

**PENGETAHUAN DENGAN TINGKAT
KECEMASAN IBU DALAM MENGHADAPI
SINDROM KLIMAKTERIUM DI DESA
PRAMBATAN KIDUL KECAMATAN
KALIWUNGU KABUPATEN KUDUS**

6

Dwi Endah Ayu Ermawati*, Shobirun**, Ernawati***

ABSTRAK

Wanita dengan klimakterium akan terjadi perubahan-perubahan tertentu yang dapat menyebabkan gangguan-gangguan ringan sampai berat. Perubahan dan gangguan itu sifatnya berbeda-beda. Gangguan-gangguan baik fisik maupun psikologis dapat menyebabkan kecemasan pada wanita. Kecemasan pada sindrom klimakterium akan muncul apabila dilatarbelakangi pengetahuan yang rendah. Hal ini juga terjadi pada sebagian wanita yang tinggal di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi sindrom klimakterium di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus. Jenis penelitian ini deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu-ibu usia klimakterik yaitu kelompok usia 40-50 tahun yang tinggal di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus yang berjumlah 93 orang. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan proporsional random sampling dengan jumlah 76 orang. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar pengetahuan ibu tentang klimakterium adalah rendah yaitu 55,3%, dan tingkat kecemasan wanita usia klimakterium sebagian besar adalah berat yaitu 65,8%. Hasil uji korelasi Spearman rho didapatkan koefisien korelasi sebesar -0,682 dengan nilai p sebesar 0,000 ($P < 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negative yang signifikan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi sindrom klimakterium di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus. Artinya jika pengetahuan wanita tinggi maka tingkat kecemasannya akan menurun dan sebaliknya. Berdasarkan hal tersebut di atas diharapkan kepada para ibu terutama pada usia klimakterium untuk mencari dan memperluas pengetahuan mengenai berbagai hal yang berkaitan dengan sindrom klimakterium terutama gejala-gejala yang timbul pada masa ini. Sehingga dengan pengetahuan yang baik akan mengurangi tingkat kecemasan ibu mengenai sindrom klimakterium ini.

Kata Kunci : Sindrom klimakterium, Tingkat kecemasan

PENDAHULUAN

Masa perkembangan anatomi dan fisiologi wanita normal melalui enam tahapan yaitu masa prapubertas, masa pubertas, masa reproduksi, masa klimakterium dan menopause serta masa senile. Masa reproduksi merupakan masa terpenting dalam kehidupan wanita yang berlangsung kira-kira 33 tahun. Haid pada masa ini paling teratur dan bermakna untuk kemungkinan kehamilan. Menjelang berakhirnya masa reproduksi ini disebut dengan masa klimakterium yang merupakan masa peralihan dari masa reproduksi ke masa senium. Masa ini berlangsung beberapa tahun sebelum dan setelah menopause (Prawirohardjo, 2001).

Klimakterium merupakan masa yang bermula dari akhir tahap reproduksi, berakhir pada awal senium dan terjadi pada wanita berumur 40-65 tahun. Masa ini ditandai dengan berbagai macam keluhan endokrinologis dan vegetatif (Prawirohardjo, 2001).

Secara endokrinologis, masa klimakterium ditandai oleh turunnya kadar estrogen dan meningkatnya pengeluaran gonadotropin ((Prawirohardjo, 2001). Kekurangan hormon estrogen ini menyebabkan menurunnya berbagai fungsi *degeneratif* ataupun *endokrinologik* dari *ovarium* yang menimbulkan rasa cemas pada sebagian besar wanita. Keluhan-keluhan pada masa ini disebabkan oleh sindroma *klimaterik*. Sindroma ini dialami oleh seluruh penduduk dunia. Tercatat di Eropa sekitar 70-80 %, Amerika sekitar 60%, Malaysia sekitar 57 %, China 18 % dan di Jepang serta Indonesia sekitar 10 % (Fajri, 2005).

Wanita pada masa *klimakterium* akan terjadi perubahan-perubahan tertentu yang dapat menyebabkan gangguan-gangguan ringan sampai berat. Perubahan dan gangguan itu sifatnya berbeda-beda. Tahap awal dari perubahan ini yaitu haid/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 dalam Ayurai, 2009).

Prawirohardjo (2001) menyatakan bahwa gangguan psikis yang muncul pada masa klimakterium ini adalah dalam bentuk mudah tersinggung, depresi,

kelelahan, semangat berkurang, dan susah tidur. Menurut Wiknjosastro (1999), perubahan psikologis masa klimakterium tidak sama seperti pada tiap wanita, sangat individual tergantung pada kehidupan psikologis emosional dan pada pandangan sebelumnya terhadap masa *klimakterium*. Wanita dengan keseimbangan psikologis emosional yang baik, berpengetahuan luas dan dikelilingi keluarga yang harmonis, umumnya mengalami hanya sedikit gangguan psikologis. Bagi wanita yang memiliki anggapan yang salah akan diliputi kecemasan yang berlebihan. Mereka takut akan gila, takut akan kehilangan kewanitaanya, takut dengan kurangnya kemampuan dalam melayani suami, kemampuan *coitus* dan kehilangan rasa cinta suami. Perasaan-perasaan yang demikian bila berlebihan dapat menimbulkan gejala – gejala seperti susah tidur, mudah marah, gelisah, cemas dan lain-lainnya (Wiknjosastro, 1999).

Kecemasan atau anxietas merupakan rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan ini merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakkan tingkah laku, baik tingkah laku yang normal maupun tidak normal termasuk didalamnya adalah perilaku menyimpang dan perasaan terganggu (Gunarsa dan Gunarsa, 1999). Kecemasan terhadap sindrom klimakterium ini dapat dinyatakan sebagai adanya perasaan terganggu dengan hadirnya berbagai macam gejala yang menyertai kondisi masa klimakterium.

Sebagian besar wanita klimakterium tidak mengetahui bahwa perubahan tersebut suatu proses yang alami menjelang menopause. Hal ini dipengaruhi beberapa factor diantaranya umur, pekerjaan, dan pendidikan. Mereka juga merasa khawatir dan bingung mengenai gejala-gejala tersebut sehingga aktif mencari pertolongan untuk mengidentifikannya, oleh karena itu mempersiapkan diri menghadapi masa klimakterium dengan pengetahuan yang memadai (Ayurai, 2009). Pengetahuan sendiri merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba (Notoatmodjo, 2003). Sebagian besar pengetahuan ibu tentang masa klimakterium ini masih rendah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lulu Wikar (2009) tentang Pengetahuan ibu tentang masa premenopause. Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa pengetahuan responden tentang

pengertian, gejala-gejala dan cara penanggulangan premenopause sebagian besar termasuk dalam kategori kurang. Sarana dan prasarana serta media informasi belum berhasil menyentuh hal-hal kecil yang dianggap sakral untuk diinformasikan

Kecemasan terhadap sindrom klimakterium ini juga dialami oleh masyarakat di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus. Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan yang dilalukan peneliti, melalui hasil wawancara dengan tujuh orang ibu-ibu yang tinggal di wilayah tersebut menyatakan bahwa lima orang diantaranya mengalami kecemasan pada saat menghadapi masa menopause. Sementara dua orang menganggap hal tersebut sebagai sesuatu yang lumrah yang akan dialami oleh setiap perempuan. Kecemasan-kecemasan yang terjadi pada kelima perempuan tadi terjadi karena tidak tahu bagaimana harus menghadapi perubahan tersebut yang berupa perubahan-perubahan fisik dan gejala-gejala yang menyertai masa menopause, termasuk rasa takut terhadap perubahan sikap suami apabila dirinya telah mengalami menopause. Hal ini menunjukkan bahwa para wanita yang tinggal di Desa Prambatan Kidul memiliki pengetahuan yang relative rendah tentang masa klimakterium. Kurnagnya pengetahuan ini mengakibatkan berbagai gejala yang timbul pada masa pra menopause seperti gejala pusing, susah tidur, gelisah dan dan gejala-gejala yang lain dianggap sebagai penyakit, yang sebenarnya adalah hal yang wajar yang akan dialami oleh para wanita jika menjelang datangnya masa pra menopause. Pada dasarnya mereka menyadari bahwa masa klimakterium merupakan hal yang wajar dalam kehidupan normal. Namun, kurangnya pengetahuan yang cukup serta kiat-kiat dalam menghadapi hal tersebut, maka menimbulkan kecemasan tersendiri bagi mereka ketika sudah datang waktunya menopause.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian merupakan hasil akhir dari suatu tahap keputusan yang dibuat oleh peneliti berhubungan dengan bagaimana diterapkan (Nursalam, 2003). Rancangan penelitian ini menggunakan penelitian diskriptif korelasi untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yaitu tingkat pengetahuan dan

variabel terikat yaitu tingkat kecemasan. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan belah lintang (*Cross Sectional*), dimana variabel sebab yaitu tingkat pengetahuan dan variabel akibat yaitu tingkat kecemasan terhadap sindrom klimakterium diukur dalam waktu yang bersamaan dan sesaat (Notoatmodjo, 2005).

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu-ibu usia *klimakterik* yaitu kelompok usia 40-50 tahun yang tinggal di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus bulan Mei 2010 dengan jumlah 93 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *proporsional random sampling* dengan jumlah 76 orang ibu.

HASIL PENELITIAN

Penelitian tentang hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi sindrom klimakterium ini peneliti lakukan di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Demak. Populasi penelitian ini adalah ibu-ibu satu wilayah desa yang tersebar dalam 4 RW. sehingga pemilihan sampel peneliti juga dengan menggunakan pemerataan keterwakilan dimana untuk RW yang memiliki jumlah populasi yang lebih besar maka sampel yang diambil juga lebih besar dan RW yang memiliki jumlah populasi lebih sedikit maka jumlah sampel yang digunakan juga lebih sedikit. Sehingga terdapat keterwakilan yang adil dalam tiap-tiap RW.

Tabel 4.1
Distribusi Responden berdasarkan umur di Desa Prambatan Kidul
Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus Bulan Juli tahun 2010 (n=76).

Umur	Mean	Median	Min	Max	SD
Umur	45,58	46	40	50	2,79

Berdasarkan tabel Tabel 4.1 dapat diketahui bahwa umur responden rata-rata adalah usia 45,58 tahun dengan standar deviasinya berada pada angka 2,79. Usia termuda yang menjadi responden adalah 40 tahun dan usia tertua adalah 50 tahun dengan nilai median 46 tahun.

Tabel 4.2
Distribusi responden berdasarkan tingkat pendidikan di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus Bulan Juli tahun 2010 (n=76).

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD	5	6,6
SMP	30	39,5
SMA	41	53,9
Jumlah	76	100

Berdasarkan tabel Tabel 4.2 dapat diketahui bahwa sebagian besar pendidikan ibu yang menjadi responden penelitian adalah SMA atau sederajat yaitu sebanyak 41 orang (53,9%). Responden yang pendidikannya SMP sebanyak 30 orang (39,5%) dan responden yang berpendidikan SD sebanyak 5 orang (6,6%).

Tabel 4.3
Distribusi frekuensi tentang sumber informasi ibu mengenai klimakterium di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus Bulan Juli tahun 2010 (n=76).

Sumber informasi	Frekuensi	Persentase
Majalah	50	65,8
TV	17	22,4
Penyuluhan dari bidan/tenaga kesehatan	9	11,8
Jumlah	76	100

Berdasarkan tabel Tabel 4.3 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mendapatkan informasi mengenai klimakterium dari majalah yaitu

sebanyak 50 orang (65,8%). Responden yang mendapatkan informasi dari TV sebanyak 17 orang (22,4%) dan responden yang mendapatkan informasi dari penyuluh dari bidan/tenaga kesehatan yang lain sebanyak 9 orang (11,8%).

Tabel 4.4
Distribusi responden berdasarkan pengetahuan tentang klimakterium di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus Bulan Juli tahun 2010 (n=76).

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Kurang	42	55,3
Cukup	30	39,5
Baik	4	5,3
Jumlah	76	100

Berdasarkan Tabel 4.4 di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar pengetahuan ibu tentang klimakterium adalah dalam kategori kurang yaitu sebanyak 42 orang (55,3%). Responden yang pengetahuannya dalam kategori cukup sebanyak 30 orang (39,5%) dan sebanyak 4 orang (5,3%) responden yang pengetahuannya dalam kategori baik.

Tabel 4.5
Distribusi responden berdasarkan tingkat kecemasan dalam menghadapi sindrom klimakterium di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus Bulan Juli tahun 2010 (n=76).

Kecemasan	Frekuensi	Prosentase (%)
Ringan	3	3,9
Sedang	23	30,3
Berat	50	65,8
Jumlah	76	100

Berdasarkan Tabel 4.5 di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar kecemasan ibu tentang sindrom klimakterium adalah kecemasan yang berkategori

berat yaitu sebanyak 50 orang (65,8%). Responden yang keemasannya dalam kategori sedang sebanyak 23 orang (30,3%) dan responden yang keemasannya dalam kategori ringan sebanyak 3 orang (3,9%).

Tabel 4.6
Hubungan antara tingkat pengetahuan tentang sindrom klimakterium dengan keemasan ibu di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus Bulan Juli tahun 2010 (n=76).

	Tingkat Keemasan	
	r	P
Tingkat Pengetahuan	-0,682	0,000

Berdasarkan uji statistic dengan menggunakan korelasi *Rank Spearman* didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,682 dengan nilai p sebesar 0,000 ($P < 0,05$), tanda negatif pada nilai koefisien korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif dari kedua varaibel. Artinya apabila pengetahuan meningkat maka tingkat keemasan responden akan menurun dan sebaliknya. Nilai korelasi sebesar -0,682 menunjukkan adanya hubungan yang sedang antara kedua variabel.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa sebagian besar pengetahuan ibu tentang sindrom klimakterium adalah dalam kategori kurang yaitu sebanyak 55,3%. Pengetahuan ibu yang menjadi responden sebagian besar dalam kategori kurang ini karena kurangnya sosialisasi mengenai masalah klimakterium dan gejala-gejala yang menyertainya. Sosialisasi atau penyuluhan tentang masa klimakterium ini memang tidak pernah dilakukan oleh dinas kesehatan terkait, hanya sebagian yang mendapatkan penjelasan dari bidan setempat.

Para ibu hanya mendapatkan pengetahuan setelah membaca dari tabloid atau melihat tontonan pada televisi yang kebetulan menayangkan masalah tersebut. Secara detailnya sebenarnya informasi mengenai sindrom klimakterium masih kurang terekspos baik melalui media cetak maupun media elektronik.

Sementara itu gejala-gejala yang menyertai menjelang datangnya masa masa *klimakterium* kurang dipahami dengan benar dan hanya sebagian kecil saja sehingga berbagai macam gejala yang saat ini dirasakan dianggap sebagai gangguan penyakit tertentu dan bukan merupakan imbas dari gejala awal akan datangnya *klimakterium*.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Lulu Wikar (2009) yang meneliti pengetahuan ibu tentang masa premenopause. Design penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan sample wanita di atas 40 tahun dengan jumlah 20 orang. Hasil penelitian ini adalah pengetahuan responden tentang pengertian, gejala-gejala dan cara penanggulangan premenopause sebagian besar termasuk dalam kategori kurang. Hal ini terjadi karena sarana dan prasarana serta media informasi belum berhasil menyentuh hal-hal kecil yang dianggap sacral untuk diinformasikan

Para ibu yang menjadi responden umumnya hanya mengetahui permasalahan masa menopause berdasarkan cerita dari teman atau orang-orang yang sudah terlebih dahulu mengalaminya, sehingga para ibu ini tidak mendapatkan penjelasan dengan baik mengenai masa klimakterium ini. Sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2003) yang menyebutkan bahwa paparan media massa menjadi salah satu faktor bagi individu untuk memperoleh pengetahuan termasuk halnya pengetahuan mengenai sindrom klimakterium beserta gejala-gejala yang akan menyertainya.

Pengetahuan responden ini juga akan dipengaruhi oleh pendidikan. Sebagaimana diungkapkan oleh Notoatmodjo (2003) yang menyebutkan bahwa tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh dalam memberi respon terhadap sesuatu yang datang dari luar. Orang yang berpendidikan tinggi akan memberikan respon yang lebih rasional terhadap informasi yang datang dan akan berpikir sejauh mana keuntungan yang mungkin akan mereka peroleh dari gagasan tersebut. Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah suatu cita – cita tertentu. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup, terutama dalam memotivasi sikap berperan serta dalam perkembangan kesehatan. Sebagaimana diketahui pendidikan merupakan salah satu faktor yang

mempengaruhi pengetahuan seseorang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hanya pada ibu dengan latar pendidikan yang lebih tinggi yang mempunyai pengetahuan yang lebih baik mengenai masalah sindrom klimakterium ini. Dalam penelitian ini pendidikan responden yang tertinggi adalah SMA atau sederajat, sementara pendidikan responden yang masih dalam kategori pendidikan dasar juga masih banyak ditemukan sehingga mempengaruhi tingkat pengetahuan responden tentang masalah klimakterium.

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa sebagian besar kecemasan ibu tentang sindrom klimakterium adalah masuk dalam kategori kecemasan berat yaitu sebanyak 65,8%. Hal ini menunjukkan bahwa berbagai macam gejala yang timbul dan dirasakan oleh para ibu membuat rasa cemas yang dianggap sebagai munculnya berbagai penyakit yang timbul pada dirinya. Para ibu yang menjadi responden tidak menyadari bahwa berbagai gejala yang timbul dan dirasakan selama ini adalah imbas dari masa *klimakterium*.

Hasil penelitian ini tidak ditemukan responden dengan kecemasan dalam kategori panik, hal ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang dihadapi oleh responden penelitian berkaitan dengan sindrom klimakterium masih dapat ditemukan koplingnya dengan baik, karena kalau kecemasan dalam kategori panik maka responden akan dalam kondisi sangat kacau, hilang kontrol, tidak dapat berpikir secara sistematis dan tidak dapat melakukan apa-apa walaupun telah diberi pengarahan.

Penelitian mendukung penelitian yang dilakukan Prabandani (2009) yang meneliti dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause di perumahan Griya Cipta Laras Wonogiri. Dalam penelitian ini didapatkan sebagian besar mengalami kecemasan berat yaitu sebanyak 83,87%.

Gejala-gejala kecemasan ini muncul sesuai dengan kuesioner berdasarkan HARS yang memunculkan perasaan seperti adanya perasaan cemas, rasa takut, gelisah, tidur tidak nyenyak, sakit dan nyeri-nyeri serta gejala-gejala kecemasan yang lain yang timbul dan dirasakan oleh responden penelitian.

Secara endokrinologis, masa klimakterium ditandai oleh turunnya kadar estrogen dan meningkatnya pengeluaran gonadotropin. Kekurangan hormon estrogen ini menyebabkan menurunnya berbagai fungsi *degeneratif* ataupun

endokrinologik dari *ovarium* yang menimbulkan rasa cemas pada sebagian besar wanita. Kecemasan yang dialami mengganggu keadaan fisiologis seseorang, semakin tinggi tingkat kecemasannya maka semakin banyak gangguan fisiologis yang dirasakan oleh seseorang dari berbagai sistem yang ada didalam tubuh, seperti pada sistem kardiovaskuler akan terjadi denyut jantung yang berdebar-debar dikarenakan ada reaksi dari hipotalamus yang memerintahkan hipofisis untuk melepaskan epineprin sehingga meningkatkan denyut jantung,

Seperti yang dinyatakan oleh Stuart dan Sundeen (2002), akibat dari rasa kecemasan ini berakibat pada meningkatkan tekanan darah, rasa mau pingsan, pusing-pusing, tekanan darah menurun, nadi menurun, reflek meningkat, insomnia, tremor, rigid, gelisah, muka tercekik, ketakutan, reaksi kejutan, wajah tegang, gerakan lambat, kelemahan secara umum serta terjadi peningkatan pada gejala otonom yang meliputi mulut kering, muka merah, mudah berkeringat, kepala pusing, kepala terasa berat, kepala terasa sakit dan bulu-bulu berdiri yang berdasarkan hasil penelitian sebagian besar saraf otonom tersebut mengalami peningkatan kerja dan masuk dalam katgeori kecemasan berat.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi peningkatan pada saraf otonom tersebut adalah dengan usaha mencari tahu tentang masa klimakterium dan gejala-gejala yang menyertainya. Semakin banyak responden tahu tentang masa klimakterium ini akan membuat responden lebih tenang dalam menghadapi masa tersebut karena merupakan bagian dari fase hidup yang akan dialami oleh setiap wanita, dan berbagai macam gejala yang timbul bukanlah suatu penyakit melainkan gejala-gejala penyerta yang akan hilang dengan sendirinya seiring dengan lewatnya masa klimakterium ini.

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* didapatkan koefisien korelasi sebesar -0,682 dengan nilai p sebesar 0,000. Artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan ibu berkaitan dengan sindrom klimakterium di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus. Hubungan negative ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan terbalik antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan. Artinya semakin tinggi pengetahuan seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasannya demikian pula sebaliknya.

Angka koefisien korelasi sebesar -0,682 menunjukkan adanya hubungan yang sedang antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan (Hasan, 2004). Hal ini menunjukkan ada faktor-faktor yang lain yang mempengaruhi tingkat kecemasan ibu seperti sikap, perilaku, kondisi sosial ekonomi dan lain-lain. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa semakin rendah tingkat pengetahuannya maka kecemasan yang dirasakan akan semakin berat, sebaliknya apabila tingkat pengetahuannya semakin tinggi maka kecemasan yang dirasakan akan semakin ringan.

Sebagaimana kondisi yang terjadi pada responden yaitu ibu di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus, dimana tingkat pengetahuannya sebagian besar dalam kategori kurang dan sebagian lagi dalam kategori cukup, maka yang terjadi adalah tingkat kecemasan tentang sindrom klimakterium yang dirasakan sebagian besar adalah dalam kategori kecemasan berat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ratih Wulandari (2005) yang mengambil judul Study deskriptif tingkat kecemasan ibu dalam masa klimakterium. Rancangan penelitian ini adalah deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden penelitian mengalami kecemasan terhadap masa klimakterium.

Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa kecemasan yang timbul dan dirasakan oleh para ibu usia klimakterik di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu tentang sindrom klimakterium itu. Rendahnya pengetahuan ibu mengenai sindrom klimakterium ini diakibatkan sumber-sumber informasi mengenai sindrom klimakterium ini masih kurang. Sebagaimana dinyatakan oleh Notoatmodjo (2003) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah paparan informasi yang didapat dari media masa baik cetak maupun elektronik. Paparan informasi melalui media masa sebenarnya akan sangat membantu untuk memperoleh pengetahuan. Melalui berbagai media baik cetak maupun elektronik berbagai informasi dapat diterima masyarakat, sehingga seseorang yang lebih sering terpapar media massa (TV, radio, majalah, pamflet, dan lain - lain) akan memperoleh informasi yang lebih banyak dibandingkan

dengan orang yang tidak pernah terpapar informasi media. Ini berarti paparan media massa mempengaruhi tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada variabel penelitian yang hanya meneliti tingkat pengetahuan sebagai faktor tingkat kecemasan, sementara faktor-faktor lain misalnya status sosial ekonomi, sikap dan perilaku tidak disertakan dalam penelitian ini. Peneliti juga menemui kendala yaitu dengan mendatangi masing-masing rumah responden dalam pengumpulan data dimana banyak ibu-ibu yang tidak mampu membaca tanpa kacamata sehingga peneliti harus membantu membacakan kuesioner kepada responden. Selain itu terdapat beberapa responden yang tidak bersedia menjadi responden karena menaruh kekhawatiran terhadap penelitian ini jika berpengaruh terhadap dirinya, namun setelah peneliti menjelaskan bahwa penelitian ini hanya untuk kepentingan penulisan skripsi akhirnya responden yang bersangkutan bersedia..

PENUTUP

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan, maka disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus tentang klimakterium dalam kategori kurang. Tingkat kecemasan ibu di Desa Prambatan Kidul Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus dalam kategori berat. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan ibu mengenai sindrom klimakterium dengan nilai r sebesar $-0,682$ dan nilai $p = 0,000$. Nilai negatif pada koefisien korelasi menunjukkan hubungan negatif artinya apabila tingkat pengetahuan tinggi maka tingkat kecemasannya akan rendah, demikian sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan serta kelemahan yang ada dalam penelitian, peneliti memberikan saran :

1. Ibu usia klimakterik

Pengetahuan mempunyai hubungan yang bermakna dengan kecemasan mengenai sindrom klimakterium, sehingga diharapkan kepada para ibu terutama pada usia klimakterium untuk mencari dan memperluas pengetahuan mengenai berbagai hal yang berkaitan dengan sindrom klimakterium terutama

gejala-gejala yang timbul pada masa ini. Sehingga dengan pengetahuan yang baik akan mengurangi tingkat kecemasan ibu mengenai sindrom klimakterium ini.

2. Keluarga

Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan kepada anggotanya yang memasuki masa klimakterium dengan menciptakan suasana yang harmonis sehingga ibu klimakterium merasa mendapatkan dukungan sehingga mampu memasuki fase ini dengan baik yang tidak berkembang pada gangguan kejiwaan.

3. Tenaga kesehatan

Dapat memberikan penyuluhan yang lebih intensif tentang berbagai hal yang berkaitan dengan sindrom klimakterium kepada masyarakat sehingga masyarakat lebih tahu dan memahami mengenai sindrom klimakterium ini. Penyuluhan oleh tenaga kesehatan ini dapat dilakukan dengan ikut bergabung dalam kelompok PKK atau acara pengajian ibu-ibu.

4. Penelitian Lebih lanjut

Bagi penelitian lebih lanjut sebagai acuan dalam penelitian mengenai pengetahuan dan kecemasan tentang sindrom klimakterium, namun demikian disarankan pada penelitian lebih lanjut untuk menggunakan jumlah sampel yang lebih besar dan wilayah penelitian yang lebih luas serta menyertakan variabel-variabel lain, yaitu status sosial ekonomi, sikap, perilaku, dukungan suami dan sebagainya..

-
- ¹. Dwi Endah Ayu Ermawati : Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Fikkes Universitas Muhammadiyah Semarang
 - ². Shobirun, MN : Dosen Kelompok Keilmuan Keperawatan Komunitas Fakultas Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang
 - ³. Ns. Ernawati, S.kep : Staf Dosen Jurusan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang
-

KEPUSTAKAAN

- Ayurai (2009). INFO – pengetahuan wanita klimakterium tentang perubahan siklus menstruasi. <http://www.BIDANKU...SAHABATKU.htm>. (20 Maret 2009).
- Azwar, S. (2003). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Baziad, A. (2003). *Endokrinologi Ginekologi*. Jakarta : Media Aesculapius. FKUI.
- Carpenito, Lynda J. (2001). *Diagnosa Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Fajri, Fajar. (2005). *Ketika Bunga Tak Lagi Merekah Kumbang Tak Lagi Gagah*. . Available. <http://www.pjnhk.go.id/berita-artikel/2005/11/01/ketika-bunga-tak-lagi-merekah-kumbang-tak-lagi-gagah/> (31 Januari 2007).
- Ghozali, Imam (2005). *Aplikasi Analisis Multivariat Dengan Program SPSS*. Semarang : Badan Penerbit universitas Diponegoro.
- Gunarsa, S.D dan Gunarsa Y.S. (1999). *Psikologi Perawatan*. Jakarta : PT. BPK Gunung Mulia.
- Hidayat, A.A.A. (2007). *Riset keperawatan dan teknik penulisan ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika.
- Lulu Wikar, (2009). Pengetahuan ibu tentang masa premenopause Di RT 003 RW 02 Kelurahan Benteng Kota Ambon. <http://www.gadysa&gelbina.com>
- Notoadmojo, S. (2002). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- _____ (2003). *Ilmu Kesehatan Masyarakat: Prinsip-prinsip Dasar*. Cetakan ke-2. Jakarta. Rineka Cipta.
- _____ (2005). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Nursalam. (2003). *Manajemen keperawatan aplikasi dalam praktek keperawatan profesional*. Jakarta : Salemba Medika.
- _____ (2008). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta : Salemba medika.
- Pramono, N. (2001). *Penatalaksanaan dan Kontroversial Terapi Hormonal Pada Wanita Post Menopause*. Semarang : UNDIP dan POGI.
- Prawirohardjo, Sarwono (2001). Menopause dan Andropause. Jakarta : YBPSP.
- Ratih Wulandari (2005). *Study deskriptif tingkat kecemasan ibu dalam masa klimakterium*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Siswati, (2000). Psikologi Perkembangan. Semarang : Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
- Stuart, G. (1998) Keperawatan Jiwa : Aplikasi Pada Praktek Klinis. Jakarta : EGC
- Sugiyono, 2007. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Wiknjosastro, Hanifah. (1999). Ilmu Kandungan. Jakarta : yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Yatim, Faisal. (2001). *Haid Tidak Wajar dan Menopause*. Jakarta : Pustaka Populer Obor.

