Volume 2, Nomor 3, Desember 2018
JURNAL LIFE BIRTH
p-ISSN: 2580-0574 ; e-ISSN:

Relationships Of Physical Change With Anxiety Levels In Menopause Women

Hariyanti Haris[1] , Nadia Alfira[2], Anggi Angriani[3]
[1]*Department of Nursing, Stikes Panrita Husada Bulukumba, Indonesia*
[2]*Department of Nursing, Stikes Panrita Husada Bulukumba, Indonesia*
[3] *Nursing Student, Stikes Panrita Husada Bulukumba, Indonesia*

Corresponding author: Anggi Angriani
Email: Anggiangriani7@gmail.com

ABSTRACT

According to WHO data (world health organization), the population of women experiencing menopause worldwide reached 645 million people and in 2010 it increased to 894 million people and in 2015 the number of menopause women increased by 500 million people is expected to increase by 2030 1, as many as 1,2 billion people. This study is an analytic observational study with a cross-sectional approach that aims to analyze the relationship of physical changes women in the lion village of herlang distict, Bulukumba district. The population in this study were post-menopause women in lion village herlang district, bulukumba district which was 232 respondents, the sample of this study amounted to 47 people taken using the unpaired comparative, comparative analytic formula, data analysis using alternative chi-square test Kolmogorov with p= value 0,05 the result of the study showed that physical changes, changed as many as 40 respondents (85,1%) while the unchanged were 7 respondents (14,9%). From the result of severe anxiety levels, there are 23 respondents (48,9%), mild anxiety as many as 17 respondents (36,2%), while moderate anxiety 7 respondents (14,9%). The conclusion is that there is a relationship between physical changes and the level of anxiety in menopause women in the lion village, herlang district bulukumba district. It is recommended that the result of this study is used as scientific reading as reference material for students who study similar problems.

Keywords: Physical Change, Anxiety Level, Menopause

Volume 2, Nomor 3, Desember 2018
JURNAL LIFE BIRTH
p-ISSN: 2580-0574 ; e-ISSN:

I. PENDAHULUAN

Masa menopause merupakan masa dimana seseorang perempuan tidak lagi mengalami menstruasi yang terjadi secara alamiah pada rentang usia 45-55 tahun, berkurangnya kemampuan untuk berproduksi disertai dengan perubahan-perubahan kondisi tubuh. Hal tersebut membuat seorang perempuan ketika memasuki fase menopause mengalami masa peralihan penurunan fungsi refroduksi (Jenny,Dkk, 2016). Sejumlah perubahan fisik menandai masa dewasa tengah beberapa perubahan dimulai tampak lebih awal diusia 40 tahun menurunya perkembangan fisik menunjukkan bahwa masa dewasa tengah telah datang, target organ fisik seperti masalah di payudara dan vagina kering, serta muncul rasa panas yang menjalar ditubuh *(hot flushes)*.walaupun bukan suatu penyakit peristiwa ini mempunyai dampak dalam kehidupan wanita terutama bagi wanita yang banyak aktif, sehingga dapat disarankan sebagai suatu gangguan (Moudy, 2014).

Menurut data WHO (*World Healt Organization*) pada tahun 2000 total populasi wanita yang mengalami menopause diseluruh dunia mencapai 645 juta orang dan pada tahun 2010 mengalami peningkatan mencapai 894 juta orang, dan pada tahun 2015 jumlah wanita menopause bertambah sebanyak 500 juta orang dan di perkirakan akan mengalami peningkatan pada tahun 2030 nanti sebanyak 1,2 milyar orang (WHO,2015). Diperkirakan 77% wanita didunia mengalami kecemasan, 25% dialami wanita pada masa memasuki menopause dengan berbagai gejala yang ditimbulkan sedangkan di Amerika Serikat terdapat 40 juta orang wanita mengalami kecemasan dan depresi pada masa memasuki menopause.

Berdasarkan data SDKI (Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia), jumlah persentase menurut umur 30-34 tahun sebanyak 11,4%, umur 35-39 tahun sebanyak 13,6%, umur 40-41 tahun sebanyak 14,8%, umur 42-43 tahun sebanyak 17,8%, umur 44-45 tahun sebanyak 22,6%, umur 46-47 tahun sebanyak 32,6%, umur 48-49 tahun sebanyak 44,0% (SDKI, 2012). Data dari kementrian Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2013 jumlah penduduk berdasarkan kelompok umur 45-59 tahun sebanyak 623.100 jiwa, dan pada tahun 2015 sebanyak 666.062 jiwa sedangkan pada tahun 2016 sebanyak 21.138.610 jiwa. Menurut data dinas kesehatan Kabupaten Bulukumba Tahun (2014-2015) jumlah wanita menopause berdasarkan kelompok umur 45-49 tahun sebanyak 13927 orang, umur 50-54 tahun sebanyak 11963 orang, umur 55-59 tahun sebanyak 9048 orang (Dinas Kesehatan, 2015).

Berdasarkan data dari Desa Singa Kecamatan Herlang Kabupaten Bulukumba, jumlah wanita menopause sebanyak 232 orang dengan jumlah ibu rumah tangga 668 orang. Berdasarkan hasil survei awal peneliti melakukan wawancara pada wanita menoapuse yang

Volume 2, Nomor 3, Desember 2018
JURNAL LIFE BIRTH
p-ISSN: 2580-0574 ; e-ISSN:

di lakukan pada 10 orang ibu yang mengalami menopause pada tanggal 26 februari 2018, menunjukkan banyak ibu yang mengeluh merasakan terjadi perubahan yang dialami seperti merasakan semburan panas diseluruh tubuh yang menjalar ke leher dan wajah yang berlansung selama beberapa menit dan kadang-kadang di ikuti dengan rasa dingin, ngilu pada seluruh badan, mudah lelah dan pada malam hari mengalami kesulitan tidur akibat panas yang menjalar keseluruh tubuh dan berkeringat yang lebih sehingga wanita menopause merasa cemas akibat perubahan yang belum pernah terjadi sebelumnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan peruabahn fisik dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause di Desa Singa Kecamatan Herlang Kabupaten Bulukumba.

II. METODE PENELITIAN

Desain penelitian

Desain penelitian *observasional analitik* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel independen dan variabel dependen.

Populasi dan sampel

Populasi merupakan sumber data yang diperlukan dalam suatu penelitian (Saryono,2011). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh wanita menopause di Desa Singa Kecamatan Herlang Kabupaten Bulukumba sebanyak 232 wanita menopause.

Tehnik Sampel

Penarikan sampel memggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan *purposive sampling* yang merupakan suatu metode pemilihan sampel yang dilakukan berdasarkan maksud dan tujuan tertentu yang ditentukan oleh peneliti.

Instrumen pengumpulan data

Instrumen yamg digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kousioner, lembar kousioner yang digunakan adalah untuk mengukur perubahan fisik dengan kecemasan. Untuk lembar perubahan fisik sebanyak 20 item dalam bentuk pernyataan dengan menggunkan skala gutman dengan pilihan Ya dan Tidak dengan skor nilai 1 tidak, 2 ya, untuk lembar kousioner kecemasan sebanyak 20 item dalam bentuk penyataan dengan menggunakan skala likert dengan pilihan nilai 1: tidak pernah, 2: kadang-kadang, 3: sering, 4: selalu dengan uji releabilitas dan validitas menggunkan program komputer uji statistik 20.

Analisa data

Data dianalisis secara: (1) analisis *univariat* data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data dapat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi ukuran tendensi sental dan grafik,

Volume 2, Nomor 3, Desember 2018
JURNAL LIFE BIRTH
p-ISSN: 2580-0574 ; e-ISSN:

penelitian ini dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan persentase dengan menggunkan program komputer (2) analisis *bivariat* penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan perubahan fisik dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause antar variabel maka analisa digunakan *uji chi square alternatif kolmogorov.*

III. HASIL

Berdasarkan (Tabel 1) menunjukkan sebagian besar umur responden berada pada kategori usia 45-55 tahun sebanyak 33 orang (72,3, sebagian besar pekerjaan responden sebagai IRT 46 orang (97,9%), pendidikan responden sebagian besar berpendidikan SD sebanyak 23 orang (48,9%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik responden

Karakteristik respoden	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
<45	6	10,6
45-55	33	72,3
>55	8	17,0
Pekerjaan		
IRT	46	97,9
Pegawai	1	2,1
Pendidikan		
Tidak Sekolah	7	14,9
SD	23	48,9
SMP	14	29,8
SMA	2	4,3
S1	1	2,1
Total	**47**	**100**

Berdasrkan Tabel 2 distribusi responden berdasarkan perubahan fisik berada pada kategori perubahan fisik berubah sebanyak 40 orang (85,1%), sedangkan yang paling sedikit perubahan fisik tidak berubah sebanyak 7 orang (14,9%). distribusi frekuensi tingkat kecemasan berada pada kategori tingkat kecemasan berat sebanyak 23 orang (48,9%), sedangkan yang paling sedikit berada pada kategori tingkat kecemasan sedang sebanyak 7 orang (14,9%) dan tingkat kecemasan ringan sebanyak 17 orang (36,2%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi jumlah responden berdasarkan Perubahan Fisik, Tingkat Kecemasan Pada Wanita Menopause

Varibel	Frekuensi	Persentase (%)
Perubahan Fisik		
Tidak berubah	7	14,9
Berubah	40	85,1
Tingkat kecemasan		
Ringan	17	36,2

Volume 2, Nomor 3, Desember 2018
JURNAL LIFE BIRTH
p-ISSN: 2580-0574 ; e-ISSN:

Sedang	7	14,9
Berat	23	48,9
Total	**47**	**100**

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan hubungan perubahan fiisk dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause dimana kategori yang mengalami perubahan fisik sebanyak 40 orang (85,1%), dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 10 orang (21,3%) dan 23 (48,9%) orang responden yang mengalami tingkat kecemasan berat serta 7 (14,9%) orang responden yang mengalami tingkat kecemasan sedang dalam menghadapi perubahan fisik. Dan 7 orang responden yang mengalami perubahan tidak berubah terdapat 7 orang responden yang mengalami tingkat kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan adanya hubungan perubahan fisik dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause. Hasil *uji chi square alternatif kolmogorov* didapatkan nilai hasil bahwa *p*= 0,002 < α= 0,05, yang berarti bahwa terdapat hubungan perubahan fisik dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause.

Tabel 3. Hubungan Perubahan Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita Menopause

Perubahan Fisik	**Tingkat Kecemasan**						**Total**	***P***
	Ringan		**Sedang**		**Berat**			
	F	**%**	**F**	**%**	**F**	**%**		
Tidak Berubah	7	14,9	0	0,0	0	0,0	7	
Berubah	10	21,3	7	14,9	23	48,9	40	0,002*
Total	**17**	**36,2**	**7**	**14,9**	**23**	**48,9**	**47**	

IV. PEMBAHASAN

Pada penelitian ini terlihat bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Perubahan Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita Menopause Di Desa Singa Kecamatan Herlang Kabupaten Bulukumba**.** Pendapat peneliti menyatakan bahwa, penelitian yang dilakukan menunjukkan adanya hubungan, hal ini dikarenakan perubahan fisik banyak mempengaruhi tingkat kecemasan yang disebabkan oleh adanya perubahan fisik yang menjadi masalah yang di hadapi oleh sebagian besar wanita menopause dan dapat memicu gangguan atau depresi karena perubahan yang terjadi dimana mulainya menurun hormon estrogen sehingga mulai terjadi perubahan seperti berhentinya menstruasi, merasa panas disekujur tubuh pada malam hari (*hot flushes*) serta anggota tubuh lainnya menjadi keriput dan tidak bugar lagi perubahan dalam tubuh akan menyebabkan meningkatnya kecemasan pada wanita karena merasa takut ditinggal suami dan merasa sudah tidak berguna lagi, tidak dapat memenuhi kebutuhan seksual suami sehingga dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada seseorang akibat perubahan fisik. Selain menandakan berakhirnya kesuburan dan menstruasi

sering kali muncul gejala menopause akut dan kecemasan akan berpengaruh jangka panjang serta dapat menimbulkan penyakit kardiovaskuler dan osteoporosis serta banyak perubahan lain yang dialami oleh wanita menopause baik perubahan fisik dan non fisik seperti perubahan sosial, emosi, psikologi Berbagai perubahan yang di alami dalam menghadapai menopause akan menimbulkan perasaan cemas yang berlebihan sedangkan wanita menopause yang tidak mengalami perubahan fisik dengan tingkat kecemasan ringan dikarenakan wanita menopause tidak mampu memenuhi kebutuhan seksual suaminya dan merasa sudah tua meskipun tidak merasakan adanya perubahan pada dirinya tetapi masih mengalami cemas karena ketidaksempurnaanya sebagai seorang istri dan berdampak pada konsep diri wanita menopause tersebut, karena kehilangan perannya sebagai wanita dan harus menghadapi masa tuanya.

Penelitian sebelumnya di dukung oleh penelitian Dwi Sulisetyawati (2011), yang mengatakan depresi yang dialami wanita menopause akan sangat berdampak pada konsep diri wanita tersebut karena kehilangan perannya sebagai wanita dan harus menghadapi masa tuannya. Pada saat wanita memasuki usia menopause atau sudah mengalami menopause maka mereka akan mengalami krisis moral dan kepercayaan diri meskipun tidak mengalami adanya perubahan yang terjadi pada fisik wanita menopause. Hal ini akan sangat mempengaruhi bagaimana konsep diri yang ada pada wanita tersebut. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Lestary (2010), yang mengatakan bahwa sebagian besar wanita menopause mengalami rasa cemas karena gejala yang ditimbulkan pada masa menopause dan mengalami perubahan fisik sehingga wanita menopause mengalami tekanan kehidupan.

Penelitian sebelumnya dapat diketahui bahwa keluhan yang paling banyak dialami oleh wanita menopause adalah keluhan fisik salah satunya berupa rasa sakit pada persendian dan otot. Hal ini sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriana (2011), menyatakan bahwa domain fisik merupakan domain tertinggi dalam keluhan wanita menopause. Untuk mengetahui lebih jelas tentang ada hubungan perubahan fisik dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause di Desa Singa Kecamatan Herlang Kabupaten Bulukumba dilakukan analisa data dengan *Uji Kolmogorov* didapatkan nilai $p = 0.002$ ($< \alpha = 0.05$) yang artinya ada hubungan yang signifikan antara perubahan fisik dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause di Desa Singa Kecamatan Herlang Kabupaten Bulukumba .

Penelitian yang memiliki keterkaitan dengan penelitian ini yaitu dilakukan oleh Moudy Lombogia (2014) dengan judul "*Hubungan Perubahan Fisik Dengan Kecemasan Wanita Menopause Usia 45-50 Tahun Dalam Menghadapi Menopause Di Kelurahan Papasungan*

Kecamatan Lembeh Selatan" Desain penelitian adalah metode *Survei deskriftif analitik* dengan pendekatan *crossectional*. Pemilihan sampel dengan *simple random sampling* yaitu sebanyak 30 responden. Analisa data yang digunakan yaitu analisa *univariat* dan analisa *bivariat* di mana *uji statistik yang digunakan uji spearman rank*. Dengan menggunakan program SPSS 16,0 Hasil penelitian ini sesuai hasil uji statistik didapatkan tingkat signifikan p= 0,966 dan α=0,008 atau < 0,05 artinya menunjukkan hasil bahwa ada hubungan yang sangat kuat antara perubahan fisik dengan kecemasan wanita usia 40-50 tahun dalam menghadapi menopause di kelurahan papusungan kecematan lembeh selatan.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka disimpulkan bahwa Terdapat hubungan yang singnifikan antara Perubahan fisik dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause di Desa Singa Kecamatan Herlang Kabupaten Bulukumba. Hasil penelitian semoga dapat dijadikan sebagai bahan informasi dan masukan bagi mahasiswa keperawatan, institusi kesehatan setempat serta segala institusi yang terkait, bagi masyarakat dapat menambah bahan bacaan dan menambah pengetahuan wanita mengenai perubahan fisik dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause.

DAFTAR PUSTAKA

Catherine F. (2017). *Melalui Menopause.*Pt BPK gunung mulia :jakarta.

D. N., & A. M. (2009). Konsep Diri Wanita Menopause di desa Ledug Kecamatan Kembaran Kabupaten Banyumas.

D. R., W. L., & Bayhakki. (2014). Hubungan antara kepercayaan diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat kecemasan pada wanita menopause. *Jom Psik, 1*.

Dahlan, M. (2016). *Langkah-Langkah Membuat Proposal Penelitian Bidang Kedokteran Dan Kesehatan.* Jakarta.

Darhma, K. K. (2011). *Metodologi penelitian.Trans Info Media:* Jakarta Timur.

Eko. P., & Dadang. H. (2014). *Buku Ajar Keperawatan dan Stress, Cemas, Depresi.* Yogyakarta.

Hariyanti, D. (2016). Assesment Kehidupan Seksual Wanita Perimenopause Di Desa Muruh Gantiwarno Kabupaten Klaten. *Ilmiah Ilmu Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Masyarakat, 11*.

Hidaayah, N., & Alif, H. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Terjadinya Insomnia Pada Wanita Premenopause Di Dusun Ngablak Desa Kedungrukem Kecamatan Benjeng Kabupaten Gresik. *Ilmiah Kesehatan, 9*.

I. C., & Trisnadewi, N. A. (2014). Kepercayaan Diri Wanita Menopause.

Indriyastuti, H. I., Dewi, A. P., & Shifah U, M. (2015). Hubungan Antara Tingkat Pekerjaan Dengan Usia Kejadian Menopause Di Desa Bumirejo Kecamatan Kebumen. *ilmiah Kesehatan Keperawatan, 11*.

J. S., C. H., & I. H. (2016). Kecemasan Wanita Premenopause Dalam Menghadapi Masa Menopause. *Jk Unila, 1*.

M. L. (2014). Hubungan Perubahan Fisik Dengan Kecemasan Wanita Usia 40-50 Tahun Dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Papusungan Kecamatan Lembeh Selatan. *Juiperdo, 3*.

Maita, L., Nurlisis, & Pitriani, R. (2013). Karakteristik Wanita Dengan Keluhan Masa Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari. *Kesehatan Komunitas, 2*.

Mandang, J., Lumi, F., Manauke, I., & Tando, N. M. (2016). *Kesehatan Reproduksi Dan Pelayanan Keluarga Berencana.* Bogor.

Manuaba, I. A., Manuaba, I. B., & Manuaba, I. B. (2009). *Kesehatan Reproduksi Wanita.* Jakarta.

Marni. (2011). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kesipan Ibu Pramenopause.

N. L. (2014). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause dipuskesmas melur pekanbaru tahun 2014. *Kesehatan Komunitas, 2*.

N. Z., S. P., & Badariyah. (2016). Hubungan Dukungan Tenaga Kesehatan Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Premenopause Dalam Menghadapi Sindrom Menopause. *Ilmiah Kesehatan, 9*.

Nugroho, T. U. (2014). *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita.* Yogyakarta.

Pieter, H. Z., Janiwarti, B., & Saragih, M. (2011). *Psikologi Untuk Keperawatan.* Jakarta.

Rahayu, P. E. (2010). Pelatihan Berfikir Positif Untuk Mengurangi Kecemasan Wanita Premenopause. *Psikologi Mandiri*.

S. M., & Mahmudah. (2013). Faktor yang berpengaruh terhadap skor kecemasan pada wanita menopause. *Biometrika dan Kependudukan, 2*.

Sujono. R., & Teguh. P. (2009). *Asuhan Keperawatan Jiwa.* Yogyakarta.

Saryono. (2010). *Metodologi Penelitian.* Yogyakarta.

Saryono. (2011). *Metodologi Penelitian.* Yogyakarta.

Senolinggi, M. A., Mewengkang, M., & Wantania, J. (2015). Hubungan Antara Usia Menarche Dengan Usia Menopause Pada Wanita Di Kecamatan Kakas Sulawesi Utara. *Jurnal e-clinic, 3.*

Sepduwiana, H. (2016). Usia Menopause Pada Wanita Di Wilayah Kerja Puskesmas Rambah Kabupaten Rokan Hulu. *Maternity and Neonatal, 2*.

Setyorini, A. (2014). *Kesehatan Reproduksi dan Pelayanan Keluarga Berencana.* Bogor.

Sumoked, P. D., Tendean, H. M., & E. S. (2014). Profil Lipid Wanita Menopause Di Panti Werdha Damai Manada.

Suparni, I. E., & Y. T. (2014). Hubungan Gangguan Masa Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Menopause Di Desa Dawuhan Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri. Jurnal *EduHealth, 4*.

Susanti, E. H. (2014). Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Istri Dalam Menghadapi Menopause. *Biometrika dan kependudukan, 3*.

Syukur, N. A. (2017). Hubungan Pengetahuan Mengenai Perubahan Fisik Dan psikis Wanita Klimakterium Terhadap Kecemasan Di Loa Bakung. *Mahakam Midwifery Journal, 2*.

V. N. (2010). Sikap Wanita Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Premenopause Di Desa Kajarharjo Kalibaru Banyuwangi. *2*.

Y. T. (2016). Hubungan Antara Gejala Menopause Dengan Kualitas Hidup Perempuan Klimakterium. *Samodra Ilmu, 7*.

Astarto, W. T, Dkk (2011). Kelainan Haid, Jakarta.

Sulisetyawati D, (2011). Dampak Menopause Terhadap Konsep Diri Wanita Yang Mengalami Menopause Di Kelurahan Trengguli Kecematan Jenawi Kabupaten Karanganyar. Jurnal Kesmadaska. 2.