

**PENGARUH PEMBERIAN PENYULUHAN TENTANG MENOPAUSE
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU MENGHADAPI
MENOPAUSE PADA WANITA PREMENOPAUSE
DI DUSUN SOROGEDUGKIDUL MADUREJO
PRAMBANAN SLEMAN
TAHUN 2009¹**

Linatus Sofiah², Hikmah Sobri³

Arbstak: The period of the menopause period was the period that was complex for the woman because this was linked with the situation badaniyah and psychological him that influenced the emotional situation because the change happened so as to emerge the concern. The aim of this research was to learn how far the influence of giving of counselling on the level of the mother's concern faced menopause.

The research was carried out from April to May 2009 in the Sorogedugkidul village by using the questionnaire as the implement of the data collection. The research kind that was used was the experiment, with the design of the research of the experiment of plan appearance pretest-posttest with the control group. The research respondent was chosen with used simple random sampling with the sample totalling 86 people. Data processing in a manner the computer with the statistical test mann Whitney. Results of the analysis with SPSS for windows release 11.5 results of the difference test of this Mann-Whitney were known that mean rank the level of the concern of the experiment group was 30.01 and the control group was 56.99 and was met by the Z value counted of 5.049 with the significance 0.000. $\alpha = 0.05$. The Z value the table with the level of the significance of were 1.960, because of the Z value counted > from Z the table so as could disimpulkan that there is the influence of giving of counselling about menopause against the level of the mother's concern faced menopause to the premenopause woman in the Sorogedugkidul Madurejo Prambanan Sleman village in 2009. The suggestion for the further researcher so that more could pay attention to the problem.

Kata kunci: Menopause, Kecemasan, Penyuluhan

-
1. Judul Karya Tulis Ilmiah
 2. Mahasiswa STIKES Aisyiyah
 3. Dosen STIKES Aisyiyah

PENDAHULUAN

Semakin meningkatnya kesejahteraan manusia meningkat pula harapan hidup manusia, secara otomatis menyebabkan semakin meningkat pula jumlah manusia yang berusia tua. Dalam hal ini adalah wanita yang telah memasuki usia menopause. Berdasarkan Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) 1999, semakin banyak wanita Indonesia yang dapat melampaui usia menopause (Kasdu, 2002:18).

Di beberapa negara maju menopause merupakan masalah nasional. Di Indonesia masalah menopause mulai dirasakan untuk diatasi. Masyarakat mulai tertarik untuk membicarakan masa menopause seiring dengan bertambahnya kesadaran untuk hidup sehat di usia lanjut (Pakasi, 2000:12). Tahun 1999 di seluruh dunia jumlah wanita premenopause diperkirakan ada 500 juta jiwa, dengan usia rata-rata 45–60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar, secara demografi, menurut sensus penduduk tahun 2005 di Indonesia jumlah penduduk 218.868.791 jiwa, dan untuk DIY sendiri ada 3.343.651 jiwa yang terdiri dari 1.667.156 jiwa wanita dan 250.349 jiwa dari jumlah tersebut adalah wanita premenopause berusia 40 – 49 tahun ([datastatistik-indonesia](#), 2009).

Dampak dari usia harapan hidup yang tinggi menyebabkan para wanita harus hidup dengan berbagai keluhan memasuki usia tua seperti halnya pada masa menopause yaitu depresi dan stress yang dapat mengakibatkan terganggunya aktifitas sehari-hari. Komplikasi ini dapat

berlanjut pada gangguan kejiwaan. Menurut beberapa penelitian, kecemasan merupakan kecemasan tertinggi kedua setelah kecemasan premenopause yang dapat mengakibatkan gangguan kejiwaan (Lubis, 2002 : 20).

Pada beberapa wanita yang memasuki masa menopause dengan penuh kecemasan akan merasa sangat sensitif terhadap pengaruh emosional dan fluktuasi hormon. Umumnya mereka tidak mendapat informasi yang benar sehingga yang dibayangkan adalah efek negatif yang akan dialaminya setelah memasuki masa menopause. Mereka cemas dengan berakhirnya masa reproduksi yang berarti berhentinya nafsu seksual dan fisik. Hal ini dapat menghilangkan kebanggaannya sebagai wanita. Keadaan ini dikhawatirkan akan mempengaruhi hubungan dengan suami maupun lingkungan sosialnya (Kasdu, 2002).

Dampak yang dapat terjadi pada wanita dengan kecemasan menopause yaitu depresi dan stress yang dapat mengakibatkan terganggunya aktifitas sehari-hari. Komplikasi pada ibu menopause yaitu dapat berlanjut pada gangguan jiwa. Lubis dkk tahun 2002 melaporkan bahwa 2,03% ibu mengalami gangguan kejiwaan pada masa menopause. Menurut beberapa penelitian kecemasan menghadapi menopause merupakan kecemasan tertinggi sedangkan yang kedua adalah kecemasan menopause (Lubis, 2002).

Keterlibatan pemerintah maupun masyarakat dalam mengatasi masalah menopause antara lain bekerja sama dengan tim dari

berbagai disiplin keahlian ilmu misalnya psikologi dan spesialis obstetric ginekologi melalui berbagai posyandu lansia sebagai tempat efektif untuk memberikan informasi tentang premenopause, menopause dan pascamenopause. Selain itu penyertaan organisasi organisasi wanita atau organisasi khusus menopause sebagai contoh organisasi PPKW (Perhimpunan Penyantun Menopause Society), sebagai salah satu organisasi dunia yang menangani masalah menopause. Peran bidan dikomunitas yaitu memberikan konseling yang dilakukan diwilayah kerjanya sebagai tempat yang efektif bagi bidan untuk memberikan informasi tentang premenopasue, menopause dan pascamenopause yang bekerja sama dengan dokter, perawat dan tenaga medis lainnya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan penulis di Dusun Sorogedugkidul, Kelurahan Madurejo, Kecamatan Prambanan, Kabupaten Sleman, dari 15 responden didapatkan data bahwa 10 orang atau 66,6% mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause, dan ada 1 orang atau 6,66% tidak tahu tentang menopause, mereka hanya tahu saat usia 50an maka akan berhenti haid tapi tidak tahu masalah-masalah yang akan muncul. Apabila ini dibiarkan maka dapat menyebabkan dampak antara lain: depresi, stress, tekanan jiwa serta gangguan kesejahteraan ibu dan keluarga. Oleh karena itulah penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause di Dusun Sorogedugkidul,

Madurejo, Prambanan, Sleman, Yogyakarta.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat diambil rumusan masalah “Apakah ada pengaruh pemberian penyuluhan tentang menopause terhadap tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause di Dusun Sorogedugkidul, Kelurahan Madurejo, Kecamatan Prambanan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2009?”

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *eksperimen* rancangan pretes-postes dengan kelompok kontrol (*pretest-postest with control group*, Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu-ibu di Dusun Sorogedugkidul dengan kriteria yaitu ibu-ibu yang berusia 40-49 tahun dan belum mengalami menopause, pendapatan keluarga minimal Rp 300.000,00 per bulan, bisa membaca dan menulis, bertempat tinggal di dusun Sorogedugkidul,. Populasi berjumlah 107 ibu. Dari perhitungan yang dilakukan didapatkan 86 sampel.

Metode Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada responden terdiri dari 17 item pertanyaan. Kuesioner pada penelitian ini digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan menghadapi menopause. Bahan penelitian yang digunakan yaitu satuan acara penyuluhan (SAP) dan leaflet. Analisis data untuk pengujian hipotesis dengan menggunakan statistis nonparametris yang

digunakan untuk menguji hipotesis komparatif 2 sampel independen datanya berbentuk ordinal adalah *mann whitney U-test*. diperoleh nilai signifikansi apabila Z hitung > Z tabel dan 0,000 ($p < 0,05$).

PEMBAHASAN

a. Umur Responden

Tabel 4.1. Karakteristik Responden Umur Responden

No	Umur	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
1	40 – 45	33	76,7	23	53,5
2	46 – 49	10	23,3	20	46,5
Jumlah		43	100	43	100

Responden pada kelompok eksperimen terbanyak adalah yang berumur 40 – 45 tahun yaitu sebanyak 33 orang (76,7%) dan Responden pada kelompok kontrol terbanyak adalah yang berumur 40 – 45 tahun yaitu sebanyak 23 orang (53,5%) .

b. Pendidikan responden

Tabel 4.2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

No.	pendidikan	k.Eksperimen		k. Kontrol	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
1.	SD	28	65,1	20	46,5
2.	SLTP	2	4,7	3	7,0
3.	SLTA	6	14,0	9	20,9
4.	D2	1	2,3	1	2,3
5.	D3	3	7,0	5	11,6
6.	S1	3	7,0	5	11,6
Jumlah		43	100	43	100

Responden pada kelompok eksperimen sebagian besar berpendidikan SD yaitu sebanyak 28 orang (65,1%) dan responden paling sedikit berpendidikan D2 yaitu sebanyak 2 orang (2,3%). Responden pada kelompok kontrol sebagian besar berpendidikan SD yaitu sebanyak 20 orang (46,5%), dan responden paling sedikit berpendidikan D2 yaitu sebanyak 1 orang (2,3%).

c. Penghasilan keluarga

Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan penghasilan keluarga

No	Penghasilan	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
		F	%	F	%
1.	< Rp 500.000	7	16,3	11	26,6
2.	Rp 500.000 – Rp 1.000.000	24	55,8	20	46,5
3.	> Rp 1.000.000	12	27,9	12	27,9
Jumlah		43	100	43	100

Pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sebagian besar responden berpenghasilan Rp 500.000 – Rp 1.000.000 yaitu sebanyak 24 responden (55,8%) pada kelompok kontrol dan sebanyak 20 responden (46,5%). Responden paling sedikit yang berpenghasilan kurang dari Rp 500.000 yaitu sebanyak 7 responden (16,3%) pada kelompok eksperimen dan sebanyak 11 responden.

4.6 Sumber Informasi tentang Menopause

Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Sumber Informasi tentang Menopause

No.	Sumber Informasi	Kelompok Perlakuan		Kelompok Kontrol	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
1	Teman	16	37,2	11	25,6
2	TV/Radio	13	30,2	21	48,8
3	Buku/Majalah/Koran	14	32,6	11	25,6
Jumlah		43	100	43	100

Pada kelompok eksperimen, sebagian besar responden mendapat informasi tentang menopause melalui teman yaitu sebanyak 16 orang (37,2%) dan Pada kelompok kontrol, sebagian besar responden mendapat informasi tentang menopause melalui TV/Radio yaitu sebanyak 21 orang (25,6%).

3.Deskripsi Data Hasil Penelitian

a. Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause Pretest dan Posttest pada Kelompok Eksperimen

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause Pretest dan Posttest Kelompok eksperimen

Kecemasan	Pretest		Posttest	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Ringan	0	0,0%	25	58,1%
Sedang	23	53,5%	13	30,2%
Berat	20	46,5%	5	11,7%
Panik	0	0,0%	0	0,0%
Jumlah	43	100%	43	100%

Tabel di atas menunjukkan tingkat eksperimen terjadi penurunan pada saat sebelum dilakukan dilakukan penyuluhan sebagian besar mengalami tingkat kecemasan sedang sebanyak 23 orang (53,5%) dan kecemasan berat sebanyak 20 orang (46,5%). Pada saat posttest turun menjadi ringan sebanyak 25 orang (58,1%).

b. Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause Pretest dan Posttest pada Kelompok Kontrol

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Ringan	0	0,0	5	11,6
Sedang	24	55,8	28	65,1
Berat	19	44,2	10	23,3
Panik	0	0	0	0
Jumlah	43	100%	43	100%

Tingkat kecemasan ibu pada kelompok kontrol pada saat pretest sebagian besar mengalami kecemasan sedang sebanyak 24 orang (55,8%) dan sebanyak 19 orang (44,2%) mengalami kecemasan berat. Pada saat posttest tidak terjadi perubahan tingkat kecemasan pada kelompok kontrol, dimana sebagian besar ibu

masih mengalami kecemasan sedang sebanyak 28 orang (65,1%), sebanyak 10 orang (23,3%) mengalami kecemasan berat dan sebanyak 5 orang (11,6%) mengalami kecemasan ringan.

4. Pengujian Hipotesis

Tabel 4.7 Hasil Uji Beda *Mann-Whitney* Selisih Skor Pretest dan Postest Tingkat Kecemasan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Tingkat kecemasan	Mea n-Rank	Z hitung	Z tabel	p
Kelompok Eksperimen	30,01	5,049	1,960	0,000
Kelompok Kontrol	56,99			

Berdasarkan hasil uji beda *Mann-Whitney* tersebut diketahui bahwa mean rank tingkat kecemasan kelompok eksperimen adalah 30,01 dan kelompok kontrol adalah 56,99 dan didapat nilai Z hitung sebesar 5,049 dengan signifikansi 0,000. Nilai Z tabel dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ adalah 1,960, oleh karena nilai Z hitung > dari Z tabel, hal ini berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan antara selisih skor pretest dan postest tingkat kecemasan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Nilai mean rank pada kelompok eksperimen lebih kecil dibandingkan pada kelompok kontrol artinya tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause pada kelompok eksperimen lebih ringan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hasil analisis menunjukkan perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause pada

kelompok eksperimen atau yang diberi perlakuan penyuluhan dan leaflet. Kelompok ini diberi perlakuan pemberian penyuluhan dan leaflet. Penyuluhan merupakan satu bentuk pendidikan kesehatan dimana didalamnya terjadi interaksi dua arah antara pemberi penyuluh dengan audience. Dalam penyuluhan terkandung unsur konseling sehingga responden akan mengerti secara lebih mendalam tentang permasalahan yang disampaikan dalam penyuluhan. Hal ini sejalan dengan pendapat Machfoedz (2007) yang menyatakan dalam penyuluhan terdapat hubungan timbal balik untuk mencapai pengertian dalam hubungannya dengan masalah-masalah yang dihadapi dan pendapatnya Penyuluhan merupakan bagian dari pendidikan kesehatan yaitu suatu usaha kegiatan untuk membantu individu, kelompok atau masyarakat dalam meningkatkan kemampuan perilakunya untuk mencapai kesehatan yang optimal (Notoatmodjo,1999).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Terdapat pengaruh pemberian penyuluhan tentang menopause terhadap tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Dusun Sorogedugkidul Madurejo Prambanan Sleman Tahun 2009. Hal ini ditunjukkan hasil uji beda *Mann-Whitney* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai Z hitung sebesar 5,049.

Saran

Berdasarkan dari kesimpulan penelitian di atas, maka dapat

diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Bidan
Diharapkan untuk meningkatkan pemberian penyuluhan tentang menopause pada ibu-ibu pramenopause mengingat masih banyaknya ibu yang mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause.
2. Bagi Ibu Menopause
Diharapkan untuk menyiapkan diri dalam menghadapi menopause dengan menambah informasi tentang menopause dari sumber yang benar sehingga dapat menekan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause.
3. Bagi peneliti selanjutnya
 - a. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan penambah wawasan dalam melakukan penelitian yang terkait dengan upaya pencegahan kecemasan saat menghadapi menopause.
 - b. Menyempurnakan penelitian dengan menggunakan metode penyuluhan yang tepat disesuaikan dengan karakteristik responden penelitian.
 - c. Dapat melakukan penelitian dengan aspek yang lebih lengkap dengan jarak waktu antara pretest dan posttest lebih dari satu bulan dan dengan metode serta media elektronik agar tercapainya seluruh aspek yang diteliti.

DAFTAR RUJUKAN

- Kasdu , Dini, 2002, *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*, Puspaswara, Jakarta.
- Lubis, R, 2002, *Gambaran Klinis Dari Kadar FSH Serum Pada Penderita Sindrom Menopause*, *Obstetric Ginekologi Indonesia*, Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo Indonesia, Jakarta.
- Machfoedz, Licham, 2005, *Pendidikan Kesehatan Masyarakat*, Fitamaya, Yogyakarta.