siap	4	8,9	27	60	5	11,1	1	2,2	37	82,2
3.	siap	0	0	0	0	2	4,4	0	0	2	4,4
	Jumlah	8	17,8	28	62,2	8	17,8	1	2,2	45	100

Sumber : data primer 2009

Tabel diatas memperlihatkan bahwa responden yang paling banyak adalah ibu-ibu premenopause yang cukup siap dalam menghadapi menopause dan mengalami kecemasan ringan yaitu 27 responden (60%). Sedangkan hanya 1 responden (2,2%) yang paling sedikit mempunyai kecemasan berat dan cukup siap dalam menghadapi menopause, dan mengalami kecemasan ringan, kecemasan sedang serta kurang siap dalam menghadapi menopause.

Hasil uji Kendall Tau menghasilkan nilai  $\tau$  sebesar 0,420 dengan taraf signifikansi 0,003 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dalam tingkatan sedang antara tingkat

kecemasan dengan kesiapan dalam menghadapi menopause pada ibu-ibu premenopause di dusun Sorolaten Sidokarto Godean Sleman.

## 6. Deskripsi Data

Data penelitian variabel kesiapan menghadapi menopause dan tingkat kecemasan pada ibu premenopause diperoleh melalui jumlah butir jawaban kuesioner yang telah diujikan validitas dan reliabilitas. Data masing-masing jawaban dikelompokkan dalam skala ordinal. Untuk kesiapan menghadapi menopause dalam kategori kurang siap 6 responden (13,3%), cukup siap 37 responden (82,2%), siap 2 responden (4,4%), sedangkan tingkat kecemasan pada ibu premenopause dalam kategori



tidak cemas 8 responden (17,8%), ringan 28 responden (62,2%), sedang 8 responden (17,8%), berat 1 responden (2,2%).

## PEMBAHASAN

### 1. Kesiapan dalam menghadapi menopause

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kesiapan dalam menghadapi menopause yaitu mempunyai kategori cukup siap, sebanyak 37 responden (82,2%) dan hanya sebanyak 2 responden (4,4%) yang mempunyai kategori siap dalam menghadapi menopause. Hal ini dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, dukungan keluarga, pekerjaan.

Hal ini sesuai dengan gambar 4.1. dapat diketahui bahwa pada penelitian ini karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan memperlihatkan bahwa sebagian besar responden mempunyai latar belakang pendidikan SD sebanyak 14 responden (31,1%). Responden yang sebagian

besar berpendidikan SD mempunyai keterbatasan dalam memahami informasi yang diterima termasuk informasi tentang menopause. Hal tersebut mempengaruhi kesiapan responden dalam menghadapi menopause. Menurut Notoatmodjo (2003) tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan, sehingga dapat berpengaruh pada besar kecilnya tingkat kesiapan responden dalam menghadapi menopause. Wanita pre menopause yang mempunyai pengetahuan kesehatan yang lebih baik akan lebih siap dalam menghadapi menopause sehingga terjadi perubahan perilaku yang baik atau positif. Pengetahuan yang cukup akan membantu wanita memahami dan mempersiapkan dirinya menjalani masa menopause.

Gambar 4.5. memperlihatkan bahwa pada penelitian ini karakteristik responden berdasarkan dukungan yang diperoleh responden dari keluarganya,

sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga dalam menghadapi menopause yaitu sebanyak 23 responden (51,1%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga dalam menghadapi menopause, baik dukungan dari suami maupun anak-anaknya. Kesiapan responden dalam menghadapi menopause dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti menjalin hubungan yang lebih baik dengan anggota keluarga. Adanya dukungan dari keluarga dapat meringankan beban seorang wanita dalam menghadapi menopause. Kunjtoro (2002) menyatakan bahwa menopause dapat berjalan mulus dengan adanya kemauan diri untuk memandang hidup yang akan datang sebagai sebuah harapan yang membahagiakan, sehingga peristiwa yang dialami selalu dipandang dari segi yang baik. Hal tersebut dapat berlangsung bila ada dukungan dari orang sekitar, khususnya suami. Peran

positif akan menumbuhkan bahwa kehadirannya masih sangat dibutuhkan keluarga.

Gambar 4.2. memperlihatkan bahwa sebagian besar responden bekerja sebagai buruh yaitu sebanyak 19 responden (42,2%) sedangkan yang paling sedikit bekerja sebagai guru yaitu 2 responden (4,4%). Pekerjaan merupakan bagian dari aktifitas fisik yang dilakukan secara rutin dan teratur. Dengan melakukan aktifitas fisik secara teratur akan membantu untuk mempertahankan berat badan, sistem kardiovaskuler, memperbaiki kualitas tidur, menguatkan tulang, mengendalikan gula darah dan kolesterol, meningkatkan mood dan meningkatkan perasaan segar dan nyaman. Aktifitas fisik yang dapat dilakukan responden antara lain menjadi buruh tani atau melakukan pekerjaan rumah tangga yang sifatnya rutin seperti membersihkan rumah dan lain-lain.

## 2. Tingkat kecemasan pada ibu premenopause.

Kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa mendatang tanpa sebab yang khusus atau kecemasan dapat diartikan sebagai rasa takut atau khawatir kronis pada tingkat yang ringan sebagaimana dinyatakan Chaplin (2002). Kecemasan dalam menghadapi menopause terkait dengan perasaan seorang wanita terhadap sesuatu yang akan terjadi pada masa menopause. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai kecemasan ringan dalam menghadapi menopause pada ibu premenopause sebanyak 28 responden (62,2%) sedangkan responden yang paling sedikit mempunyai kecemasan berat pada ibu premenopause yaitu sebanyak 1 responden (2,2%) sebagaimana diperlihatkan gambar 4.7.

Responden dengan tingkat kecemasan ringan pada ibu

premenopause dapat disebabkan karena status sosial yang baik. Dalam hal ini, Soewadi (1998) menyatakan bahwa status ekonomi yang tinggi pada seseorang menyebabkan orang tersebut tidak mudah mengalami stress dan kecemasan. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa sebagian besar responden mempunyai penghasilan keluarga antara Rp 500.000,00 – 1,5 jt rupiah sebagaimana diperlihatkan gambar 4.4. Responden dengan status ekonomi yang tinggi, mempunyai lebih banyak kesempatan dan kemampuan untuk memenuhi kebutuhannya dalam rangka menekan kecemasan yang dialami dalam menghadapi menopause seperti mencari informasi tentang menopause, mendapatkan dukungan keluarga dan sosial dan sebagainya.

Faktor lain yang menyebabkan responden memiliki kecemasan ringan adalah adanya dukungan keluarga, baik suami maupun anak-anaknya. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa

sebagian besar responden memperoleh dukungan keluarga dalam menghadapi menopause sebagaimana diperlihatkan gambar 4.5.

Dukungan keluarga merupakan bantuan atau dukungan yang diterima individu dari orang-orang tertentu dalam kehidupannya dan berada dalam lingkungan keluarga tertentu yang dapat membuat penerima merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai. Dukungan keluarga meliputi tingkatan kepuasan akan dukungan sosial yang diterima, persepsi individu bahwa kebutuhannya akan terpenuhi.

Menurut Pulungsari (2006), setiap anggota keluarga memiliki peran spesifik yang dimainkan dalam sistem tersebut dan setiap anggota keluarga bergantung pada anggota yang lain agar dapat memainkan perannya. Pasangan dan keluarga adalah sumber dukungan sosial yang penting dalam proses penyesuaian diri.

### **3. Hubungan Antara Kesiapan Dalam Menghadapi Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Premenopause Di Dusun Sorolaten, Sidokarto, Godean, Sleman**

Tabel 4.1. memperlihatkan bahwa responden yang paling banyak adalah ibu-ibu premenopause yang cukup siap dalam menghadapi menopause dan mengalami kecemasan ringan yaitu 27 responden (60%). Sedangkan hanya 1 responden (2,2%) yang paling sedikit mempunyai kecemasan berat dan cukup siap dalam menghadapi menopause, dan mengalami kecemasan ringan, kecemasan sedang serta kurang siap dalam menghadapi menopause.

Responden yang mempunyai kesiapan cukup siap dan mengalami kecemasan ringan dalam menghadapi menopause dapat disebabkan karena beberapa faktor. Faktor yang dapat mendukung hal tersebut diantaranya adalah adanya dukungan dari keluarga

responden dan status sosial ekonomi responden yang tergolong menengah. Dukungan keluarga mempengaruhi psikis responden dalam menghadapi perubahan yang terjadi selama masa premenopause. Kuntjoro (2002) menyatakan bahwa dukungan keluarga menyangkut persepsi terhadap keberadaan (*availability*) dan ketepatan (*adequacy*) karena dukungan sosial tidak sekedar memberikan bantuan tetapi makna terpenting adalah persepsi penerima bantuan dukungan sosial. Jadi hubungan dukungan sosial yang diberikan memiliki ketepatan, artinya bahwa orang yang menerima sangat merasakan manfaat bantuan bagi dirinya dan dapat memberikan kepuasan.

Pengaruh sosial ekonomi terhadap tingkat kesiapan dan kecemasan responden dalam menghadapi menopause terkait erat dengan kemampuan responden dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Dengan penghasilan yang tergolong tinggi,

responden berharap dapat memenuhi kebutuhannya hidupnya sehari-hari sehingga dapat menurunkan tingkat stres yang disebabkan karena tidak terpenuhinya kebutuhan keluarga sehari-hari. Dalam Zainudin (2002) menyatakan bahwa keadaan sosial ekonomi mempengaruhi faktor fisik, kesehatan dan pendidikan. Apabila faktor-faktor di atas cukup baik, akan mengurangi beban fisiologi, psikologi. Kesehatan akan faktor klimakterium sebagai faktor fisiologi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati (2008) dengan judul *Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause di Ngadiwinatan Yogyakarta*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden didapatkan hasil 21 responden (70%) dengan dukungan sedang dari suami dan mengalami kecemasan sedang dan 4 responden

(13,3%) dengan dukungan tinggi dari suami dengan tingkat kecemasan rendah.

Adanya hubungan antara kesiapan dalam menghadapi menopause dengan tingkat kecemasan pada ibu premenopause dalam tingkatan cukup siap menunjukkan bahwa selain faktor kesiapan dalam menghadapi menopause juga ada faktor lain yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada ibu premenopause. Menurut Notoatmodjo (2003), salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan adalah tingkat pengetahuan. Seseorang yang mempunyai tingkat pengetahuan lebih tinggi tidak akan mudah terhindar dari stres sedangkan seseorang dengan tingkat pengetahuan rendah lebih mudah mengalami stres disebabkan karena kurangnya informasi. Faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan responden adalah faktor budaya, sebagaimana dinyatakan oleh Hartono (2001), yang menyebutkan bahwa budaya mempengaruhi wanita

menopause untuk dapat atau tidak menyesuaikan diri dengan masa ini.

## **KETERBATASAN PENELITIAN**

Keterbatasan dalam penelitian ini antara lain belum diketahuinya tingkat pengetahuan responden tentang menopause sehingga belum diketahui seberapa jauh pengaruh tingkat pengetahuan dalam mempengaruhi tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause pada ibu premenopause.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kesiapan dalam menghadapi menopause di Dusun Sorolaten Sidokarto Godean Sleman dalam kategori cukup siap yaitu sebanyak 37 orang (82,2%).
2. Tingkat kecemasan pada ibu premenopause di Dusun Sorolaten Sidokarto Godean Sleman dalam kategori ringan yaitu sebanyak 28 orang (62,2%).

3. Ada hubungan yang signifikan dalam tingkatan sedang antara kesiapan dalam menghadapi menopause dengan tingkat kecemasan pada ibu premenopause di Dusun Sorolaten Sidokarto Godean Sleman.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disarankan kepada

1. Bagi tenaga kesehatan

Diharapkan petugas kesehatan lebih meningkatkan penyuluhan kesehatan kepada ibu-ibu premenopause, terutama mengenai gejala-gejala dan perubahan-perubahan sistem reproduksi saat menjelang menopause, baik dilakukan melalui media informasi yang praktis dan mudah dijangkau oleh masyarakat, misalnya pemasangan poster di tempat-tempat yang biasa digunakan untuk pertemuan seperti balai desa atau tempat posyandu.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Agar melanjutkan penelitian dengan menggali tingkat pengetahuan responden tentang menopause sehingga dapat

diketahui seberapa besar pengaruh tingkat pengetahuan tentang menopause terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause.

3. Bagi Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta

Bagi mahasiswa agar dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai salah satu literatur kepustakaan untuk menambah pengetahuan pembaca.

## DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S., 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Cetakan keenam, Edisi Revisi, Rineka Cipta, Jakarta.

Azwar, 2006, *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.

Gulton, B., 2003. *Pengaruh Terapi Sulih Hormon Pada Wanita Menopause*, Majalah Obstertri & Ginekologi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia. Jakarta. Vol 27 No 3 hal 153.

Hidayat, A.Aziz., 2007. *Metode Penelitian & Teknik Analisa Data*, Salemba Medika, Jakarta.

Kuntjoro, Z.S., 2002. *Menopause*. <http://www.e-psikologi.com>, diakses tanggal 9 Mei.

Lubis, R., Hanafiah. J. M, Hutapea. H., 2001, *Gambaran Klinik dari Kadar FSH Serum Pada Penderita Sindrom Menopause*, Dalam Majalah Obstetri dan Gynekology Indonesia, Vol.25,

- No.2, Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
- Mackenzie, R., 1998. *Menopause Tuntunan Praktis Untuk Wanita*, Arcan. Jakarta.
- Manuaba, 1999. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*, Penerbit Arca.
- Maslim, R., 1998, *Tuntunan Praktis Diagnosa Syndrom Cemas*, Seri Psikiatris, Jakarta.
- Notoatmojo. S., 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Yogyakarta.
- Notoatmojo. S., 2003. *Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku Kesehatan*, Andi Offset, Jakarta.
- Pakasi, L., 2000, *Menopause, Masalah Penanggulangannya*, FK. UI, Jakarta.
- Pulungasih, F., 2006. *Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dan Dukungan Sosial Suami Saat Istri Menghadapi Menopause Di Dusun Gading Limbang Bantul*, UGM, Yogyakarta. Tidak dipublikasikan.
- Purwandari, R., 2004. *Kesiapan Wanita Menghadapi Menopause & Keluhan Yang Timbul Saat Menopause Di Kelurahan Terban Kecamatan Gondokusuman*. UGM. Yogyakarta. Tidak dipublikasikan.
- Puspita, R., 2008. *Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause Di Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta*. STIKES 'AISYIYAH. Tidak dipublikasikan.
- Soewadi, 1998. *Stres dalam Bekerja*, FK UGM, Yogyakarta.
- Sugiyono, 2005. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta. Bandung.
- Sugiyono, 2002. *Statistik Untuk Penelitian*. Alfabeta. Bandung.
- Zainuddin, S. K. 2002. *Menopause*. <http://www.e-psikologi.com>. diakses 26 Maret 2009

