



ISSN: 2087-4154

# Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)

Vol. 9 No. 2

Juli 2018

**STUDI DESKRIPTIF KARAKTERISTIK DAN PENGETAHUAN IBU PRIMIPARA TENTANG  
TEKNIK MENGEJAN YANG BENAR PADA PERSALINAN KALA II  
DI BPM KOTA SEMARANG**

*Titik Kurniawat, Sri Mularsih, Dina Safrina*

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG TEKNIK PEMBERIAN AIR SUSU  
DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN DIARE PADA NEONATUS DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS LEBDOSARI KOTA SEMARANG**

*Widyah Setiyowati, Rizki Lestari Widia Larasati*

**ANALISIS PROSES KOMUNIKASI DALAM IMPLEMENTASI PERAWATAN METODE  
KANGURU (PMK) PADA PELAYANAN KESEHATAN BAYI DENGAN BBLR (BERAT BAYI  
LAHIR RENDAH) DI RUMAH SAKIT**

*Nur Sri Atik*

**HUBUNGAN PERSEPSI MASYARAKAT TENTANG HIV DENGAN KEJADIAN STIGMA  
YANG BERSIFAT DISKRIMINASI PADA ODHA (ORANG DENGAN HIV/AIDS) DI  
KABUPATEN PATI**

*Uswatun Kasanah, Lintang Kirna Firma Irmaya*

**ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT KECEMASAN WANITA MASA  
PREMENOPAUSE USIA 40-50 TAHUN DI DESA KRIKILAN KECAMATAN SUMBER  
KABUPATEN REMBANG**

*Zulfah Nikmatun N., Sri Hadi Sulistiyarningsih*

**GAMBARAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA SISWI KELAS VII DALAM  
MENGHADAPI MENARCHE DI MTS MA'AHID DI KUDUS**

*Puji Hastuti*

**Diterbitkan oleh  
Akademi Kebidanan Bakti Utama Pati**

Jurnal Kebidanan dan Kesehatan	Vol. 9 No. 2	Hal. 86-163	Pati Juli 2018	ISSN: 2087-4154
--------------------------------	--------------	-------------	-------------------	--------------------

# Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan

## (Journal of Midwifery Science and Health)

Vol. 9 No. 2

Juli 2018

### Susunan Dewan Redaksi

**Penanggung jawab (Chairman):**  
*Direktur Akbid Bakti Utama Pati*

**Ketua (Editor in Chief):**  
*Suparjo, S.Kp., M.Kes.*

**Sekretaris (Secretary Editor):**  
*Uswatun Kasanah, S.Si.T., M.Kes.*

#### Editor

*Siti Ni'amah, S.Si.T. M.Kes.*  
*Yuli Irnawati, S.Si.T., M.Kes.*  
*Irfana Tri W., S.Si.T., M.Kes.*  
*Sri Hadi Sulistyaningsih, S.Si.T., M.Kes.*

#### Mitra Bestari:

dr. Hilal Ariadi, M.Kes. (Ketua Ikatan Dokter Indonesia Kudus)  
dr. Parno Widjojo, Sp.F (K) (Fak. Farmasi Undip)

#### Periklanan dan Distribusi:

*Siti Marfu'ah, S.Si.T., M.PH.*  
*Khoirul Huda, S.Kom.*  
*Alex Kamal Hasan, S.P.*

Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan terbit dua kali dalam setahun (Januari dan Juli)

Terbit pertama kali : Juli 2010

Administrasi dan Sekretariat :  
*Alex Kamal Hasan, S.P., Khoirul Huda, S.Kom.*

Alamat :  
Jl. Ki Ageng Selo No.15 Pati,  
Website: <http://www.akbidbup.ac.id>  
E-mail : [lppmakbidbup@gmail.com](mailto:lppmakbidbup@gmail.com)

**Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)** merupakan wadah atau sarana yang menerbitkan tulisan ilmiah hasil-hasil penelitian maupun nonhasil penelitian di bidang ilmu-ilmu kebidanan khususnya dan ilmu-ilmu kesehatan pada umumnya yang belum pernah diterbitkan atau sedang dalam proses penerbitan di jurnal-jurnal ilmiah lain. Redaksi berhak mengubah tulisan tanpa mengubah maksud atau substansi dari naskah yang dikirimkan. Naskah yang belum layak diterbitkan dalam **Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan** tidak dikembalikan kepada pengirimnya, kecuali atas permintaan dari penulis yang bersangkutan.

<b>Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan</b>	Vol. 9 No. 2	Hal.86-163	Pati Juli 2018	ISSN: 2087-4154
--	--------------	------------	-------------------	--------------------

# Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan

## (Journal of Midwifery Science and Health)

---

Vol. 9 No. 2

Juli 2018

### DAFTAR ISI

STUDI DESKRIPTIF KARAKTERISTIK DAN PENGETAHUAN IBU PRIMIPARA TENTANG TEKNIK MENGEJAN YANG BENAR PADA PERSALINAN KALA II DI BPM KOTA SEMARANG.....	86– 98
<i>Titik Kurniawat, Sri Mularsih, Dina Safrina</i>	
HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG TEKNIK PEMBERIAN AIR SUSU DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN DIARE PADA NEONATUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LEBDOSARI KOTA SEMARANG .....	99– 112
<i>Widyah Setiyowati, Rizki Lestari Widia Larasati</i>	
ANALISIS PROSES KOMUNIKASI DALAM IMPLEMENTASI PERAWATAN METODE KANGURU (PMK) PADA PELAYANAN KESEHATAN BAYI DENGAN BBLR (BERAT BAYI LAHIR RENDAH) DI RUMAH SAKIT .....	113-123
<i>Nur Sri Atik</i>	
HUBUNGAN PERSEPSI MASYARAKAT TENTANG HIV DENGAN KEJADIAN STIGMA YANG BERSIFAT DISKRIMINASI PADA ODHA (ORANG DENGAN HIV/AIDS) DI KABUPATEN PATI .....	124-134
<i>Uswatun Kasanah, Lintang Kirna Firma Irmaya</i>	
ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT KECEMASAN WANITA MASA PREMENOPAUSE USIA 40-50 TAHUN DI DESA KRIKILAN KECAMATAN SUMBER KABUPATEN REMBANG .....	135-156
<i>Zulfah Nikmatun N., Sri Hadi Sulistyaningsih</i>	
GAMBARAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA SISWI KELAS VII DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI MTS MA'AHID DI KUDUS .....	157-163
<i>Puji Hastuti</i>	

**ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT  
KECEMASAN WANITA MASA PREMENOPAUSE USIA 40-50 TAHUN  
DI DESA KRIKILAN KECAMATAN SUMBER  
KABUPATEN REMBANG**

Zulfah Nikmatun N.<sup>1)</sup> dan Sri Hadi Sulistiyansih<sup>2)</sup>  
Akademi Kebidanan Bakti Utama Pati  
e-mail: mahira.hsp@gmail.com

**ABSTRAK**

Premenopause adalah bagian dari klimakterium sebelum terjadi menopause. Menurut WHO 2006 diperkirakan 77% wanita di dunia mengalami kecemasan, 25% dialami wanita pada masa memasuki menopause dengan berbagai gejala yang ditimbulkan. Penelitian menunjukkan bahwa 75% wanita yang mengalami menopause akan merasakan berbagai masalah/gangguan atas perubahan yang terjadi, dan diperkirakan 5% dari jumlah penduduk mengalami kecemasan baik kecemasan ringan maupun berat. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan wanita masa premenopause usia 40-50 tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

Jenis penelitian ini analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah wanita premenopause usia 40-50 tahun dengan sampel 61 orang yang diambil menggunakan teknik *simple random sampling*. Uji statistik menggunakan *Uji Chiquare*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan Gambaran diri dengan tingkat kecemasan wanita premenopause ( $X^2$  hitung 17,014 dan  $\rho$  value = 0,000), ada hubungan peran diri dengan tingkat kecemasan wanita premenopause ( $X^2$  hitung 33,882 dan  $\rho$  value = 0,000), ada hubungan respon koping dengan tingkat kecemasan wanita premenopause ( $X^2$  hitung 27,338 dan  $\rho$  value = 0,000).

Diharapkan petugas kesehatan berperan aktif dalam meningkatkan pengetahuan wanita yang akan memasuki premenopause maupun yang sudah supaya mengetahui dan menyadari perubahan yang terjadi.

Kata kunci : Premenopause, Kecemasan, Gambaran Diri, Peran Diri, Respon Koping

**ABSTRACT**

*Premenopause is part of the climacterium before menopause occurs. According to WHO 2006 estimated 77% of women in the world experience anxiety, 25% experienced women during menopause entering with various symptoms. Research shows that 75% of women who experience menopause will experience various problems / disturbances over the changes that occur, and estimated 5% of the population experienced anxiety both light and heavy anxiety. The purpose of this study was to analyze the factors that affect the level of anxiety of women premenopausal age 40-50 years in Krikilan Village Sumber Kabupaten Rembang.*

*The type of this research is analytic correlation with cross sectional approach. The population is premenopausal women aged 40-50 years with a sample of 61 people taken using simple random sampling technique. Test statistic using Chiquare Test*

*The results showed that there is a relationship of self-image with anxiety level of premenopausal women ( $X^2$  count 17,014 and  $p$  value = 0,000), there is self relation relationship with premenopausal women's anxiety level ( $X^2$  count 33,882 and  $p$  value = 0,000, there is correlation of koping response with anxiety level premenopausal women ( $X^2$  count 27,338 and  $p$  value = 0,000.*

*Health workers are expected to play an active role in improving the knowledge of women who will enter premenopause and who have to know and realize the changes that occur.*

*Keywords: Premenopause, Anxiety, Self-Image, Self-Role, Koping Response*

## PENDAHULUAN

Seiring dengan peningkatan usia, banyak terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Namun pada suatu saat perkembangan dan pertumbuhan itu akan berhenti pada suatu tahap, sehingga berikutnya akan terjadi banyak perubahan yang terjadi pada fungsi tubuh manusia. Perubahan tersebut biasanya terjadi pada proses menua, karena pada proses ini banyak terjadi perubahan fisik maupun psikologis. Perubahan tersebut paling banyak terjadi pada suatu fase yaitu fase menopause. Sebelum terjadi fase menopause biasanya didahului dengan fase premenopause dimana pada fase ini terjadi peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya pembuahan (anovulator) (Proverawati, 2010).

Pada tahun 2030, jumlah perempuan di seluruh dunia yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang. Di Indonesia, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta perempuan menopause. Pada tahun 2016 saat ini di Indonesia baru mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4 % dari total populasi yang ada. Sementara perkiraan umur rata-rata usia menopause di Indonesia adalah 48 tahun. Peningkatan usia harapan hidup menyebabkan jumlah perempuan yang mengalami menopause semakin banyak (Depkes RI,2014).

Menurut Badan Pusat Statistik pada tahun 2013, jumlah penduduk wanita di Jawa Tengah adalah 6.161.607 jiwa dengan jumlah penduduk wanita pada kelompok umur 50-59 tahun dan diperkirakan telah memasuki usia menopause sebanyak 916.446 jiwa. Sedangkan tahun 2015 ada sebanyak 6.318.990 jiwa dengan jumlah penduduk wanita yang berusia 50-59 tahun ada 1.041.614 jiwa (BPS: 2015 ).

Premenopause adalah bagian dari klimakterium sebelum terjadi menopause atau masa ketika siklus menstruasi cenderung menjadi tidak teratur dan selama waktu tersebut wanita mungkin mengalami gejala klimakterium *hot flash* (kemerahan yang terasa panas) (Helen Varney,2006).

Gejala premenopause akibat menurunnya kadar estrogen tersebut sering menimbulkan gejala yang sangat mengganggu aktivitas kehidupan para wanita, bahkan mengancam kebahagiaan rumah tangga. Gejala yang menyertai sindrom premenopause, meliputi *hot flushes* (semburan panas dari dada hingga wajah), *night sweat* (berkeringat di malam hari), *dryness vagina* (kekeringan vagina), penurunan daya ingat, *insomnia* (susah tidur), *depresi* (rasa cemas), *fatigue* (mudah capek), penurunan libido, *drypareunia* (rasa sakit ketika berhubungan seksual) dan *incontinence urinary* (beker) (Proverawati,2010).

Sindroma premenopause dan menopause dialami oleh banyak perempuan hampir diseluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia. Menurut data salah satu gejala yang paling banyak dilaporkan adalah 40% merasakan *hot flashes*, 38% mengalami sulit tidur, 37% merasa cepat lelah dalam bekerja, 35% sering lupa, 33% mudah tersinggung, depresi pada 21,2-29,3%, 26% mengalami nyeri padasendi dan merasa sakit kepala yang berlebihan 21% dari seluruh jumlah wanita premenopause (Proverawati, 2010).

Hasil penelitian Departemen Epidemiologi dan Psikiatri, University of Pittsburg, O'hara menunjukkan 48,9% perempuan mengalami stress (tidak siap) di awal perimenopause, 20,9% di premenopause dan 30,2% pada postmenopause). Indonesia merupakan negara berkembang, dimana setiap tahunnya angka kecemasan semakin meningkat, prevalensi keadaan kecemasan (anxietas) di Indonesia berkisar antara 2-5% dari populasi umum atau 7-16% dari semua penderita gangguan jiwa (Hidayah, 2016).

Menurut WHO 2006 (*Heath Organization*) diperkirakan 77% wanita di dunia 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 masamemasuki menopause.

Fakta diindonesia penelitian menunjukkan bahwa 10% hingga 15% perempuan menopause akan merasakan kegelisaan. Penelitian menunjukkan

bahwa 75 % wanita yang mengalami menopause akan merasakan berbagai masalah atau gangguan atas perubahan yang terjadi, sedangkan sekitar 25% lainnya tidak memperlmasalahkan. Diperkirakan 5% dari jumlah penduduk mengalami kecemasan baik kecemasan ringan maupun berat. Hal ini menegaskan bahwa umumnya wanita takut menghadapi menopause karena tidak siap menerima kenyataan mengalami menopause, sehingga wanita akan melakukan berbagai cara agar dapat menghambat datangnya menopause. Akibat dari datangnya menopause menyebabkan wanita menjadi cemas, murung, dan menarik diri dari lingkungan sosial ketika mengalami menopause.

Setiap individu berbeda dalam menginterpretasikan stimulus dalam lingkungannya yang diperoleh melalui pengalaman yang unik dengan dirinya sendiri dan orang lain. Konsep diri merupakan konsep dasar yang perlu diketahui untuk mengerti perilaku dan pandangan terhadap dirinya, masalahnya serta lingkungannya. Konsep diri terdiri dari citra tubuh (*body image*) ideal diri (*self ideal*), harga diri (*self esteem*), peran (*self role*) dan identitas diri (*self identity*) (Suliswati,2012).

Mekanisme koping adalah usaha individu untuk mengatasi perubahan yang dihadapi atau beban yang diterima tubuh dan beban tersebut menimbulkan respon tubuh yang sifatnya nonspesifik yaitu stress. Apabila mekanisme koping ini berhasil, seseorang akan dapat beradaptasi terhadap perubahan atau beban tersebut (Titik Lestari,2015).

Keterampilan memecahkan masalah wanita masa premenopause sangatlah dipengaruhi oleh persepsi wanita, pengalaman terhadap kejadian premenopause dan sistem pendukung. Dengan adanya 3 faktor tersebut maka wanita masa premenopause tidak akan mengalami takut/khawatir bahkan mengalami kecemasan dalam menghadapi tanda dan gejala sindrom premenopause (Proverawati,2010).

Kecemasan merupakan keadaan perasaan afektif yang tidak menyenangkan yang disertai dengan sensasi fisik yang memperingati orang terhadap bahaya yang akan datang. Keadaan yang tidak menyenangkan itu sering kabur dan sulit menunjuk dengan tepat. Tetapi kecemasan itu sendiri selalu dirasakan (Titik Lestari, 2015).

Menurut Praju Susiana Marga (2007), dalam penelitiannya tentang Hubungan Gambaran Diri dengan Tingkat Kecemasan Ibu Masa Menopause di

Kelurahan Lhok Keutapang Tapaktuan, didapatkan hasil penelitian bahwa mayoritas responden (n=29; 90,6%) memiliki gambaran diri menerima sedangkan 3 responden (9,4%) memiliki gambaran diri menolak. Dari hasil tentang kecemasan bahwa lebih dari 50% responden (n=18; 56,3%) memiliki tingkat kecemasan yang ringan diikuti dengan tidak ada kecemasan (n=9; 28,1%) dan kecemasan sedang (n=5; 25,6%). Berarti terdapat hubungan bermakna antara gambaran diri dengan tingkat kecemasan ibu menopause dengan nilai p value sebesar 0,02.

Menurut Diana Ayu (2012), dalam penelitiannya tentang perbedaan tingkat kecemasan wanita masa menopause yang mengalami respon konstruktif dan destruktif di Desa Purwosari Kecamatan Blora, sebagian responden mengalami koping destruktif dengan cemas sedang dan berat yaitu masing-masing sebanyak 8 orang (40%) dan sebagian responden mengalami koping konstruktif dengan cemas ringan yaitu sebanyak 11 orang (55%). Jadi ada perbedaan antara wanita masa menopause yang mengalami koping destruktif dan koping konstruktif di Desa Purwosari Kecamatan Blora Kabupaten Blora tahun 2012 hal ini ditunjukkan dengan diperoleh hasil *Uhitung* (66) *Utabel* (114) dan *Pvalue* = 0,000 (0,05).

Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten Rembang di Kecamatan Sumber pada tahun 2016, jumlah penduduk wanita usia 40-50 tahun sebanyak 3.538 ribu orang, sebagian data yang didapatkan dari Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang jumlah penduduk wanita yang berusia 40-50 tahun sebanyak 152 orang.

Berdasarkan survey hasil wawancara terhadap 15 responden tentang analisis faktor –faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan wanita masa premenopause usia 40-50 tahun di dapatkan hasil antara lain pendidikan ibu rendah 11 (73,4%) dan tinggi 4 ( 26,6%), pendapatan dan status ekonomi tinggi 9 (60 %) dan rendah 6 (40%), peristiwa traumatic, frustasi, medikasi dan riwayat gangguan kecemasan 0 (0%), konflik emosional 2 responden (20%) buruk, konsep diri tentang body image baik 5 (33,3) dan tidak baik 10 (66,6) dikarenakan mayoritas ibu pada saat terjadinya premenopause selalu memikirkan perubahan yang terjadi pada dirinya sedangkan peran diri baik 3 (20%) dan tidak baik 12 (80%) dikarenakan seorang wanita premenopause merasa dirinya tidak mampu melakukan peran sebagai ibu dan istri karena usianya yang semakin tua, mekanisme koping konstruktif terdapat 6 (40%) responden dan respon destruktif 9 (60%) responden dikarenakan

responden lebih cenderung mengeluh dengan apa yang terjadi pada dirinya serta bersikap pasif tentang perubahan pada saat premenopause.

Berdasarkan uraian di atas menunjukkan bahwa pada umumnya wanita takut menghadapi masa menopause karena tidak siap menerima kenyataan mengalami tanda dan gejala menopause sehingga menjadi cemas, takut, khawatir dan akan melakukan berbagai cara agar dapat menghambat datangnya menopause.

## BAHAN DAN CARA PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *analitik korelasi* dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel independen adalah konsep diri (gambaran diri dan peran diri) dan respon coping wanita masa premenopause, sedangkan variabel dependennya adalah tingkat kecemasan wanita masa premenopause. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita premenopause usia 40-50 tahun dengan sampel 61 orang yang diambil dengan menggunakan teknik *simple random sampling*.

Pengumpulan data primer sebagai data kuantitatif melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari gambaran diri, peran diri, respon coping dan tingkat kecemasan wanita masa premenopause. Pengolahan data meliputi editing, koding, skoring dan tabulasi data. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik *Chi Square*.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Analisis Univariat

##### a. Gambaran Diri

Tabel.1 Distribusi Frekuensi Gambaran Diri Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun

Gambaran Diri	Jumlah	Presentase (%)
Menerima	22	36.1
Tidak Menerima	39	63.9
Jumlah	61	100

Berdasarkan Tabel.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak menerima perubahan gambaran diri pada masa

premenopause sebanyak 39 orang (63.1%) dan menerima perubahan gambaran dirinya pada masa premenopause sebanyak 22 orang (36.1%).

b. Peran Diri

Tabel.2 Distribusi Frekuensi Peran Diri Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun

<b>Peran Diri</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Presentase (%)</b>
Baik	30	49.2
Tidak Baik	31	50.8
Jumlah	61	100

Berdasarkan Tabel.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang melakukan peran diri dengan kategori tidak baik pada masa premenopause sebesar 31 orang (50.8%) dan yang melakukan peran diri dengan kategori baik pada masa premenopause sebesar 30 orang (49.2%).

c. Respon Koping

Tabel.3 Distribusi Frekuensi Respon Koping Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun

<b>Respon Koping</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Presentase (%)</b>
Konstruktif	33	54.1
Destruktif	28	45.9
Jumlah	61	100

Berdasarkan Tabel.3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori konstruktif (positif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause sebanyak 33 orang (54.1%) dan yang menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori destruktif (negatif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause sebanyak 28 orang (45.9%).

d. Kecemasan

Tabel.4 Distribusi Frekuensi Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun

<b>Kecemasan</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Presentase (%)</b>
Ringan	19	31,1
Sedang	24	39.9
Berat	18	29,5
Jumlah	61	100

Berdasarkan Tabel.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang sebesar 24 orang (39,3), kecemasan ringan sebesar 19 orang (31,1) dan kecemasan berat sebesar 18 orang (29,5).

## 2. Analisis Bivariat

- a. Hubungan Gambaran Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

Tabel.5  
Hubungan Gambaran Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun

Gambaran Diri	Kecemasan						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Menerima	14	23,0	5	8,2	3	4,9	22	36,1
Tidak Menerima	5	8,2	19	31,1	15	24,6	39	63,9
Jumlah	19	31,1	24	39,3	18	29,5	61	100

$X^2$  Hitung = 17,014 dan P Value = 0,000

Berdasarkan Tabel.5 menunjukkan hasil bahwa responden yang mengalami kecemasan ringan dan menerima perubahan gambaran diri pada masa premenopause sebanyak 14 orang (23,0%), sedangkan yang mengalami kecemasan ringan dan tidak menerima perubahan gambaran diri pada masa premenopause sebanyak 5 orang (8,2%), responden yang mengalami kecemasan sedang dan menerima perubahan gambaran diri pada masa premenopause sebanyak 19 orang (31,1%), sedangkan yang mengalami kecemasan sedang dan tidak menerima perubahan gambaran diri pada masa premenopause sebanyak 24 orang (39,3%) dan responden yang mengalami kecemasan berat dan menerima perubahan gambaran diri pada masa premenopause sebanyak 3 orang (4,9%), sedangkan yang mengalami kecemasan berat dan tidak menerima perubahan gambaran diri pada masa premenopause sebanyak 15 orang (29,5%).

Berdasarkan hasil uji Chi Square diperoleh hasil  $X^2$  hitung (17,014) >  $X^2$  tabel (5,991) dan  $p$  value = 0,000 (<0,05) sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang berarti ada hubungan antara Gambaran

Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

- b. Hubungan Peran Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

Tabel.6  
Hubungan Peran Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun

Peran Diri	Kecemasan						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Baik	19	31,1	10	16,4	1	1,6	30	49,2
Tidak Baik	0	0,0	14	23,0	17	27,9	31	50,8
Jumlah	19	31,1	24	39,3	18	29,5	61	100

$X^2$  Hitung = 33,882 dan p value = 0,000

Berdasarkan Tabel. 6 menunjukkan hasil bahwa responden yang mengalami kecemasan ringan dan melakukan peran diri dengan kategori baik pada masa premenopause sebesar 19 orang (31,1%), sedangkan yang mengalami kecemasan ringan dan melakukan peran diri dengan kategori tidak baik pada masa premenopause sebesar 0 orang (0,0%), responden yang mengalami kecemasan sedang dan melakukan peran diri dengan kategori baik pada masa premenopause sebesar 10 orang (16,4%), sedangkan yang mengalami kecemasan sedang dan melakukan peran diri dengan kategori tidak baik pada masa premenopause sebesar 14 orang (23,0%) dan responden yang mengalami kecemasan berat dan melakukan peran diri dengan kategori baik pada masa premenopause sebesar 1 orang (1,6%), sedangkan yang mengalami kecemasan berat dan melakukan peran diri dengan kategori tidak baik pada masa premenopause sebesar 17 orang (27,9%).

Berdasarkan hasil uji Chi Square diperoleh hasil  $X^2$  hitung (33,882) >  $X^2$  tabel (5,991) dan p value = 0,000 (<0,05) sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang berarti ada hubungan antara Peran Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

- c. Hubungan Respon Koping dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

Tabel.7  
Hubungan Respon Koping dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun

Respon Koping	Kecemasan						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Konstruktif	17	27,9	15	24,6	1	1,6	33	54,1
Destruktif	2	3,3	9	14,8	17	27,9	28	45,9
Jumlah	19	31,1	24	39,3	18	29,5	61	100

$X^2$  Hitung = 27,338 dan p value 0,000

Berdasarkan Tabel.7 menunjukkan hasil bahwa responden yang mengalami kecemasan ringan dan menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori konstruktif (positif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause sebanyak 17 orang (27,9%), sedangkan yang mengalami kecemasan ringan dan menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori destruktif (negatif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause sebanyak 2 orang (3,3%), responden yang mengalami kecemasan sedang dan menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori konstruktif (positif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause sebanyak 15 orang (24,6%), sedangkan yang mengalami kecemasan sedang dan menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori destruktif (negatif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause sebanyak 9 orang (14,8%) dan responden yang mengalami kecemasan berat dan menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori konstruktif (positif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause sebanyak 1 orang (1,6%), sedangkan yang mengalami kecemasan berat dan menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori destruktif (negatif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause sebanyak 17 orang (27,9%).

Berdasarkan hasil uji Chi Square diperoleh hasil  $X^2$  hitung (27,338) >  $X^2$  tabel (5,991) dan p value = 0,000 (<0,05 sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang berarti ada hubungan antara Respon Koping dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun

di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

## **B. PEMBAHASAN**

### **1. Gambaran Diri**

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar wanita masa premenopause memiliki gambaran diri tidak menerima (63.1%), dikarenakan responden tidak percaya diri dengan perubahan fisik yang terjadi, dirinya tidak merasa menarik lagi, dan wanita masa premenopause merasa sangat terganggu dengan perubahan pada masa premenopause. Disamping itu dari hasil wawancara responden yang mengeluh tentang perubahan yang terjadi pada masa premenopause kebanyakan responden baru memasuki awal premenopause yaitu kurang dari 2 tahun.

Gambaran diri adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman baru setiap individu (Stuart and Sundeen, 2010).

Banyak faktor dapat yang mempengaruhi gambaran diri seseorang, seperti munculnya stresor yang dapat mengganggu integrasi gambaran diri. Stresor-stresor tersebut seperti operasi, kegagalan fungsi tubuh, wahana yang berkaitan dengan bentuk dan fungsi tubuh, tergantung pada mesin, perubahan tubuh, umpan balik interpersonal yang negatif dan standard sosial budaya (Suliswati, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa wanita masa premenopause yang memiliki gambaran diri tidak menerima perubahan yang terjadi akan menyebabkan tidak adanya kepercayaan diri, sedangkan wanita yang memiliki gambaran diri menerima perubahan yang terjadi akan lebih percaya diri menghadapi masa tua.

### **2. Peran Diri**

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar wanita masa premenopause melakukan peran diri dengan kategori tidak baik (50.8%) dikarenakan responden tidak mampu menerima perubahan peran diri yang mereka alami seperti berkurangnya peran sebagai istri, khawatir jika diusianya yang semakin tua tidak ada dukungan dari keluarga dan tidak

dapat memuaskan suami jika terjadi perubahan pada masa premenopause. Disamping itu dari hasil wawancara responden juga pasif dan tidak berperan aktif dimasyarakat. Sedangkan responden dengan peran diri yang baik pada masa premenopause disebabkan karena peran mereka dalam keluarga maupun posisi dimasyarakat tidak banyak berubah, baik peran sebagai istri maupun dalam mengerjakan pekerjaannya.

Peran adalah serangkaian pola sikap perilaku, nilai dan tujuan yang diharapkan oleh masyarakat dihubungkan dengan fungsi individu di dalam kelompok sosialnya. Peran memberikan sarana untuk berperan serta dalam kehidupan sosial dan merupakan cara untuk menguji identitas dengan memvalidasi pada orang yang berarti. Setiap orang disibukkan oleh beberapa peran yang berhubungan dengan posisi pada tiap waktu sepanjang kehidupan. Harga diri yang tinggi merupakan hasil dari peran yang memenuhi kebutuhan dan cocok dengan ideal diri (Suliswati,2012).

Faktor yang mempengaruhi penyesuaian individu terhadap peran yaitu kejelasan perilaku dan pengetahuan yang sesuai dengan peran, tanggapan yang konsisten diri orang-orang yang berarti terhadap perannya, kecocokan dan keseimbangan antar-peran yang diembannya, keselarasan norma budaya dan harapan individu terhadap perilaku dan pemisahan situasi yang akan menciptakan penampilan peran yang tidak sesuai (Suliswati,2012).

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa peran diri yang tidak baik pada masa premenopause tidak mampu menerima perubahan peran yang mereka alami sedangkan peran diri yang baik akan membuat wanita premenopause mampu menjalankan peran diri yang baik dari keluarga maupun lingkungan sosialnya.

### 3. Respon Koping Wanita Masa Premenopause

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar wanita masa premenopause mempunyai respon koping positif (konstruktif) (54.1%) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause dikarenakan wanita masa premenopause menanggapinya dengan tenang, keluarga menerima perubahan yang terjadi pada masa premenopause dan responden yang mempunyai respon koping negatif (destruktif) terhadap perubahan

yang terjadi pada masa premenopause akan berdampak buruk bagi psikologisnya.

Koping merupakan suatu usaha penyesuaian diri yang ditunjukkan pada sumber stress yang menimbulkan emosi-emosi yang tidak menyenangkan. Stress diartikan sebagai akibat dari proses penilaian yang dilakukan oleh individu, penilaian pada sumber daya yang dimiliki oleh individu dalam menghadapi tuntutan dari lingkungan (Lestari,2015).

Faktor-faktor yang mempengaruhi koping meliputi kesehatan fisik atau energi, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan social dan dukungan social dan material (Lestari,2015).

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa wanita masa premenopause yang mempunyai respon koping positif (konstruktif) akan menganggap biasa saja terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause yang akan menyebabkan wanita tersebut lebih tenang dalam menjalani masa tuanya sedangkan wanita masa premenopause yang mempunyai respon koping negative (destruktif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause akan berdampak buruk bagi fisiologis wanita masa premenopause dan tidak adanya percaya diri terhadap perubahan yang terjadi.

#### 4. Kecemasan

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden yang mengalami tingkat kecemasan sedang (39,3) dipengaruhi oleh perasaan cemas, gejala urogenetalia, gejala vegetatif. Ibu yang mengalami kecemasan ringan menganggap bahwa gejala-gejala yang dialaminya itu tidak normal sehingga ibu tidak tahu bagaimana cara mengatasi gejala-gejala tersebut. Ketidaktahuan ibu bisa dikarenakan kurangnya informasi yang didapat oleh ibu tentang gejala-gejala premenopause sehingga menyebabkan ibu tidak mengetahui tentang hal-hal tersebut sehingga tidak bisa mengatasi kecemasan, sedangkan responden yang mengalami kecemasan ringan mempunyai pendidikan yang cukup baik, mudah bergaul, terbuka dengan sesama teman seusianya dan memiliki dukungan social yang cukup dari lingkungannya sehingga beban hidup dan stress akan berkurang, dan responden yang mengalami tingkat kecemasan berat sebagian besar dipengaruhi oleh perasaan cemas, ketegangan, ketakutan,

gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik, gejala urogenetalia, gejala vegetative dan perasaan ibu.

Kecemasan merupakan pengalaman hidup subjektif dari individu dan tidak dapat diobservasi secara langsung, serta merupakan suatu keadaan emosi tanpa objek yang spesifik. Kecemasan pada individu dapat memberikan motivasi untuk mencapai sesuatu dan merupakan sumber penting dalam usaha memelihara keseimbangan hidup (Suliswati dkk,2012).

Kenyataannya tidak semua wanita mengalami kecemasan ketakutan bahkan depresi saat menghadapi premenopause maupun menopause. Jadi ada juga perempuan yang tidak merasakan adanya gangguan pada kondisi psikisnya. Berat ringannya stress yang dialami perempuan dalam menghadapi dan mengatasi premenopause maupun menopause sangat dipengaruhi oleh bagaimana penilaiannya terhadap perubahan yang dialami. Penilaian individu terhadap peristiwa yang dialami ada yang negative dan ada yang positif (Dadang Hawari, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa wanita masa premenopause yang mempunyai pendidikan rendah dan pasif dalam lingkungan maka akan mengalami kecemasan berat sebaliknya jika wanita tersebut mempunyai pendidikan tinggi dan aktif dalam lingkungan maka kecemasan akan berkurang.

5. Hubungan Gambaran Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

Hasil uji statistic *Chi Square* diperoleh hasil  $X^2$  hitung (17,014) >  $X^2$  tabel (5,991) dan  $p$  value = 0,000 (<0,05) sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang berarti ada hubungan antara Gambaran Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mengalami kecemasan sedang dan menerima perubahan gambaran diri pada masa premenopause menyatakan kurang adanya dukungan dari keluarga sehingga terkadang wanita tersebut masa bodoh dengan perubahan fisik yang terjadi, sedangkan responden yang mengalami kecemasan berat dan tidak menerima perubahan gambaran diri pada masa premenopause

menyatakan tidak percaya diri dengan perubahan fisik yang terjadi dan tidak merasa menarik lagi sehingga rasa sedih dan cemas akan semakin meningkat dan responden yang mengalami kecemasan ringan menerima perubahan gambaran diri pada masa premenopause menganggap perubahan yang terjadi akibat premenopause merupakan hal yang alami yang harus dilalui oleh setiap wanita.

Gambaran diri adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman baru setiap individu (Stuart and Sundeen,2010).

Menurut Stuart Sundeen (2005) dalam Suliswati (2012) terdapat banyak faktor yang mempengaruhi kecemasan salah satunya yaitu konsep diri. Harlock dalam Suliswati 2012 menyebutkan teori konsep diri terdiri dari citra tubuh (body image), ideal diri (self ideal), harga diri (self esteem), peran (self role) dan identitas diri (self identity).

Kecemasan merupakan pengalaman hidup subjektif dari individu dan tidak dapat diobservasi secara langsung, serta merupakan suatu keadaan emosi tanpa objek yang spesifik. Kecemasan pada ndividu dapat memberikan motivasi untuk mencapai sesuatu dan merupakan sumber penting dalam usaha memelihara keseimbangan hidup (Suliswati dkk,2012).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Praju Susiana Marga (2007), yang berjudul hubungan antara gambaran diri dengan tingkat kecemasan ibu masa menopause menggunakan uji person menunjukkan nilai p pada kolom sig 2-tailed sebesar 0,02 lebih kecil dari 0,05 dengan nilai koefisien korelasi 0,39 yang berarti ada hubungan antara gambaran diri dengan tingkat kecemasan ibu masa menopause yaitu semakin menerima gambaran diri maka tingkat kecemasan berkurang.

Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sil Sanjaya, 2014 yang berjudul hubungan antara konsep diri (gambaran diri) dengan kecemasan pada wanita premenopause di Desa Lerep Kecamatan Ungaran Kabupaten Semarang menggunakan uji Kendall Thau diperoleh p-value  $0,002 < (0,05)$  yang berarti ada hubungan antara konsep diri (gambaran

diri) dengan kecemasan pada wanita premenopause di Desa Lerep Kecamatan Ungaran Kabupaten Semarang yaitu apabila semakin menerima gambaran diri wanita premenopause maka semakin rendah kecemasan yang dialaminya.

Semakin tidak menerima gambaran diri terhadap perubahan yang terjadi pada saat premenopause maka tingkat kecemasan semakin berat dan semakin menerima gambaran diri maka tingkat kecemasan semakin berkurang

6. Hubungan Peran Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

Hasil uji statistic *Chi Square* diperoleh hasil  $X^2$  hitung (33,882) >  $X^2$  tabel (5,991) dan  $p$  value = 0,000 (<0,05) sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang berarti ada hubungan antara Peran Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mengalami kecemasan ringan dan melakukan peran diri dengan kategori baik pada masa premenopause (31,1%) menyatakan bahwa perubahan peran diri yang terjadi tidak banyak berubah baik dalam posisi keluarga maupun dimasyarakat sedangkan responden yang mengalami kecemasan sedang dan melakukan peran diri dengan kategori tidak baik pada masa premenopause (23,0%) disebabkan responden belum mampu mengaplikasikan perubahan fisik maupun psikologisnya dengan pekerjaan sehari-hari baik dalam keluarga maupun lingkungannya serta responden yang mengalami kecemasan berat dan melakukan peran diri dengan kategori tidak baik pada masa premenopause 27,9% karena sejak mengalami perubahan fisik maupun psikologis responden merasa terganggu dan tidak dapat melakukan peran diri, baik di dalam keluarga maupun dimasyarakat hal ini menyebabkan rasa gelisah dan kecemasan akan semakin tinggi.

Peran adalah serangkaian pola sikap perilaku, nilai dan tujuan yang diharapkan oleh masyarakat dihubungkan dengan fungsi individu di dalam kelompok sosialnya. Peran memberikan sarana untuk berperan serta dalam kehidupan social dan merupakan cara untuk menguji identitas dengan

memvalidasi pada orang yang berarti. Setiap orang disibukkan oleh beberapa peran yang berhubungan dengan posisi pada tiap waktu sepanjang kehidupan. Harga diri yang tinggi merupakan hasil dari peran yang memenuhi kebutuhan dan cocok dengan ideal diri (Suliswati,2012).

Faktor yang mempengaruhi penyesuaian individu terhadap peran yaitu kejelasan perilaku dan pengetahuan yang sesuai dengan peran, tanggapan yang konsisten diri orang-orang yang berarti terhadap perannya, kecocokan dan keseimbangan antar-peran yang diembannya, keselarasan norma budaya dan harapan individu terhadap perilaku dan pemisahan situasi yang akan menciptakan penampilan peran yang tidak sesuai (Suliswati,2012).

Kecemasan merupakan pengalaman hidup subjektif dari individu dan tidak dapat diobservasi secara langsung, serta merupakan suatu keadaan emosi tanpa objek yang spesifik. Kecemasan pada individu dapat memberikan motivasi untuk mencapai sesuatu dan merupakan sumber penting dalam usaha memelihara keseimbangan hidup (Suliswati ,2012).

Berdasarkan penelitian Ikhsan, S. Kep, 2013 yang berjudul hubungan konsep diri dengan tingkat kecemasan menopause pada wanita yang bekerja di lingkungan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh menggunakan uji Chi Square diperoleh hasil  $X^2$  hitung (24,494) dan  $p$  value = 0,000 ( $<0,05$ ) maka ada hubungan konsep diri dengan tingkat kecemasan menopause pada wanita yang bekerja di lingkungan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh karena konsep diri sangat berpengaruh pada tingkat kecemasan pada semua wanita masa menopause, apabila peran diri seseorang baik, maka tidak ada kecemasan sama sekali daam menghadapi menopause begitu juga dengan ibu yang bekerja semakin tinggi pengetahuan maka semakin tidak ada kecemasan.

Apabila melakukan peran diri dengan tidak baik dalam keluarga ataupun masyarakat maka kecemasan dalam menghadapi perubahan masa premenopause akan semakin meningkat sebaliknya jika wanita tersebut melakukan peran diri dengan baik yaitu dapat melakukan pekerjaan rumah tangga dengan wajar maka kecemasan yang dialami semakin ringan.

7. Hubungan Respon Koping dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

Hasil uji statistic *Chi Square* diperoleh hasil  $X^2$  hitung (17,014) >  $X^2$  tabel (5,991) dan  $p$  value = 0,000 (<0,05) sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang berarti ada hubungan antara Gambaran Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mengalami kecemasan sedang dan menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori konstruktif (positif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause (24,6%) karena kurang terbuka dengan sesamanya sehingga respon koping yang dilakukan adalah masa bodoh dengan keadaannya sekarang, responden yang mengalami kecemasan ringan dan menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori konstruktif (positif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause (27,9%) dikarenakan memiliki pengetahuan yang baik sehingga dapat merespon dengan baik perubahan yang terjadi pada masa premenopause yang menyebabkan kecemasan menjadi ringan, sedangkan responden yang mengalami kecemasan berat dan menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori destruktif (negatif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause (27,9%) karena responden selalu gelisah, takut dan mudah tersinggung dengan perubahan yang terjadi pada masa premenopause sehingga wanita tersebut mengeluh yang menyebabkan kecemasan akan menjadi berat.

Koping merupakan suatu usaha penyesuaian diri yang ditunjukkan pada sumber stress yang menimbulkan emosi-emosi yang tidak menyenangkan. Stress diartikan sebagai akibat dari proses penilaian yang dilakukan oleh individu, penilaian pada sumber daya yang dimiliki oleh individu dalam menghadapi tuntutan dari lingkungan (Lestari,2015).

Kecemasan merupakan pengalaman hidup subjektif dari individu dan tidak dapat diobservasi secara langsung, serta merupakan suatu keadaan emosi tanpa objek yang spesifik. Kecemasan pada ndividu dapat memberikan motivasi untuk mencapai sesuatu dan merupakan sumber penting dalam usaha memelihara keseimbangan hidup (Suliswati ,2012).

Menurut Diana Ayu (2012), dalam penelitiannya tentang perbedaan tingkat kecemasan wanita masa menopause yang mengalami respon

konstruktif dan destruktif di Desa Purwosari Kecamatan Blora, sebagian responden mengalami koping destruktif dengan cemas sedang dan berat yaitu masing-masing sebanyak 8 orang (40%) dan sebagian responden mengalami koping konstruktif dengan cemas ringan yaitu sebanyak 11 orang (55%). Jadi ada perbedaan antara wanita masa menopause yang mengalami koping destruktif dan koping konstruktif di Desa Purwosari Kecamatan Blora Kabupaten Blora tahun 2012 hal ini ditunjukkan dengan diperoleh hasil *Uhitung* (66) *Utabel* (114) dan *Pvalue* = 0,000 (0,05).

Semakin wanita masa premenopause mampu melakukan strategi koping positif (konstruktif) maka kecemasan menghadapi perubahan yang terjadi akan semakin ringan, sebaliknya jika wanita masa premenopause melakukan strategi koping negatif (destruktif) maka kecemasan menghadapi perubahan yang terjadi akan semakin berat.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

1. Sebagian besar responden tidak menerima perubahan gambaran diri pada masa premenopause sebanyak 39 orang (63.1%) dan responden yang menerima perubahan gambaran dirinya pada masa premenopause sebanyak 22 orang (36.1%).
2. Sebagian besar responden yang melakukan peran diri dengan kategori tidak baik pada masa premenopause sebesar 31 orang (50.8%) dan responden yang melakukan peran sebagai dengan kategori baik pada masa premenopause sebesar 30 orang (49.2%).
3. Sebagian besar responden yang menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori konstruktif (positif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause sebanyak 33 orang (54.1%) dan responden yang menyesuaikan diri (respon koping) dengan kategori destruktif (negatif) terhadap perubahan yang terjadi pada masa premenopause sebanyak 28 orang (45.9%).
4. Sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang sebesar 24 orang (39,3), kecemasan ringan sebesar 19 orang (31,1) dan kecemasan berat sebesar 18 orang (29,5).

5. Ada Hubungan antara Gambaran Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang dengan  $X^2$  hitung (17,014) dan  $\rho$  value = 0,000.
6. Ada Hubungan antara Peran Diri dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang dengan  $X^2$  hitung (33,882) dan  $\rho$  value = 0,000.
7. Ada Hubungan antara Respon Koping dengan Kecemasan Wanita Premenopause Usia 40-50 Tahun di Desa Krikilan Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang dengan  $X^2$  hitung (27,338) dan  $\rho$  value = 0,000.

## **B. Saran**

1. Kepada masyarakat khususnya wanita yang mengalami premenopause maupun menopause harus meningkatkan pengetahuan tentang perubahan pada masa premenopause sehingga masyarakat tidak merasa cemas menghadapimenopause dan meningkatkan keaktifan wanita masa premenopause menuju ketempat pelayanan kesehatan untuk memperoleh informasi tentang premenopause. Keluarga juga diharapkan tetap mempertahankan kepedulian mereka dalam menyikapi anggota keluarga yang sudah menopause. Sehingga respon yang sudah baik semakin menguatkan konsep diri dan menurunkan kecemasan anggota keluarga yang mengalami premenopause.
2. Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan penyuluhan tentang masa premenopause baik kepada wanita yang akan memasuki premenopause maupun yang sudah supaya pengetahuan dan kesadaran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada saat premenopause adalah proses fisiologis dan alamiah, agar dapat diterima dengan lapang dada dan tidak menimbulkan kecemasan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ayu, Diana. 2012. *Perbedaan Tingkat Kecemasan Wanita Masa Menopause Yang Mengalami Respon Konstruktif Dan Destruktif Di Desa Purwosari Kecamatan Blora*. KTI. Diploma III Kebidanan Akbid Bakti Utama Pati.

- Dinkes RI. 2014. *Data penduduk wanita 2014*. diakses tanggal 20 September 2017, dari <http://www.dinkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2014.pdf>.
- Grochans E. 2018. *Sociodemographic, Psychological, and Genetic Factor Analysis Causes depressive symptoms in Pre-, Elven and Post-Menopausal Women*. Journal Environ Kesehatan Masyarakat ,Vol 4, hlm 712
- Hawari, Dadang. 2011. *Manajemen Stress Cemas dan Depresi*. Jakarta: FKUI Jakarta.
- Hidayah, Salis Nur. 2016. *Kecemasan Wanita Usia 40-45 Tahun Menghadapi Masa Premenopause Di Desa Tumpang Krasak*. Skripsi. Kudus: Program Kebidanan, Akbid Mardi Rahayu Kudus.
- Ikhsan. 2013. *Hubungan Konsep Diri Dengan Tingkat Kecemasan Menopause Pada Wanita Yang Bekerja Di Lingkungan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh*. Skripsi. Aceh: Fakultas Kedokteran, Universitas Syiah Kuala Banda Aceh
- Lestari, Titik. 2015. *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Marga, Praju Susiana. 2007. *Hubungan Gambaran Diri dengan Tingkat Kecemasan Ibu Masa Menopause di Kelurahan Lhok Keutapang Tapaktuan*. Skripsi. Medan: Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran, Universitas Sumatra Utara.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2007. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Bhineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Parveen, Aishaa dkk. 2012. *Evaluation Of Knowledge Of Perception And Coping Strategies Of Perimenopausal Women Through Self Inustructional Module (SIM)*. International Journal Of Scientific & Technology Research. Vol 1, IV, hlm 126-135.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2011. *Ilmu Kandungan Edisi Ketiga*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Proverawati, Atikah. 2010. *Menopause dan Sindrom Pre Menopause*. Yogyakarta: Muha Medika.
- Purwoastuti, Endang dan Elisabeth Siwi Walyani. 2015. *Mutu Pelayanan Kesehatan dan Kebidanan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.

- Rauzatul Jannah, Syarifah dan Rheka Putria Sari. 2010. *Mekanisme Koping Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Akibat Menopause*. Idea Nursing Journal, Vol II, ISSN : 2087-2879.
- Riyanto, Agus. 2011. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Nuha Medika. bahasa Achir Yani. S. Jakarta: EGC.
- Sanjaya, Sill. 2014. *Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kecemasan Pada Wanita Premenopause di Desa Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang*. Skripsi. Semarang: Program Keperawatan, STIKES Ngudi Waluyo Ungaran.
- Saryono. 2008. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jogjakarta: Mitra Cendikia Press.
- Setiawan, Ari dan Saryono. 2010. *Metodologi Penelitian Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Stuart dan Sundeen, 2010. *Buku Saku Keperawatan, Edisi 3*. Jakarta : EGC.
- Sugiono, 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyawati, S Dwi. 2011. *Dampak Menopause Terhadap Konsep Diri Wanita Yang Mengalami Menopause Di Kelurahan Trengguli Kecamatan Jenawi Kabupaten Karanganyar*. Jurnal KesMaDaSka, Vol 2, 1, hlm 9-16.
- Suliswati dkk. 2012. *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC
- Thoyibah, Afyani dan Rudi Harmano. 2014. *Konsep Diri Wanita Premeopause Dalam Menghadapi Masa Premenopause*. Jurnal Kesehatan, Vol 12, No 1, ISSN 1693-4903, Hlm 1-9.
- Varney, Helen dkk. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Volume 1*. Jakarta: EGC