

HUBUNGAN PENGETAHUAN MENGENAI PERUBAHAN FISIK DAN PSIKIS WANITA KLIMAKTERIUM TERHADAP KECEMASAN DI LOA BAKUNG

¹⁾Nursari Abdul Syukur

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kaltim, Jl. Wolter Monginsidi no. 38, Kota Samarinda, Kode Pos 75123

Email : nursarias@gmail.com

Abstract

Climacteric a transitional period between the end of the reproductive years and ends at the beginning of senium, around the age of 40-65 years (Prawirohardjo, 2003). Based on preliminary studies that have been conducted in the village of Loa Bakung Samarinda, six out of ten women climacteric determine the appropriate process of change experienced external nature but felt concerns about the changes that occur in the climacteric. This research is analytic with cross sectional study design. The number of population in this study was 86 women climacterium with purposive sampling technique, so the number of samples is 71 respondents. Data were collected through questionnaires distributed to climacteric women who were enrolled in the Family Card (KK) in the period October to December 2010 in the village of Loa Bakung Samarinda in 2011, and then processed by univariate and bivariate analysis using chi square (X^2) with 95 %. Statistical test results obtained value of P Value = 0.00, while the value of $\alpha = 0.05$ and X^2 count = 13.49 with X^2 table = 3.84, it can be seen that the p value < (0.000 < 0.05) and X^2 hitung > X^2 tabel (13.49 > 3.84) so that it can be concluded that there is a significant relationship between the level of knowledge about changes in the relationship of physical and psychological changes in the level of anxiety climacteric climacteric women. From the results, it can be concluded that 49.2% of respondents are not contained anxiety in climacteric and have a good knowledge about the physical changes and psychological changes climacteric. Keywords: knowledge, climacterium, and anxiety level.

Keywords: knowledge, climacterium, and anxiety level

Abstrak

Klimakterium suatu masa peralihan antara tahun-tahun reproduktif akhir dan berakhir pada awal masa senium, sekitar umur 40-65 tahun (Prawirohardjo, 2003). Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di kelurahan Loa Bakung Samarinda, enam dari sepuluh wanita klimakterium mengetahui proses perubahan yang dialaminya sesuai kodrat lahiriah tetapi merasakan kekhawatiran terhadap perubahan yang terjadi pada masa klimakterium. Penelitian ini bersifat analitik dengan rancangan penelitian cross sectional. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 86 wanita klimakterium dengan teknik purposive sampling, sehingga jumlah sampel ialah 71 responden. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang dibagikan kepada wanita klimakterium yang terdaftar dalam Kartu Keluarga (KK) periode Oktober hingga Desember 2010 di kelurahan Loa Bakung Samarinda tahun 2011, kemudian diolah dengan analisa univariat dan analisa bivariat menggunakan chi square (X^2) dengan tingkat kepercayaan 95 %. Hasil uji statistik didapatkan nilai P Value = 0,00, sedangkan nilai $\alpha = 0,05$ dan X^2 hitung = 13,49 dengan X^2 tabel = 3,84, maka dapat dilihat bahwa P Value < (0,000 < 0,05) dan X^2 hitung > X^2 tabel (13,49 > 3,84) sehingga bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan tingkat pengetahuan mengenai perubahan fisik dan perubahan psikis masa klimakterium terhadap tingkat kecemasan wanita klimakterium. Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa 49,2% responden yang tidak terdapat kecemasan pada masa klimakterium dan memiliki

pengetahuan baik mengenai perubahan fisik dan perubahan psikis masa klimakterium. Kata kunci: pengetahuan, masa klimakterium, dan tingkat kecemasan

Kata kunci: pengetahuan, masa klimakterium, dan tingkat kecemasan

PENDAHULUAN

Pada tahun 2000, jumlah penduduk lansia meningkat menjadi 207 juta, dan menurut proyeksi jumlah tersebut akan meningkat lagi pada tahun 2050 menjadi 865 juta orang atau sekitar 20 persen dari penduduk dewasa (Cicich cit BKKBN, 2000). Menurut proyeksi penduduk Indonesia tahun 2000-2010 oleh Badan Pusat Statistik, jumlah penduduk perempuan di atas 50 tahun adalah 20,9 juta orang dan tahun 2025 akan ada 60 juta perempuan yang mengalami menopause (BKKBN, 2006).

Di Kalimantan Timur pada tahun 1980 hanya 54,2 tahun meningkat menjadi 62,6, tahun 1990 dan 66,5 pada tahun 2001. Kemudian pada tahun 2003 Usia Harapan Hidup menjadi sebesar 68,94 dan tahun 2004 menjadi 69,90 tahun. Dalam rangka mencapai kondisi peningkatan Usia Harapan Hidup, maka pada akhir tahun 2013 sasaran yang akan dicapai di Kalimantan Timur ialah dari 67,2 tahun menjadi 70,6 tahun. Maka dari

peningkatan Usia Harapan Hidup tersebut dapat dilihat gambaran bahwa adanya peningkatan kesejahteraan wanita di Kalimantan Timur hingga mencapai masa menopause (Badan Perencanaan Pembangunan Daerah, 2007)

Sebelum seorang wanita mengalami menopause, telah terjadi perubahan anatomis pada ovarium berupa pengurangan jumlah folikel primordial, serta penurunan aktivitas sintesa hormon steroid. Penurunan hormon estrogen akan berlangsung dimulai pada awal masa klimakterium dan makin menurun pada menopause, serta mencapai kadar terendah pada saat pascamenopause (Grady, Deborah, 2006). Tahap awal dari perubahan ini yaitu haid atau menstruasi tidak teratur dan sering terganggu. Periode ini disebut sebagai masa pramenopause. Masa pramenopause sering pula dibarengi dengan meningkatnya aktifitas yang ditandai oleh gejala meningkatnya rangsangan seksual. (Kartini Kartono, 2007).

Menurut Maspaitela dalam Irawaty (2004), mengatakan bahwa kematangan mental, kedewasaan berfikir, faktor ekonomi, budaya dan wawasan mengenai menopause akan menentukan berat-ringannya seseorang menghadapi kekhawatiran saat memasuki masa menopause. Bila seorang perempuan tidak siap mental menghadapi periode klimakterium atau fase menjelang menopause dan lingkungan psikososial tidak memberikan dukungan positif akan berakibat tidak baik. Perempuan itu akan menjadi kurang percaya diri, merasa tidak diperhatikan, tidak dihargai, stress dan khawatir berkepanjangan tentang perubahan fisiknya, misalnya khawatir fisiknya tidak seindah dan sehat ketika muda.

Perubahan psikologis yang dialami wanita klimakterium meliputi merasa tua, mudah tersinggung, mudah kaget sehingga jantung berdebar-debar, takut tidak dapat memenuhi kebutuhan seksual suami dan takut suami akan menyeleweng, keinginan seksual menurun, sulit mencapai orgasme, sangat emosional dan spontan, pola haid kacau, mengalami gangguan tidur, hot flushes, dan keluhan lainnya yang mengganggu

kenyamanan dalam beraktifitas, istirahat dan tidur (Marhaendra Putra Budhi, 2010). Diharapkan juga bahwa pemerintah dan masyarakat memberikan perhatian yang lebih banyak kepada kebutuhan pelayanan wanita usia klimakterium baik secara medis maupun sosial (Wiknjastro, 2005).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di kelurahan Loa Bakung Samarinda, enam dari sepuluh wanita klimakterium mengetahui proses perubahan yang dialaminya sesuai kodrat lahiriah seorang wanita tetapi merasakan kekhawatiran terhadap perubahan yang terjadi pada masa klimakterium. Hal tersebut disebabkan karena kurangnya pengetahuan dan informasi kepada masyarakat khususnya wanita dan keluarganya mengenai masa klimakterium yang secara alamiah pasti terjadi pada setiap wanita sehingga dapat menimbulkan kecemasan. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti Hubungan Tingkat Pengetahuan Mengenai Perubahan Fisik dan Perubahan Psikis Masa Klimakterium terhadap Tingkat Kecemasan Wanita Klimakterium di Kelurahan Loa Bakung tahun 2011.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif analitik yaitu melakukan analisa terhadap masing-masing variabel dalam bentuk narasi kemudian mencari hubungan sebab akibat dengan pengujian analisa statistik. Rancangan penelitian ini adalah *cross sectional*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Wanita Klimakterium Berdasarkan Umur

Umur	Jumlah	Persentase
40-45 Tahun	26	36,6%
46-50 Tahun	27	38,1%
51-55 Tahun	8	11,3%
56-60 Tahun	5	7,0%
61-65 Tahun	5	7,0%
Jumlah	71	100%

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan Wanita Klimakterium

Tingkat Pendidikan	Jumlah	Persentase
SD	28	39,5%
SMP	12	16,9%
SMA	21	29,5%

PT	10	14,1 %
Jumlah	71	100%

1. Analisa Univariat

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Mengenai Perubahan Fisik dan Perubahan Psikis pada Wanita di Kelurahan Loa Bakung Samarinda

Pengetahuan Mengenai Perubahan Fisik dan Perubahan Psikis Masa Klimakterium	Frekuensi	Persentase
Baik	42	59,2 %
Kurang Baik	29	40,8 %
Jumlah	71	100 %

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Wanita Klimakterium di Kelurahan Loa Bakung

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak ada cemas	47	66,2 %
Ringan	24	33,8%
Sedang	0	0%
Berat	0	0%
Jumlah	71	100%

2. Analisa Bivariat

Tabel 5. Hubungan Tingkat Pengetahuan Mengenai Perubahan Fisik dan Perubahan Psikis Masa Klimakterium terhadap Tingkat Kecemasan Wanita Klimakterium di Kelurahan Loa Bakung

		Tingkat Kecemasan		Total	P Value	X ² Hitung
		Tidak ada cemas	Cemas ringan			
		%	%			
Pengetahuan Tentang Perubahan Fisik dan Perubahan Psikis Masa Klimakterium	Baik	35 (49,2%)	7 (9,8%)	42 (59%)	0.000	13,49
	Kurang	12 (16,9%)	17 (23,9%)	29 (40,8%)		
Total		47	24	71		

utama yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada wanita klimakterium.

b. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan mengenai perubahan fisik dan perubahan psikis masa klimakterium terhadap tingkat kecemasan wanita klimakterium. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan seseorang tentang suatu hal khususnya mengenai perubahan-perubahan yang terjadi pada masa klimakterium berpengaruh terhadap tingkat kecemasan pada tiap-tiap individu, tetapi bukan berarti tingkat pengetahuan merupakan faktor

Hal tersebut dapat dilihat dari 35 responden (49,2%) yang tidak terdapat kecemasan pada masa klimakterium serta dalam kategori baik pada tingkat pengetahuan yang mereka miliki mengenai perubahan fisik dan perubahan psikis pada masa klimakterium.

Menurut Azwar (2008) Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber, misalnya media masa, media elektronik, buku petunjuk petugas kesehatan, media poster, kerabat dekat dan lain sebagainya, pengetahuan ini

dapat membentuk keyakinan tertentu sehingga seseorang berperilaku sesuai keyakinan tersebut.

Asumsi Peneliti dalam penelitian ini yaitu terdapat wanita yang memiliki pengetahuan tinggi dan tidak terdapat rasa cemas selama klimakterium tetapi ada pula yang memiliki kecemasan meskipun masuk dalam kecemasan ringan dikarenakan faktor yang lainnya. Adapula wanita klimakterium yang memiliki pengetahuan rendah tetapi tidak terdapat rasa cemas karena faktor pengalaman dan keyakinan bahwa ini adalah masa klimakterium merupakan proses yang memang harus dijalani.

SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil uji statistik didapatkan nilai $X^2_{hitung} = 13,49 > X^2_{tabel} = 3,84$ dan $P_{value} < (0,000 < 0,05)$. Yang menyatakan ada hubungan yang bermakna (signifikan) antara tingkat pengetahuan wanita klimakterium mengenai perubahan fisik dan perubahan psikis masa klimakterium terhadap tingkat kecemasan wanita klimakterium di kelurahan Loa Bakung Samarinda tahun 2011. Setelah itu,

dilakukan penghitungan nilai koefisien kontingensi (C). Nilai C yang didapatkan yaitu 0,40 dimana nilai tersebut terdapat antara nilai $0,40 < KK < 0,70$ yang berarti bahwa keeratan hubungan antara tingkat pengetahuan mengenai perubahan fisik dan perubahan psikis masa klimakterium terhadap tingkat kecemasan wanita klimakterium ialah cukup berarti atau sedang.

Saran untuk peneliti lebih mensosialisasikan mengenai pentingnya bagi wanita klimakterium untuk mengetahui perubahan-perubahan pada masa klimakterium sehingga tidak mempengaruhi rasa cemasnya yang dapat berdampak pada individu itu sendiri maupun sosialisasi dengan keluarga dan lingkungan sekitarnya.

REFERENSI

- Ali Baziad, 2003. *Menopause dan Andropause*, Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo
- Anonim. 2007. *Aspek Psikologis Wanita Klimakterium*. Jakarta: EGC
- Badan Perencanaan Pembangunan Daerah, 2007. *Master Plan Kesehatan Provinsi Kaltim*. Samarinda: Pemerintah Provinsi Kaltim

- Hidayat, Aziz Alimul. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Irawaty. 2004. *Premenopause*. Diambil tanggal 1 Maret 2011 dari <http://luluvikar.wordpress.com/2008/10/27/premenopause/>
- Kartono 1992 *Tingkat Kecemasan Ibu dalam Masa Klimakterium*. Diambil tanggal 22 Maret 2011 dari <http://d3kebidanan.blogspot.com/2010/02/kti-kebidanan-study-deskriptif-tingkat.html>
- Kasdu, Dini. 2004, *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*, Jakarta: Puspa Swara
- Manuaba, Ida Ayu Chandranita, dkk. 2006. *Edisi 2 Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Penerbit buku Kedokteran EGC
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- _____. 2003. *Pengertian dan Tingkat Pengetahuan*. Diambil tanggal 22 Maret 2011 dari <http://www.canboyz.co.cc/2010/06/pengertian-definisi-dan-tingkat.html>
- Nursalam. 2003. *Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Pakasi, 1990. *Tingkat Kecemasan Ibu dalam Masa Klimakterium*. Diambil tanggal 22 Maret 2011 dari <http://d3kebidanan.blogspot.com/2010/02/kti-kebidanan-study-deskriptif-tingkat.html>
- Prawirohardjo, Sarwono, 2003. *Menopause dan Andropause*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- _____, 2008. *Ilmu kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Setiyo (2008) *Tingkat Kecemasan Ibu dalam Masa Klimakterium*. Diambil tanggal 22 Maret 2011 dari <http://d3kebidanan.blogspot.com/2010/02/kti-kebidanan-study-deskriptif-tingkat.html>
- Suyanto dan Salamah. 2008. *Riset Kebidanan, Metodologi dan Aplikasi*. Jogjakarta: Mitra Cendikia Press
- Waluyo, Srikandi, dkk. 2010. *100 Questions & Answers: Menopause atau Mati Haid*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo
- Zainuddin, 2000 *Tingkat Kecemasan Ibu dalam Masa Klimakterium*. Diambil tanggal 22 Maret 2011 dari <http://d3kebidanan.blogspot.com/2010/02/kti-kebidanan-study-deskriptif-tingkat.html>