

***THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF KNOWLEDGE
AND THE LEVEL OF ANXIETY OF WOMEN FACING
MENOPAUSE***

R. Tri Rahyuning Lestari^{1*}, Putri Handayani², Maelia Unayah¹, Rita Dwi Pratiwi¹

¹Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada Tangerang,
Tangerang Selatan, Banten, Indonesia

²Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada Tangerang,
Tangerang Selatan, Banten, Indonesia

*korespondensi author: trilestari100@gmail.com

ABSTRACT

It is estimated that in 2020 the population of Indonesia will reach 262.3 million people with the number of women living in menopause around 30.3 million people or 11.5% of the total population. Based on data from the Indonesian Ministry of Health (2017) in West Java province, the number of menopausal women increases every year with a recorded number of 13.01 million female residents of West Java from the total population of Indonesia, which is 261.89 million people. The number of women aged 45-55 years reaches 14.3 million people. In 2020 in Indonesia 30.3 million postmenopausal women BPS (2017). The purpose of this study was to determine the relationship between the level of knowledge and the level of anxiety in women facing menopause in the RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono area. Methods this research is a quantitative research and uses primary data (questionnaire) and uses a cross sectional research method. The population in this study were women aged 45-55 years facing menopause with a sample of 50 respondents. The technique used is non-probability sampling with total sampling method. Data analysis using Spearman rank test with. The results of statistical tests obtained a value (p -Value = 0.003), so it can be concluded that there is a relationship between the level of knowledge and the level of anxiety in women facing menopause in the area of RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono. Suggestions for further researchers are expected to be able to examine by reviewing various factors or other variables that have not been disclosed in this study, in particular exploring other factors that can affect women's anxiety in dealing with menopause.

Keywords: Anxiety, Knowledge, Menopause

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN TINGKAT
KECEMASAN PADA WANITA YANG MENGHADAPI
MENOPAUSE**

ABSTRAK

Pada tahun 2020 jumlah penduduk Indonesia mencapai 262,3 juta jiwa dengan jumlah wanita yang hidup dalam masa menopause sekitar 30,3 juta jiwa atau 11,5% dari total penduduk. Berdasarkan data dari Depkes RI (2017) di provinsi Jawa Barat, jumlah wanita menopause meningkat setiap tahun dengan jumlah tercatat 13,01 juta orang penduduk wanita Jawa Barat dari total penduduk Indonesia yaitu 261,89 juta jiwa. Jumlah wanita yang berusia 45-55 tahun mencapai 14,3 juta orang. Pada tahun 2020 di Indonesia 30,3 juta wanita menopause BPS (2017). Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause di wilayah RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono. Metode penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan menggunakan data primer (kuesioner) dan memakai metode penelitian *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita yang berusia 45-55 tahun yang menghadapi menopause dengan jumlah sampel 50 responden. Teknik yang

digunakan adalah *non-probability sampling* dengan metode *total sampling*. Analisa data menggunakan uji *spearman rank* dengan. Hasil uji statistik didapatkan nilai ($p\text{-Value}=0,003$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada wanita menghadapi menopause di wilayah RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono. Saran diharapkan dapat meneliti dengan meninjau dari berbagai faktor atau variabel lainnya yang belum diungkap dalam penelitian ini, khususnya menggali faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause.

Kata Kunci: Kecemasan, Menopause, Pengetahuan

PENDAHULUAN

Wanita memiliki dua fase dalam kehidupannya yaitu haid pertama (menarche) dan menstruasi terakhir (menopause). Dua fase ini memiliki begitu banyak kesamaan proses yang bertahap dan akan dilalui kaum wanita karena keduanya berkaitan dengan hormon estrogen, selain itu fase ini juga merupakan satu ada saat wanita telah memasuki tahapan menopause kadar estrogen dan progesteron berangsur turun sehingga ikut mempengaruhi hormon lainnya. Kondisi inilah yang sering mengakibatkan banyak wanita mengalami gejala sejumlah gejala klinis dan psikologis yang mengganggu aktivitas sehari-hari serta menimbulkan dampak negatif terhadap kualitas hidup dan rasa percaya diri (Lusiana, 2014). Proses premenopause akan menimbulkan dampak psikologis seperti perasaan yang takut, gelisah, mudah marah, mudah tersinggung, gugup, sulit untuk berkonsentrasi, daya ingat menurun, depresi dan stress, gangguan libido atau gairah seksual menurun. Hal ini harus ditekankan bahwa banyak wanita yang memasuki usia menopause dan tidak mengalami gejala menopause apapun bukan berarti mereka tidak akan mengalami gejala lainnya.

Penurunan dari hormon estrogen pada wanita biasanya akan menimbulkan resiko terjadinya penyakit osteoporosis, demensia dan penyakit jantung coroner (Bushman & Young, 2012). Menurut (Kumalasari, 2012) menopause merupakan henti haid terkahir dimana suatu keadaan wanita mengalami penurunan fungsi ovarium, sehingga produksi hormon estrogen berkurang yang akan menyebabkan berhentinya menstruasi untuk selamanya. Sindrom premenopause banyak dialami oleh wanita hampir diseluruh dunia, seperti 70-80% wanita di Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina, dan 10% di Jepang dan Indonesia. Dari beberapa data tampak bahwa salah satu factor dari perbedaan jumlah tersebut adalah karena pola makannya (Tulung, 2014).

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. Menopause terjadi pada perempuan yang memasuki usia menjelang 50 tahun. Melalui usia tersebut bagian universal dan irversibel dari keseluruhan proses penuaan yang melibatkan sistem reproduksi dimana siklus haid setiap bulannya mulai terganggu dan akhirnya menghilang. Sehubungan menopause merupakan masalah normal sedangkan penerimaannya berbeda-

beda diantara para perempuan maka alangkah baiknya masalah ini diketahui secara jelas oleh setiap perempuan (Nurpatminingsih, 2016).

Berdasarkan Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan cara wawancara di wilayah RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono pada tanggal 20 Oktober 2021 dengan jumlah penduduk wanita usia 45- 55 tahun sebanyak 50 orang dan dilakukan penelitian pendahuluan terhadap 10 orang wanita usia 45-55 tahun yang akan menghadapi menopause didapatkan hasil yaitu 6 orang wanita belum mengetahui apa itu menopause mereka hanya tau adanya pemberentian menstruasi dan belum pernah mendapatkan informasi penyuluhan tentang premenopause dari puskesmas atau tenaga kesehatan lainnya. 4 orang wanita mengetahui tentang menopause dan menganggap biasa saja dalam menghadapi menopause, tidak mengalami kecemasan karna menopause adalah proses alami yang terjadi kepada semua wanita dan sudah terpapar nya informasi mengenai menopause dari media massa seperti Instagram, WhatsApp, dan Facebook. Dari hasil studi pendahuluan membuktikan bahwa masih ada wanita yang tidak paham tentang menopause. Sehingga dari fenomena tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk membuktikan adakah Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan pada Wanita Menghadapi Menopause di Wilayah RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan desain penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Wilayah RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono, dilaksanakan pada bulan September- Desember 2021. Populasi dalam penelitian ini wanita yang berusia 45-55 tahun dengan jumlah 50 responden. Pengambilansampel dalam penelitian ini menggunakan cara *non-probability sampling* dengan teknik *total sampling*. Besar sampel pada penelitian ini sebanyak 50 responden. Pengumpulan data menggunakan instrumen kuisioner melalui *google form* yang mencakup 2 variabel yaitu (1) Tingkat Pengetahuan Wanita Menghadapi Menopause (2) Tingkat Kecemasan Wanita Menghadapi Menopause.

HASIL

Hasil penelitian ini mengenai Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan pada Wanita Menghadapi Menopause di Wilayah RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono. Analisis univariat yaitu analisis yang menggambarkan secara tunggal variabel-variabel dependen dan independen dalam bentuk distribusi frekuensi

Hasil penelitian dibahas dengan sistematis dan mendalam. Dilarang mencantumkan kembali hasil uji statistik di bagian ini. Cukup interpretasinya saja. Kemudian bahas dengan membandingkan pada penelitian sebelumnya. Ungkapkan apa persamaan atau perbedaannya secara ilmiah. Opini ilmiah peneliti perlu dijelaskan pula dalam

memandang hasil penelitiannya. Selain itu, sangat direkomendasikan, author membahas keterkaitan hasil penelitian dengan praktik/peran perawat professional.

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Frekuensi (n=50)	Persentase (%)
1	Usia (tahun)		
	45-48	23	46
	49-52	20	40
	53-55	7	14
	Total	50	100
2	Pendidikan		
	SD	31	62
	SMP	11	22
	SMA/SMK	8	16
	Total	50	100
3	Tingkat Pengetahuan		
	Baik	4	8
	Cukup	19	38
	Kurang	27	54
	Total	50	100
4	Tingkat Kecemasan		
	Ringan	2	4
	Sedang	25	50
	Berat	21	42
	Berat Sekali	2	4
	Total	50	100

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh distribusi frekuensi berdasarkan usia responden didapatkan hasil hampir setengahnya responden berusia (45-48 tahun) yaitu 23 responden (46%), sedangkan hampir setengahnya responden berusia (49-52 tahun) yaitu 20 responden (40%), dan sebagian kecil responden berusia (53-55 tahun) yaitu 7 responden (14%)., berdasarkan pendidikan responden didapatkan hasil lebih dari setengahnya responden berpendidikan SD yaitu 31 responden (62%), sedangkan sebagian kecil responden berpendidikan SMP yaitu 11 responden (22%), sebagian kecil responden berpendidikan SMA/SMK yaitu 8 responden (16%).

Berdasarkan tingkat kecemasan wanita menghadapi menopause didapatkan hasil setengahnya responden yaitu 25 responden (50%) mengalami gejala sedang, sedangkan hampir setengahnya responden yaitu 21 responden (42%) mengalami gejala berat, sedangkan hampir tidak ada responden yaitu 2 responden (4%) mengalami gejala ringan, dan hampir tidak ada responden yaitu 2 responden (4%) mengalami gejala berat sekali/panik.

Tabel 2. Analisis Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan pada Wanita Menghadapi Menopause

Pengetahuan Wanita Menghadapi Menopause	Tingkat Kecemasan Wanita Menghadapi Menopause								Total	p-value
	Gejala Ringan		Gejala Sedang		Gejala Berat		Gejala Berat Sekali			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Baik	0	0	3	12	1	5	0	0	4	0.003
Cukup	1	50	16	64	0	0	2	100	19	
Kurang	1	50	6	24	20	95	0	0	27	
Total	2	100	25	100	21	100	2	100	50	

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan tingkat pengetahuan wanita dengan tingkat kecemasan wanita menghadapi menopause di Wilayah RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono. Terlihat data responden tertinggi yaitu responden dengan tingkat pengetahuan kurang dengan tingkat kecemasan berat berjumlah 20 responden, sedangkan tingkat pengetahuan cukup dengan tingkat kecemasan sedang berjumlah 16 responden, dan tingkat pengetahuan baik dengan tingkat kecemasan sedang berjumlah 3 responden.

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji Rank Spearman diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,003 < \alpha = 0,05$. Maka H_0 diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada wanita menghadapi menopause.

PEMBAHASAN

Dari hasil analisis didapatkan bahwa hampir setengahnya usia responden berada pada usia (45-48 tahun) yaitu 23 responden (46%). Sedangkan hampir setengahnya usia responden berada pada usia (49-52 tahun) yaitu 20 responden (40%). Sedangkan sebagian kecil usia responden berada pada usia 53-55 tahun yaitu 7 responden (14%).

Menurut Nurpatminingsih (2016) 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. Menopause terjadi pada perempuan yang memasuki usia menjelang 50 tahun. Berdasarkan hal di atas peneliti menyimpulkan bahwa usia responden dalam jumlah terbanyak berada pada usia 45-48 tahun yaitu 23 responden. Dimana seorang perempuan akan berada dalam periode premenopause dimana gejala dan keluhan menopause akan muncul.

Dari hasil analisis pendidikan didapatkan sebanyak 50 responden didapatkan hasil lebih dari setengahnya responden berada pada pendidikan SD yaitu 31 responden (62%).

Sedangkan sebagian kecil responden berada pada pendidikan SMP yaitu 11 responden (22%). Dan sebagian kecil responden berada pada pendidikan SMA/SMK yaitu 8 responden (16%).

Hasil penelitian didapatkan bahwa responden dengan tingkat pendidikan SD merupakan data responden tertinggi sebanyak 31 responden (62%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwi Sari (2019), hasil penelitian terhadap 32 responden didapatkan pendidikan terbanyak yaitu berpendidikan rendah (SD, SMP) 22 orang (68,8%).

Berdasarkan hasil diatas peneliti menyimpulkan bahwa pendidikan responden dalam jumlah terbanyak ada pada Sekolah Dasar, sehingga sangat mungkin seseorang dengan pendidikan rendah maka memiliki pengetahuan kurang dan akan berpengaruh terhadap kecemasan yang dirasakan.

Dari hasil analisis tingkat pengetahuan sebanyak 50 responden didapatkan hasil lebih dari setengahnya responden berpengetahuan kurang yaitu 28 responden (56%). Sedangkan hampir setengahnya responden berpengetahuan cukup yaitu 19 responden (38%). Dan sebagian kecil responden berpengetahuan baik yaitu 3 responden (6%).

Menurut Notoatmodjo (2012), Pengetahuan adalah sebagian ingatan atas bahan yang telah dipelajari. Pengetahuan adalah segala yang telah diketahui dan mampu diingat oleh setiap orang setelah mengalami, menyaksikan, mengamati atau diajarkan semenjak lahir sampai menginjak dewasa khususnya setelah diberi pendidikan baik melalui pendidikan formal maupun non formal dan diharapkan dapat mengevaluasi suatu materi atau obyek tertentu.

Hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat pengetahuan pada 50 responden tertinggi adalah berpengetahuan kurang dengan jumlah sebanyak 28 responden (56%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sasrawita (2017), yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan responden tertinggi merupakan tingkat pengetahuan kurang dengan jumlah 100 responden (53%).

Dari hasil analisis responden berdasarkan tingkat kecemasan sebanyak 50 responden didapatkan hasil setengahnya responden yaitu 25 responden (50%) mengalami gejala sedang. Sedangkan hampir setengahnya responden yaitu 21 responden (42%) mengalami gejala berat. Sedangkan sebagian kecil responden yaitu 2 responden (4%) mengalami gejala sedang. Dan hampir tidak ada responden yaitu 2 responden (4%) mengalami gejala berat sekali/panik.

Menurut (Jaya, 2015), Kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu, tetapi masih dalam batas- batas normal.

Berdasarkan hal diatas peneliti menyimpulkan bahwa kecemasan wanita menghadapi menopause di tandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan dalam menghadapi menopause.

Berdasarkan hasil analisis yang didapatkan bahwa tingkat pengetahuan berhubungan dengan tingkat kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause. Terlihat data responden tertinggi yaitu responden dengan tingkat pengetahuan kurang dengan tingkat kecemasan berat berjumlah 20 responden (20%), tingkat pengetahuan cukup dengan tingkat kecemasan sedang berjumlah 16 responden (16%), dan tingkat pengetahuan baik dengan tingkat kecemasan sedang berjumlah 3 responden. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Rank Spearman* diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,003 < \alpha = 0,05$. Maka H_0 diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada wanita menghadapi menopause.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Emy Ardiningsih (2017), didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan wanita premenopause dengan kecemasan menghadapi menopause dimana hasil analisis dengan uji *Rank Spearman* didapatkan nilai $p\text{-value}$ sebesar 0,002. Walaupun penelitian ini sejalan dengan penelitian Emy Ardiningsih terdapat beberapa perbedaan dalam penelitiannya. Perbedaan dalam jumlah sampel 119 responden dengan usia responden 40-50 tahun.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Siti Sugiarti, dkk (2018), diperoleh hasil penelitian yaitu ada hubungan yang positif antara Tingkat Pengetahuan Wanita tentang Menopause dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menopause di RW 005 Pondok Aren Tangerang Selatan, dengan nilai $p\text{-value}$ 0,000. Terdapat beberapa perbedaan yaitu dalam pengambilan karakteristik responden usia, pendidikan, dan pekerjaan. Uji statistik yang digunakan oleh Siti Sugiarti adalah *Chi-Square* dengan derajat kepercayaan 95%.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Antok Nurwidi, dkk (2018), didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun di Pedukuhan Pugeran, Maguwoharjo, Sleman, Yogyakarta, dengan nilai $p\text{-value}$ 0,000. Terdapat beberapa perbedaan yaitu populasi dalam penelitian ini berjumlah 86 orang dan sampel berjumlah 46 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Berdasarkan hal diatas peneliti menyimpulkan bahwa ketiga penelitian diatas sejalan tetapi datanya berbeda dengan penelitian saya yaitu dari karakteristik, jumlah sampel, usia responden, tempat penelitian, dan uji statistik. Data yang didapatkan tentang tingkat pengetahuan dengan tingkat.

Kecemasan pada wanita menghadapi menopause sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang sehingga memiliki kecemasan menghadapi menopause dikarenakan kurangnya edukasi dari tenaga kesehatan maupun puskesmas setempat dan juga

kurangnya terpapar informasi dari media massa seperti instagram, facebook, dan whatsapp. Hal ini dikarenakan mayoritas responden berpengetahuan rendah sehingga dapat mengalami kecemasan saat menghadapi menopause.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause.

REFERENSI

- Ardingingsih, E., & Djufri, S. (2017). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Wanita Premenopause Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause Di Rsud Dr. Soedirman Kebumen*.
- Badan Pusat Statistik, (2017). *Proyeksi Penduduk Indonesia 2005-2025*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- BKKBN, (2016). *Jumlah Wanita Menopause*. Jakarta: BKKBN.
- Bushman dan Young, (2012). *Program Olahraga Menopause*. Klaten: PT Intan Sejati.
- Depkes RI, (2017). *Propil Kesehatan Indonesia 2017*<http://depkes.go.id>. Jakarta: Kementerian Kesehatan Re[ublik Indonesia.
- Jaya, Kusnadi. (2015). *Keperawatan Jiwa*. Tangerang Selatan: Bina Rupa Aksara Publisher.
- Lusiana, N. (2014). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Wanita dalam Menghadapi Menopause di Puskesmas Melur Pekanbaru Tahun 2014*. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(5), 215-219.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurpatminingsih, (2016). *Hubungan Antara Kesiapan Menopause dengan Kecemasan Menghadapi Menopause Pada Ibu Pkk Di Desa Gentan Kecamatan Bendorari Kabupaten Sukoharjo*. *Jurnal Kesehatan: Fakultas Ilmu Kesehatan Surakarta*.
- Rasyid, E. P. (2014). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap dengan Kecemasan Menghadapi Menopause di Kelurahan Tanggikiki Kecamatan Sipatana Kota Gorontalo, Skripsi*, 1(841410008).
- Sasrawita, (2017). *Hubungan Pengetahuan, Sikap Tentang Menopause Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause di Puskesmas Pekanbaru*. *Journal Endurance* 2 (2). Akademi Kebidanan Helvetia. Pekanbaru.
- Sugiarti, S., & Anggraini, D. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Wanita Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Rw. 005 Kelurahan Pondok Aren Tangerang Selatan Tahun 2018*. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, 2(3), 255-255.
- Tulung, O., Kundre, R., & Silolonga, W. (2014). *Hubungan Sikap Ibu Premenopause dengan Perubahan yang Terjadi Menjelang Masa Menopause di Kelurahan*

Woloan 1, Kecamatan Tomohon Barat, Kota Tomohon. Jurnal Keperawatan, 2(2).