HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU UMUR 45 – 50 TAHUN DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MENOPAUSE DI DESA JONGOK MELUEM TAHUN 2019

Ulandari [1] **Ayu Wulandari, SKM.,MKM [2]**
Muzaffar. SKM.,MKM[3] **Maulina Iriyanti, SKM.,MKM[4]**

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PAYUNG NEGERI ACEH DARUSSALAM
PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
e-mail: dari79496@gmail.com

ABSTRAK

Berhentinya haid bisa didahului oleh siklus haid yang lebih panjang dengan perdarahan yang berkurang. Umur waktu terjadinya menopouse dipengaruhi oleh keturunan, kesehatan umum dan pola kehidupan, ada kecendrungan menopouse terjadi pada umur yang lebih tua. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu usia 40 – 45 tahun yang berada di Desa Jongok Meluem Kecamatan Kecamatan Kebayakan Kabupaten Aceh Tengah sebanyak 37 responden yang ditentukan menggunakan total sampling yaitu pengambilan sampel berdasarkan seluruh total populasi yang ada. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu umur 40 – 45 tahun dengan kecemasan menghadapi menopause nilai P Value 0,009 dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara sikap ibu umur 40 – 45 tahun dengan kecemasan menghadapi menopause diperoleh nilai P Value 0,109 .

Kata Kunci: Pengetahuan;Sikap Ibu;Kecemasan; Menopause.

ABSTRACT

The cessation of menstruation can be preceded by a longer menstrual cycle with reduced bleeding. The age of menopause is influenced by heredity, general health and life patterns, there is a tendency for menopause to occur at an older age. The population in this study were all mothers aged 40-45 years who were in Jongok Meluem Village, Kebayakan Subdistrict, Central Aceh Regency with 37 respondents who were determined using total sampling, which was based on the entire total population. From the results of this study indicate that there is a significant relationship between the knowledge of mothers aged 40 - 45 years with anxiety facing menopause P Value 0.009 and there is no significant relationship between attitudes of mothers aged 40 - 45 years with anxiety facing menopause obtained P Value 0.109.

***Keywords**: Knowledge, Mother's Attitude, Anxiety; Menopause.*

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang utuh, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi, serta prosesnya. Masa menopause sekitar usia 40 tahun keatas, dimana aktifitas hormon estrogen mulai menurun, tidak ada respon adekuat ovarium terhadap folikel stimulating hormone yang tinggi dari hipofisis berpengaruh dengan habisnya folikel sehingga berhenti haid secara permanen.

Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia tahun 2012, sebanyak 5.320.000 wanita memasuki usia menopause. Pada tahun 2014, jumlah tersebut bertambah sebesar 14%. Pada saat menopouse banyak sekali gangguan yang ditakuti salah satunya adalah osteoporosis dan hipertensi. Keluhan yang terjadi antara lain pada masing – masing individu berbeda-beda paling banyak adalah masalah penyakit degeneratif, tetapi tidak bisa dipungkiri bahwa gangguan – gangguan fisiologis lain yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi dapat selalu terjadi walaupun tiap orang berbeda. Selama menopouse banyak wanita mengeluhkan sejumlah gejala, sulit menentukan mana dari gejala itu yang disebabkan perubahan hormon, khususnya penurunan produksi estrogen, yang dirangsang secara psikologis karena kebutuhan untuk menyesuikan diri.

Berdasarkan hasil survey awal yang Peneliti lakukan di desa Jongok Meluem Kecamatan Kebayakan Kabupaten Aceh Tengah tahun 2019 terdapat 59 ibu yang sudah mengalami menopause. Sedangkan ibu yang berada pada usia 45-55 tahun berjumlah 37 ibu. Dari 10 ibu yang berusia 45-50 tahun yang ditanyakan mengenai pengetahuan ibu tentang menopause menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki pengetahuan kurang tentang menopause dan hanya sebagian kecil ibu yang memiliki pengetahuan baik tentang menopause.Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengetahuan dan sikap kecamasan menghadapi menopause di desa Jongok Meluem Kecamatan Kebayakan Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2019.

BAHAN DAN METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah "*cross sectional*". Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu usia 45-50 tahun yang ada di Desa Jongok Meluem Kecamatan Kebayakan Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2019 berjumlah 37 orang. Sampel yang digunakan adalah berjumlah 37 ibu usia 45-50 tahun dari seluruh total populasi. Adapun jumlah sampel ditiap dusun yaitu Dusun Impres 15 orang, Dusun Tengah 16 orang, Dusun Srijaya 6 orang dan bersedi menjadi responden penelitian.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap sedangkan Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kecemasan menghadapi menopause. Instrumen pengumpulan data untuk variable independen dan dependen adalah lembaran kuisioner yang berisikan sejumlah pertanyaan-pertanyaan terstruktur *(structured)* dalam bentuk choise. Pelaksanaan pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan jenis data primer dan data sekunder sebagai data penelitian. Teknik pengolahan data yaitu editing dan coding sementara untuk analisa data yaitu univariat menggunakan rumus distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji *Chi Square.*

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada tanggal 10 sampai dengan 17 Oktober 2019. terhadap 37 ibu usia 45-50 tahun yang ada di desa Simpang Rahmat untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Umur 45-50 Tahun dengan Kecemasan Menghadapi Menopause di Desa Jongok Meluem didapatkan bahwa dari 37 responden mayoritas responden tidak cemas dalam menghadapi menopause usia 45-50 tahun sebanyak 23 responden (62,2%).

Menopause	Frekuensi	Persentase
Cemas	14	37,8
Tidak Cemas	23	62,2
Jumlah	**37**	**100**

(Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2019)

Sementara untuk pengetahuan, dari 37 responden mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang sebanyak 16 responden (43,2%).

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	8	21,6
Cukup	13	35,1
Kurang	16	43,2
Jumlah	**37**	**100**

(Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2019)

Sedangkan untuk sikap, dari 37 responden mayoritas responden memiliki sikap negatif sebanyak 22 responden (59,5%)

Sikap	Frekuensi	Persentase
Positif	15	40,5
Negatif	22	59,5
Jumlah	**37**	**100**

(Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2019)

Hasil

Berdasarkan hasil uji statistik *Chi Square* dan pada derajat kepercayaan 95% dari 37 responden dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kecemasan menghadapi menopause, diperoleh nilai *P Value* 0,009 ($P \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan secara statistis bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kecemasan menghadapi menopause pada ibu umur 45-50 tahun.

Pengetahuan	Menopause				Jumlah		P Value
	Ya		Tidak				
	F	%	F	%	F	%	
Baik	6	75	2	25	8	21,6	
Cukup	6	46,2	7	53,8	13	35,1	
Kurang	2	12,5	14	87,5	16	43,2	0,009
Jumlah	**14**	**37,8**	**23**	**62,2**	**37**	**100**	

(Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2019)

Adapun hasil uji statistik *Chi Square* dan pada derajat kepercayaan 95% dari 37 responden dilakukan untuk mengetahui hubungan sikap dengan kecemasan menghadapi menopause, diperoleh nilai *P Value* 0,109 (P ≤ 0,05). Hal ini menunjukkan secara statistis bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara sikap dengan kecemasan menghadapi menopause pada ibu umur 45-50 tahun.

Sikap	Menopause				Jumlah		P Value
	Ya		Tidak				
	F	%	F	%	F	%	
Positif	8	53,3	7	46,7	15	40,5	0,109
Negatif	6	27,3	16	72,7	22	59,5	
Jumlah	**14**	**37,8**	**23**	**62,2**	**37**	**100**	

(Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2019)

PEMBAHASAN

Masa menopause adalah waktu dimana seseorang mengalami sel telur tidak lagi di produksi secara rutin bahkan terhenti. Pada pembahasan ini masa menopause hanya di fokuskan pada masa menopause wanita (Dwi dan Fitrah, 2010). setiap wanita akan mengalami masa menopause. Tetapi apabila seorang wanita bisa menjaga kesehatan, dan pola makan yang baik akan memperlambat terjadinya menopause, selain itu menstruasi pertama pun juga mempengaruhi menopause, apabila seorang wanita cepat mendapatkan menstruasi pertama, maka akan cepat pula terjadinya menopause.

Menurut Notoatmodjo (2010), pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dengan sendirinya, pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian

dan persepsi terhadap objek. semakin baik pengetahuan ibu di Desa Jongok Meluem maka semakin paham akan terjadinya menopause bukan sesuatu hal yang harus di takuti, karena menopause merupakan hal yang alami yang akan dialami oleh semua wanita, begitu juga sebaliknya semakin kurangnya pengetahuan ibu tentang menopause, maka akan timbul rasa cemas, takut yang berlebihan akan datangnya perubahan yang terjadi pada dirinya baik perubahan fisik, maupun kesehatan yang mulai menurun.

Sikap adalah determinan perilaku, karena mereka berkaitan dengan persepsi, kepribadian dan motivasi. Sebuah sikap merupakan suatu keadaan siap mental, yang dipelajari dan diorganisasi menurut pengalaman dan yang menyebabkan timbulnya pengaruh khusus atau reaksi seseorang terhadap orang-orang, objek-objek dan situasi-situasi dengan siapa dia berhubungan (Notoatmodjo, 2010).

Semakin positif sikap ibu di Desa Jongok Meluem dalam menghadapi menopause maka ibu tidak merasa takut maupun cemas yang berlebihan dalam menghadapi masa menopuse, begitu juga sebaliknya semakin negatif sikap ibu dalam menghadapi menopause maka akan timbul rasa takut dan kecemasan yang berlebihan dalam menghadapi masa menopause. Kesiapan ini membuat ibu untuk berpikir positif dan akan mempersiapkan menopause secara positif juga. semakin rendah tingkat kecemasan memasuki masa menopause, peran dan pengertian suami sangat diperlukan oleh seorang wanita yang akan menginjak ke masa menopause agar tidak mempunyai sikap yang negatif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Secara statistis bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kecemasan menghadapi menopause pada ibu umur 45-50 tahun. Sedangkan hubungan sikap dengan kecemasan menghadapi menopause pada ibu umur 45-50 tahun juga menunjukan hubungan yang bermakna.

Saran

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi yang positif dan terarah untuk dapat memberikan penyuluhan pada masyarakat, khususnya kaum ibu yang berusia 45 – 50 tahun tentang menopouse

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik, Cet 13*. Rineka Cipta: Jakarta

Badan Pusat Statistik Aceh, 2011. *Jumlah Wanita Yang Mengalami Menopause Menurut Badan Pusat Statistik Aceh.* https://Frepository.usu.ac.id%2Fbitstream. (Diakses tanggal 24 Juni 2019)

Dwi dan Fitrah, 2010. *Memahami Kesehatan Pada Lansia*. Jakarta: Trans Info Media

Hastono, S dan Luknis S. 2010. *Statistik Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers

Hidayat, AA. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika

Jones, 2012. *Dasar-dasar Obstetri Dan Ginekologi*. Jakarta. Hipokrates.

Machfoedz, I. 2012. *Statistika Induktif Bidang Kesehatan, Keperawatan, Kebidanan, Kedokteran Bio Statistika*. Yogyakarta: Fitramaya

Mansjoer, dkk, 2012. *Kapita Selekta Kedoktoran*, Jakarta: Media Aesculapius

Notoatmodjo, S, 2010. *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta

Owen, 2010. *Tiga Dari Empat Wanita Yang Mengalami Menopouse Memiliki Simptom Yang Perlu Diobati Atau Memang Harus Dirawat*. http//www//ziddu.com. Di akses tanggal 2 Maret 2019.

Prawirohardjo, 2012. *Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*, Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

Romauli da Vindari, 2011. *Kesehatan Reproduksi*. http//www//aldikembar.com. Di akses tanggal 2 Maret 2019.

Sibagariang dkk, 2010. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Trans Info Media

Sukandarumidi. 2012. *Metodologi Penelitian: Petunjuk Praktis Untuk Peneliti Pemula*. Yogyakrta : Gadjah Mada University Press

Suryani, Eko dan Hesty Widyasih. 2010. *Psikologi Ibu Dan Anak*. Yogyakarta: Fitra Maya

Usman, H dan Purnomo Setia Akbar. 2012. *Pengantar Statistika*. Jakarta: PT. Bumi Aksara

Varney, Helen. 2012. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: EGC

Widyastuti dan Rahmawati, 2011. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta. Fitramaya.

Wirda, 2010. *Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Menopause.* http//www//creasof.wordpress.com. (Di akses tanggal 2 Maret 2019).

Yantina, YZ. *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Kecemasan Menghadapi Menopause Pada Ibu Usia 45-50 Tahun Di Kemukiman Bebesen Kecamatan Bebesen Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2012*. http://digilib.unimus.ac.id/download.php?id=7345. (Diakses tanggal 25 Juni 2019)