

**HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN TINGKAT  
KECEMASAN PADA IBU MENOPAUSE DI  
DUSUN POLAMAN WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS SEDAYU II BANTUL  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun oleh :  
Putri Verinia Fahmi  
1610104158**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2017**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN TINGKAT  
KECEMASAN PADA IBU MENOPAUSE DI  
DUSUN POLAMAN WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS SEDAYU II BANTUL  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Disusun oleh:**  
**Putri Verinia Fahmi**  
**1610104158**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan pada  
Program Studi Bidan Pendidik Jenjang D IV  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
di Universitas Aisyiyah  
Yogyakarta



Oleh :

Pembimbing : Ery Khusnal, MNS

Tanggal : 25 - 11 - 2017

Tanda Tangan :

# HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU MENOPAUSE DI DUSUN POLAMAN WILAYAH KERJA PUSKESMAS SEDAYU II BANTUL YOGYAKARTA

Putri Verinia Fahmi, Ery Khusnal  
Email: put3verinia@gmail.com

**INTISARI:** Wanita menopause berdasarkan tinjauan psikologis akan mengalami gangguan fisik, sosial dan psikologis namun ada juga yang tanpa keluhan. Kecemasan dapat disebabkan oleh ancaman terhadap integritas dan sistem diri seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsep diri dengan tingkat kecemasan ibu menopause di Dusun Polaman Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu II Bantul, Yogyakarta. Metode penelitian menggunakan rancangan kuantitatif, desain penelitian *observasional analitik* dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling* berjumlah 53 responden. Pengambilan data dengan membagikan kuesioner. Analisis data menggunakan *Kendall Tau*. Diperoleh hasil *P Value* sebesar 0,000 maka  $P Value < 0,05$  dan nilai keeratan sebesar -0,574. Ada hubungan konsep diri dengan tingkat kecemasan pada ibu menopause dan dengan keeratan hubungan yang kuat. Diharapkan kepada ibu menopause agar dapat meningkatkan konsep diri yang baik agar ibu menopause tidak mengalami kecemasan yang berat sehingga kesehatan fisik dan mental tetap terjaga dengan baik.

Kata Kunci : Ibu Menopause, Konsep Diri, Tingkat Kecemasan.

**ABSTRACT:** *Menopausal women based on psychological review will experience physical disorder, sample size with purposive sampling technique amounted to 53 respondents. Taking data by distributing questionnaires. Data analysis using Kendall Tau. Acquired and psychological but some are without complaints. Anxiety can be caused by threats to one's integrity and self-system. This study aims to determine the relationship of self-concept with the level of anxiety of menopausal women in the sub-village of Polaman Working Area of Sedayu II Public Health Center, Bantul, Yogyakarta. The research method used quantitative design, analytic observational research design with cross-sectional approach. P Value yield of 0.000 then  $P Value < 0.05$  and the value of closeness of -0.574. There is an association of self-concept with anxiety levels in menopausal mothers and with strong association closeness. It is expected that the mother of menopause in order to improve the good self-concept for menopausal mothers do not experience severe anxiety so that physical and mental health is maintained properly.*

**Keywords :** *Anxiety Level, Mother Menopause, Self Concept.*

## LATAR BELAKANG

Salah satu indikator kesejahteraan masyarakat dapat diukur dari angka harapan hidup. Angka harapan hidup di negara maju sudah semakin tinggi, hal ini mengakibatkan bertambahnya jumlah penduduk lansia. Proses penuaan pada lansia berdampak pada berbagai aspek kehidupan terutama kesehatan, karena dengan semakin bertambahnya usia, fungsi organ akan semakin menurun (Komnas Lansia, 2010).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2015) diperoleh Angka Harapan Hidup (AHH) Indonesia menurut jenis kelamin pada tahun 2014 dengan laki-laki 68,87 tahun dan perempuan 72,59 tahun. Angka tertinggi terdapat di DIY pada tahun 2015 dengan laki-laki 72,72 tahun dan perempuan 76,36 tahun. Persentase penyebaran penduduk lansia di DIY menurut kabupaten maupun kota yang tertinggi ada di Kabupaten Bantul (35,52 %), Gunung Kidul (28 %), Sleman (16,58 %), Kulon Progo (12,10 %) dan Yogyakarta (7,02 %).

Menopause merupakan masa berakhirnya menstruasi atau haid yang sering dianggap menjadi momok dalam kehidupan manusia. Sebagian besar perempuan umumnya akan mengalami menopause antara usia 45-50 tahun (Rostiana, 2009).

Ibu menopause mengalami gangguan fisik, sosial dan gangguan psikologis serta tanpa mengalami keluhan. Perbedaan ini dipengaruhi oleh berat ringannya stress yang dialami wanita dalam menopause (Retnowati, 2007). Beberapa keluhan psikologis yang merupakan tanda dan gejala yang dialami ibu menopause yaitu ingatan menurun, kecemasan, mudah tersinggung, stress dan depresi (Haryono, 2016).

Pemerintah Indonesia melakukan pembinaan lansia yang diatur dalam Undang-undang RI No. 13 Tahun 1998

tentang kesejahteraan lansia dan memberikan program posyandu lanjut usia yang meliputi perempuan premenopause, menopause dan post menopause diberikan pendidikan kesehatan oleh tenaga kesehatan dari puskesmas.

Peran bidan dalam pembinaan lansia yaitu membentuk suatu wadah koordinasi yang memperhatikan hak-hak lansia yaitu Komisi Daerah Lanjut Usia (Komda Lansia) yang berdasarkan Keputusan Presiden No. 52 tahun 2004.

Masalah psikologis gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan adalah sebesar 6% untuk usia 15 tahun ke atas atau sekitar 14 juta orang. Prevalensi pada usia 55-64 tahun sebanyak 6,9%, usia 65-74 tahun sebanyak 9,7% dan pada usia lebih dari 75 tahun sebanyak 13,4% (Risksedas, 2013).

Menjadi cemas pada tingkat tertentu dapat dianggap sebagai bagian dari respon normal untuk mengatasi masalah sehari-hari. Namun bila berlebihan dianggap sebagai hambatan dan dikenal sebagai masalah klinis (Haryono, 2016). Kecemasan timbul dari perasaan takut terhadap ketidaksetujuan dan penolakan interpersonal. Individu dengan harga diri yang rendah rentan mengalami kecemasan yang berat. (Nehle et al., 2014).

Flint A.J. dalam Forlani, et al. (2014) mengatakan kecemasan yang dialami ibu menopause dapat meningkatkan kerentanan terhadap penyakit fisik. Selain itu menurut Yochim (2013), kecemasan dapat mengakibatkan penurunan daya ingat dan kesulitan dalam membuat keputusan. Kemenkes (2013) melaporkan bahwa dampak dari kecemasan dapat mengakibatkan sistem dalam tubuh seseorang tidak terkontrol oleh sebab itu organ yang

seharusnya bekerja sesuai diperintahkan otak menjadi tidak sejalan. Sebagai contoh seperti meningkatnya asam lambung yang bisa menyebabkan *gastritis*.

Menurut Eka (2015), orang yang terlalu sering mengalami kecemasan akan berdampak buruk yakni menurunkan daya tahan tubuh sehingga orang tersebut akan menjadi mudah sakit, meningkatkan risiko terkena masalah jantung, libido menjadi menurun, terjadinya penurunan pada kondisi kesehatan otak, dapat mengganggu metabolisme tubuh sehingga efeknya berat badan menjadi lebih cepat naik.

Konsep diri berperan penting dalam menentukan arah pikiran, keyakinan dan pandangan seseorang karena konsep diri pada dasarnya mempengaruhi seseorang untuk berhubungan dengan orang lain. Apabila konsep diri pada seseorang terganggu maka dapat menimbulkan kecemasan (Stuart, 2007).

Ibu menopause dengan konsep diri positif, dia mampu menghadapi berbagai perubahan tersebut dan bersikap positif terhadap dirinya ataupun lingkungannya. Berbeda dengan ibu menopause dengan konsep diri negatif yang tidak memiliki konsep diri yang utuh, maka selalu diombang-ambingkan dengan ketidakpastian, sikap ragu-ragu, rendah diri/minder (Ardiyanti, 2017).

Penelitian tentang kecemasan pada masa menopause sudah dilakukan oleh banyak peneliti baik di dalam maupun luar negeri, salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Reosler, et al. (2016) meneliti tentang transisi menopause yang dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan mental di Zurich, Swiss. Selain itu, Ikhsan (2013) meneliti hubungan konsep diri dengan tingkat kecemasan pada wanita yang bekerja

di lingkungan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh.

Meskipun penelitian kecemasan pada ibu menopause telah banyak dilakukan, budaya pada masyarakat dapat menentukan norma-norma yang diterima luas mengenai citra diri yang dapat mempengaruhi sikap seseorang (Hidayat, 2008). Hal ini akan menghasilkan cara pandang yang berbeda mengenai konsep diri ibu menopause. Begitu pula dengan kecemasan yang dialami ibu menopause terjadi secara subjektif dan dikomunikasikan secara interpersonal (Ardiyanti, 2017).

Berdasarkan data Puskesmas Sedayu II pada bulan Februari 2017, Dusun Polaman merupakan Dusun yang memiliki banyak jumlah usia lanjut perempuan sebanyak 104 orang kategori pra lansia (45-59 tahun), 21 orang kategori lansia (60-69 tahun) dan sebanyak 16 orang kategori lansia ( $\geq 70$  tahun).

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik dan merasa perlu untuk melakukan penelitian mengenai hubungan konsep diri dengan tingkat kecemasan pada ibu menopause di Dusun Polaman Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu II Bantul, Yogyakarta.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian survei analitik. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan waktu *cross-sectional* penelitian yang mengumpulkan variabel bebas (konsep diri) dan variabel terikat (kecemasan) dalam waktu bersamaan (Notoatmodjo, 2012). Sampel dalam penelitian ini diambil dengan *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 53 responden.

Kriteria inklusi dari sampel yang akan digunakan yaitu ibu menopause dengan *amenorhea*  $\geq 12$  bulan, ibu menopause yang berusia 45–60 tahun, bertempat tinggal di Dusun Polaman Kabupaten Bantul Yogyakarta dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah ibu menopause sedang menjalani terapi jiwa, dan penyandang disabilitas. Penelitian ini dilakukan dari tanggal 18-19 Juli 2017. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisa univariat menggunakan distribusi frekuensi, analisis bivariat menggunakan *Kendall Tau*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden ibu menopause di Dusun Polaman Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu II Bantul, Yogyakarta

Tabel 1. Distribusi Frekuensi karakteristik responden ibu menopause di Dusun Polaman Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu II Bantul, Yogyakarta Tahun 2017 (n=53)

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	%
1.	<b>Umur</b>		
	45-60	53	100
2.	<b>Pendidikan</b>		
	Tidak Sekolah	4	7,5
	SD	15	28,3
	SLTP	16	30,2
	SLTA	10	18,9
	Perguruan Tinggi	8	15,1
3.	<b>Pekerjaan</b>		
	Ibu Rumah Tangga	18	34
	Pembantu Rumah Tangga	2	3,8
	Karyawan Swasta	9	17
	Wiraswasta	6	11,3
	Buruh	6	11,3
	Guru	8	15,1
	Petani		
	Jumlah	53	100

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa karakteristik umur responden dalam penelitian ini adalah ibu menopause usia 45-60 tahun. Sebagian besar pendidikan responden dengan jumlah terbesar terdapat pada pendidikan SLTP yaitu 16 responden (30,2%) dan SD yaitu 15 responden (28,3%). Mayoritas pekerjaan responden adalah sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak 18 responden (34%).

## Hasil Analisis Univariat

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Kolmogorov Smirnov	Asymp. Sig (2 Tailed)	Keterangan
Konsep Diri	0,232	0,000	Distribusi Tidak Normal
Tingkat Kecemasan	0,147	0,006	Distribusi Tidak Normal

Sumber : Output Pengolahan Data dari Komputer

Berdasarkan Tabel 2 diatas didapatkan bahwa nilai *Kolmogorov Smirnov* pada variabel konsep diri sebesar 0,232 dengan *asym Sig (2-tailed)* 0,000 < 0,05. Sedangkan pada tingkat kecemasan diperoleh nilai *Kolmogorov Smirnov* sebesar 0,147 dengan *asym Sig (2-tailed)* 0,006 < 0,05. Hal ini menunjukkan sebaran data pada kedua variabel tidak terdistribusi normal. Dengan demikian analisis data yang semula menggunakan uji parametrik *Pearson* diganti menjadi uji non-parametrik *Kendall Tau*.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Konsep Diri Ibu Menopause Di Dusun Polaman, Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu II Bantul, Yogyakarta Tahun 2017 (n=53)

No	Konsep Diri	Frekuensi (n)	%
1.	Rendah	7	13,2
2.	Sedang	34	64,2
3.	Tinggi	12	22,6
	<b>Jumlah</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan Tabel 3 dari 53 responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu menopause memiliki konsep diri sedang sebanyak 34 orang (64,2%), ibu menopause yang memiliki konsep diri tinggi sebanyak 12 orang (22,64%) dan ibu menopause yang memiliki konsep diri rendah yaitu sebanyak 7 orang (13,2%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Menopause Di Dusun Polaman, Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu II, Bantul, Yogyakarta Tahun 2017

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi (n)	%
1.	Tidak Cemas	23	43,4
2.	Kecemasan Ringan	16	30,2
3.	Kecemasan Sedang	7	13,2
4.	Kecemasan Berat	5	9,4
5.	Kecemasan Berat Sekali	2	3,8
<b>Jumlah</b>		<b>53</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa mayoritas ibu menopause tidak mengalami kecemasan yaitu sebanyak 23 orang (43,4%), dan sebagian besar menunjukkan yang mengalami kecemasan sebanyak 16 orang (30,2%) dengan kategori kecemasan ringan.

### Hasil Analisis Bivariat

Hubungan konsep diri dengan tingkat kecemasan pada ibu menopause dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 5. Hubungan Konsep Diri dengan Tingkat Kecemasan pada Ibu Menopause Di Dusun Polaman, Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu II Bantul, Yogyakarta Tahun 2017

Konsep Diri	Tingkat Kecemasan										Sig. Kendall 2 taile d a-tion		
	Tidak		Ringan		Sedang		Berat		Berat Sekali			Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%			
<b>Rendah</b>	0	0	2	3,77	0	0	4	7,54	1	1,88	7	13,20	0,000
<b>Sedang</b>	12	22,64	13	24,52	7	13,20	1	1,88	1	1,88	34	64,15	
<b>Tinggi</b>	11	20,75	1	1,88	0	0	0	0	0	0	12	22,64	
<b>Jumlah</b>	<b>23</b>	<b>43,35</b>	<b>16</b>	<b>30,17</b>	<b>7</b>	<b>13,20</b>	<b>5</b>	<b>9,42</b>	<b>2</b>	<b>3,76</b>	<b>53</b>	<b>100</b>	

Sumber : Data Primer 2017

## PEMBAHASAN

Hasil pengujian statistik diperoleh hasil sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang artinya bahwa ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan pada ibu menopause di Dusun Polaman Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu II Bantul, Yogyakarta.

Sedangkan untuk hasil nilai keeratan korelasi sebesar -0,574 yang berarti memiliki keeratan hubungan yang kuat dan terdapat hubungan negatif antara konsep diri dengan tingkat kecemasan pada ibu menopause, semakin rendah konsep diri ibu menopause maka tingkat kecemasan ibu semakin tinggi, begitu juga sebaliknya. semakin tinggi konsep diri ibu menopause semakin ringan tingkat kecemasan ibu menopause.

Penelitian ini terdapat 34 ibu menopause yang memiliki konsep diri sedang, 13 orang (24,52%) mengalami kecemasan ringan, 12 orang (22,64%) tidak mengalami kecemasan, 7 orang (13,20%) mengalami kecemasan sedang, 1 orang (1,88%) mengalami kecemasan berat dan 1 orang (1,88%) mengalami kecemasan berat sekali. Beberapa karakter konsep diri negatif akan menunjukkan respon peka terhadap kritik, kurangnya kemampuan untuk menerima kritik dari orang lain sebagai proses refleksi diri. Selain itu bersikap responsif terhadap pujian, bersikap yang berlebihan terhadap tindakan yang telah dilakukan, sehingga merasa segala tindakannya perlu mendapat penghargaan. Selain itu cenderung merasa tidak disukai orang lain. Perasaan subjektif bahwa setiap orang lain disekitarnya memandang dirinya dengan negatif.

Hasil penelitian ini juga mendapatkan hasil bahwa dari 12

orang dari ibu menopause yang mempunyai konsep diri tinggi, lebih banyak tidak mengalami kecemasan yaitu sebanyak 11 orang (20,75%) dan 1 orang (1,88%) mengalami kecemasan ringan. Sedangkan dari 7 ibu menopause yang memiliki konsep diri rendah, 4 orang (7,54%) mengalami kecemasan berat dan 2 orang (3,77%) mengalami kecemasan ringan, dan 1 orang (1,88%) mengalami kecemasan berat sekali.

Ibu Menopause yang memiliki konsep diri tinggi akan bersikap positif yang akan menjadikan ibu menopause yang mandiri, aktif, percaya diri, kreatif, mempunyai aspirasi yang cukup baik, dan realistis terhadap kemampuan yang dimilikinya (Hurlock, 2007). Sehingga dengan didukung faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan seperti pola koping yang bagus, maka akan memperkecil terjadinya kecemasan pada ibu menopause, karena ibu menopause dapat menerima dirinya dan dapat berperan dan menjalani hidupnya dengan baik walaupun tidak seperti dulu sebelum menopause.

Hal ini menunjukkan bahwa konsep diri mempunyai peranan penting dalam menentukan perilaku. Hasil penelitian ini mendukung pendapat Rakhmat, individu yang memiliki konsep diri yang negatif timbul dari kurangnya kepercayaan kepada kemampuan sendiri. Orang yang tidak menyenangi dirinya merasa bahwa dirinya tidak akan mampu mengatasi persoalan. Orang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi. Ia takut orang lain akan mengejeknya atau menyalahkannya. Orang yang takut dalam interaksi sosial, akan menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin berkomunikasi, dan akan berbicara apabila terdesak saja (Rakhmat, 2007).

Selanjutnya Pudjijogyanti (2008) menambahkan bahwa konsep diri mempunyai peranan penting dalam menentukan perilaku individu. Bagaimana individu memandang dirinya akan tampak dari keseluruhan perilaku. Dengan kata lain, perilaku individu akan sesuai dengan cara individu memandang dirinya sendiri. Apabila individu memandang dirinya sebagai orang yang tidak mempunyai cukup kemampuan untuk melakukan suatu tugas tertentu, maka seluruh perilakunya akan menunjukkan ketidakmampuannya tersebut.

Menurut Hamachek dalam Rakhmat (2007) individu yang mampu menerima dirinya sebagai orang yang penting dan bernilai bagi orang lain, paling tidak bagi orang-orang yang ia pilih sebagai sahabatnya adalah individu yang memenuhi salah satu karakteristik konsep diri positif. Jadi, penerimaan diri sangat erat hubungannya dengan konsep diri. Individu yang memiliki konsep diri yang baik maka ia akan sanggup menerima dirinya dengan baik pula. Mempunyai rasa penghargaan diri yang tinggi akan menghasilkan konsekuensi yang bermanfaat, sedangkan penghargaan diri yang rendah akan sebaliknya. Penilaian diri sendiri yang negatif tentu akan diasosiasikan dengan salah satunya adalah kemampuan bersosial yang sangat kurang. Oleh sebab itu, semakin seseorang konsep dirinya tinggi maka artinya seseorang tersebut mempunyai konsep diri yang positif. Konsep diri yang positif akan menimbulkan tingkat kecemasan yang ringan atau bahkan tidak ada kecemasan.

Dalam Islam dipahami bahwa kehidupan manusia memiliki 3 fase, yaitu masa bayi, masa muda dan masa tua. Sehingga menopause harus dipahami sebagai ketentuan Allah. Bahwasanya pada masa menopause ini

manusia kembali ke dalam keadaan lemah.

Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an Ar-Rum ayat 54 :

﴿اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ

بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ ﴿٥٤﴾

Artinya :

*“Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki-Nya dan Dialah Yang Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa.”*

Menurut tafsir Al-Azhar tentang Surah Ar-Rum ayat 53 yaitu “Allahlah yang menciptakan kamu dari lemah”. Bahwa dari lahir ke dunia manusia dalam keadaan serba lemah. Lemah jasmani maupun rohani, lemah akal dan budi, lemah ikhtiar dan usaha bahkan sama sekali belum dapat berdiri sendiri. “Kemudian itu dari sesudah lemah Dia jadikan kuat” dari sejak tidur terguling, sampai pandai merangkak, sampai berangsur berlatih tegak dan jatuh dan tegak lagi, sampai dapat berdiri dan tegak lurus dan berjalan dan sampai akal pun tumbuh dan kuat berdiri sendiri. “Kemudian Dia jadikan dari sesudah kuat menjadi lemah dan tua” ada masanya puncak kuat, mendatar sebentar kemudian menurun.

## PENUTUP

### 1. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa ada hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan pada ibu menopause di Dusun Polaman Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu II Bantul, Yogyakarta dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 atau *P Value* <0,05 serta memiliki nilai

koefisien korelasi sebesar -0,574 yang berarti memiliki keeratan hubungan yang kuat dan terdapat hubungan negatif antara konsep diri dengan tingkat kecemasan pada ibu menopause, semakin rendah konsep diri ibu menopause maka tingkat kecemasan ibu semakin tinggi, begitu juga sebaliknya semakin tinggi konsep diri ibu menopause semakin ringan tingkat kecemasan ibu menopause.

## 2. Saran

### a. Bagi Ibu Menopause

Dapat meningkatkan konsep diri yang baik agar tidak mengalami kecemasan yang berat sehingga kesehatan fisik dan mental tetap terjaga dengan baik dan menentukan tindakan yang tepat dalam pembentukan konsep diri yang positif untuk meminimalkan kecemasan pada masa menopause.

### b. Tempat Penelitian

Puskesmas dapat memberikan penyuluhan tentang menopause atau pojok diskusi khusus ibu menopause sebagai sarana untuk saling berdiskusi dan sebagai sarana untuk mengatasi masalah kesehatan fisik ataupun mental ibu menopause agar terbentuk konsep diri yang baik pada ibu menopause.

### c. Peneliti Selanjutnya

Bahan informasi dan bahan masukkan untuk mengembangkan dan meningkatkan penelitian tentang konsep diri dengan tingkat kecemasan pada ibu menopause.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ardiyanti, N. (2017). *Peran Penting Konsep Diri dalam Membentuk Track Record*. Jakarta: Salemba Medika
- Badan Pusat Statistik. (2015). *Jumlah Lanjut Usia*. Yogyakarta: Kemenkes. Tersedia pada <http://www.dinkes.jogjaprovo.go.id/> (Di akses pada 20 Desember 2016)
- Eka, A. (2015). *Rahasia Hidup Sehat Tips dan Informasi seputar kesehatan*. Suara Merdeka: Jakarta
- Hamka. (2006). *Tafsir Al-Azhar Juz XXI*. Jakarta: PT Pustaka Panjimas
- Haryono, R. (2016). *Siap Menghadapi Menstruasi & Menopause*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Hidayat, A. (2008). *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Hurlock, B. E. (2007). *Perkembangan suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Kemenkes. (2013). *Psikologi Menopause*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
- Nehle, P. Leili, M. Somaye, R. & Fatemeh, G. (2014). Menopause and Crisis? Fake or Real: Comprehensive Search to The Depth of Crisis Experienced: A Mixed-method Study.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Pudjijogyanti, C. R.. 2008. *Konsep Diri Dalam Pendidikan*. Jakarta : ARCAN
- Rakhmat, J. (2007). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- RISKESDA. (2013). *Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
- Rostiana, T. (2009). Kecemasan Wanita Yang Menghadapi Menopause. *Jurnal Psikologi Volume 3, No. 1*. Tersedia di <http://ejournal.gunadarma.ac.id/>. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. Diakses tanggal 25 Desember 2016
- Struart, G.W. (2007). *Keperawatan Jiwa (Edisi5)*. Jakarta: EGC
- Yochim, B.P., Mueller, A.E., Segal, D.L. (2013). Late Life Anxiety is Associated With Decreased Memory and Executive Functioning in Community Dwelling Older Adults. *Journal of Anxiety Disorders. Elsevier*.