

Original Article

Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Karyawan dalam Menghadapi Menopause

Relationship between Knowledge Level and Employee Anxiety Level in Facing Menopause

Nurvita Dewi

RS Bina Husada

Jalan Raya Mayor Oking Jaya Atmaja No.KM, RW No.101 1, Ciriung, Kec. Cibinong, Kabupaten Bogor, Jawa Barat 16917

Email: 17nurvitadewi@gmail.com

Abstract

Pendahuluan: Kecemasan yang dialami perempuan menopause salah satunya karena kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dialami dan juga cemas akan hal hal yang mungkin muncul seperti keluhan fisik berupa berkeringat dimalam hari, sakit kepala, berhentinya Hasrat sexual, merasa diri akan menjadi lebih tua yang berarti kecantikannya akan mempengaruhi hubungan dengan suami maupun lingkungan sosialnya.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan karyawan dalam menghadapi menopause di RS. Bina Husada Tahun 2022

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan rancangan studi desain *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah Wanita berusia 45 tahun keatas di RS. Bina Husada tahun 2022 yang berjumlah 37 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. untuk menguji hubungan antara variabel independen (tingkat pengetahuan) terhadap variabel dependen (tingkat kecemasan) menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil: Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan perhitungan korelasi *chi-square* dengan bantuan program SPSS 16 *for windows* menghasilkan *p-value* = 0,001 < α =0,05.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan dengan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan karyawan dalam menghadapi menopause.

Kata Kunci: menopause, kecemasan, tingkat pengetahuan

Hak Cipta

©2024 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 Internasional**.

Editor: ALR

Diterima: 10/06/2023

Direview: 13/03/2023

Publish: 23/03/2024

Available Article: (doi)
10.53801/jipki.v3i2.109

Pendahuluan

Pertumbuhan dan perkembangan manusia merupakan hal yang berjalan terus dimulai dari bayi baru lahir, masa anak anak, masa dewasa dan masa tua.¹ Dalam pertumbuhannya sebagai seorang perempuan/wanita, menopause merupakan hal yang secara alamiah akan dialami tiap perempuan/wanita dan merupakan tahap akhir proses biologi yang dialami

perempuan berupa penurunan produksi hormone seks perempuan, yakni estrogen dan progesterone dari indung telur.²

Masa menopause menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) dalam Brashers (2003) adalah proses sebelum terjadinya penghentian menstruasi secara permanen akibat hilangnya aktivitas folikur ovarium. Setelah 12 bulan tidak terjadi menstruasi berturut-turut, periode ini berakhir secara retrospektif ditetapkan sebagai masa menopause. Perubahan fungsi indung telur akan memengaruhi hormon seks, sehingga memberikan pengaruh pada organ tubuh perempuan pada umumnya. Tidak heran apabila muncul berbagai keluhan fisik, baik yang berhubungan dengan organ reproduksi maupun organ tubuh lainnya.³ Kecemasan yang dialami perempuan menopause salah satunya karena kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dialami dan juga cemas akan hal hal yang mungkin muncul seperti keluhan fisik berupa berkeringat di malam hari, sakit kepala, berhentinya hasrat seksual, merasa diri akan menjadi lebih tua yang berarti kecantiakannya akan mempengaruhi hubungan dengan suami maupun lingkungan sosialnya.^{4,5}

Pengetahuan yang lebih baik tentang proses menopause memiliki peran dalam mengurangi tingkat kecemasan yang dialami oleh perempuan.⁶ Ketika seseorang memiliki pemahaman yang baik tentang apa yang terjadi dalam tubuhnya selama menopause, termasuk perubahan hormon dan gejala yang mungkin terjadi, mereka cenderung merasa lebih siap dan mampu mengatasi perubahan tersebut. Pengetahuan yang memadai juga dapat membantu perempuan untuk mengidentifikasi gejala yang mungkin memerlukan perhatian medis, sehingga mereka merasa lebih aman dan terjamin.^{7,8} Sebaliknya, kurangnya pengetahuan tentang menopause dapat menyebabkan kecemasan yang tidak perlu. Perempuan yang kurang informasi tentang menopause mungkin merasa khawatir atau takut menghadapi gejala yang mereka alami, karena mereka mungkin tidak memahami bahwa gejala tersebut adalah bagian normal dari proses menopause. Kecemasan juga dapat muncul karena ketidakpastian tentang apa yang diharapkan selama menopause dan bagaimana mengelola perubahan yang terkait dengannya.⁹

Oleh karena itu, penting bagi perempuan untuk memiliki akses terhadap informasi yang akurat dan komprehensif tentang menopause. Pendidikan mengenai menopause yang disediakan oleh profesional kesehatan atau sumber-sumber tepercaya dapat membantu perempuan untuk memahami proses ini dengan lebih baik, sehingga mereka dapat menghadapinya dengan lebih tenang dan percaya diri.¹⁰ Selain itu, dukungan sosial dari keluarga, teman, dan kelompok dukungan juga dapat membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup selama masa transisi ini.¹¹

Studi pendahuluan yang telah dilakukan di Rumah Sakit Bina Husada pada 10 karyawan premenopause didapatkan sebanyak 6 karyawan tidak mengetahui tentang arti menopause secara keseluruhan dan mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause serta timbulnya berbagai penyakit dan keluhan fisik lainnya. Empat karyawan lainnya mengetahui tentang menopause dan menganggap menopause tidak perlu dicemaskan karena menopause merupakan proses yang pasti akan dialami oleh setiap perempuan. Di Rumah Sakit Bina Husada juga didapatkan variasi latar belakang pendidikan, ekonomi, status perkawinan dan pekerjaan yang beragam. Berdasarkan variasi yang beragam tersebut diharapkan diperoleh variasi tingkat pengetahuan dan tingkat kecemasan yang beragam. Berdasarkan fenomena serta seluruh studi penelitian yang telah dilakukan dan penelitian yang mendasari hubungan tingkat pengetahuan dan tingkat kecemasan karyawan sebelum memasuki menopause, maka peneliti

akan melakukan suatu penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada karyawan dalam menghadapi menopause di RS. Bina Husada Tahun 2022.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian analitik. Penelitian ini menggunakan rancangan studi desain *cross-sectional*, dimana variable dependen dan variable independen dilakukan penelitian pada saat yang bersamaan. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan sedangkan variable independent dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan karyawan dalam menghadapi menopause. Populasi dalam penelitian ini adalah Wanita berusia 45 tahun keatas di RS. Bina Husada tahun 2022 yang berjumlah 37 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Penelitian ini dilakukan di Rs. Bina Husada pada bulan Januari 2022. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara membagikan kuesioner secara langsung kepada responden untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang menopause dan tingkat kecemasan karyawan dalam menghadapi menopause. Prosedur penyebaran kuesioner dalam penelitian ini yaitu peneliti mendatangi karyawan yang memenuhi kriteria kemudian menjelaskan maksud dan tujuan kedatangan serta menjelaskan garis besar tentang penelitian yang akan dilakukan kepada 37 responden. Untuk menguji hubungan antara variabel independen (tingkat pengetahuan) terhadap variabel dependen (tingkat kecemasan) menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil

Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pengetahuan, dan Tingkat Kecemasan terhadap Menopause di RS. Bina Husada

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase %
Usia		
45-50	9	24,3
50-55	28	75,7
Pendidikan		
SLTA	18	48,6
PT	19	51,4
Pengetahuan		
Kurang	2	5,4
Sedang	24	64,9
Kecemasan		
Ringan	10	21,6
Sedang	27	78,4

Tabel 1 menunjukkan bahwa berdasarkan karakteristik usia, sebagian besar responden berusia 45- 50 tahun sebanyak 9 orang (24.3%) dan usia 51-55 tahun sebanyak 28 Orang (75,7%) dan berdasarkan jenjang pendidikan sebagian besar pada perguruan tinggi sebanyak 19 orang (51.4%) dan SLTA sebanyak 18 orang (48,6). Karakteristik responden berdasarkan pengetahuan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan sedang sebanyak 24 orang (64.9%). Karakteristik responden berdasarkan tingkat kecemasan menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami cemas sedang sebanyak 27 orang (78.4%) dan cemas ringan sebanyak 10 orang (21,6%).

Analisa Bivariat

Tabel 2. Hubungan antara Tingkat Pengetahuan tentang Menopause dengan Kecemasan karyawan menghadapi Menopause di Rs. Bina Husada.

Variabel		Kecemasan		Total	P-Value
		Sedang	Ringan		
Pengetahuan	Kurang	1	1	2	0,001
	Sedang	17	7	24	
	Baik	9	2	11	
	Total	27	10	37	

Tabel 2 menunjukkan bahwa responden sebagian besar memiliki pengetahuan sedang 17 orang dan memiliki kecemasan sedang 27 orang.

Pembahasan

Tingkat Pengetahuan

Hal ini menunjukkan tingkat pengetahuan karyawan di Rs. Bina Husada tentang menopause sudah cukup baik, walaupun masih terdapat responden yang memiliki pengetahuan kurang tentang menopause yaitu sebanyak 2 orang (5,4%). Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh faktor pendidikan. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berpendidikan sampai pendidikan menengah atas (perguruan tinggi). Secara umum, seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dan makin mudah proses penerimaan informasi.¹² Notoatmodjo (2005) menyatakan bahwa bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah pastilah berpengetahuan rendah pula. Karena peningkatan pengetahuan seseorang tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal tetapi juga bisa diperoleh dari sumber informasi lain. Untuk itu tidak selamanya dipengaruhi oleh faktor pendidikan.

Tingkat Kecemasan

Dari tabel 3 didapatkan responden mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 29 orang dan sebanyak 8 orang mengalami kecemasan ringan. Kecemasan yang terjadi pada seseorang tidak sama pada beberapa situasi. Kecemasan yang terjadi dipengaruhi oleh salah satu faktor yaitu faktor ancaman terhadap integritas diri yang meliputi ketidakmampuan fisiologis atau gangguan terhadap kebutuhan dasar seperti penyakit fisik dan menilai kecemasan sebagai pengalaman subjektif yang mungkin didasarkan atas persepsi terhadap situasi yang terjadi.¹³ Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan antara lain usia, pengalaman, aset hidup, pengetahuan, pendidikan, financial material aset, keluarga, obat, dan sosial budaya.¹⁴ Hasil dari kuisioner yang sudah diuji, wanita yang akan menghadapi menopause cenderung sukar tidur dikarenakan takut akan pikiran sendiri, terbangun saat malam hari.

Hubungan Pengetahuan dengan Kecemasan

Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan perhitungan korelasi *chi-square* dengan bantuan program SPSS 16 for windows menghasilkan $p\text{-value} = 0,001 < \alpha = 0,05$ maka dapat disimpulkan H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan dengan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan karyawan dalam menghadapi menopause. Hal ini dapat disebabkan karena sebagian besar responden berpendidikan terakhir perguruan tinggi, sehingga mereka mempunyai pengetahuan yang

cukup baik dan dapat saling berinteraksi satu sama lain saling memberikan masukan walaupun sebagian besar tidak bekerja di unit non keperawatan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fatmawati (2011) menyatakan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan karyawan dengan tingkat kecemasan.¹⁵

Pada sisi lain, penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan dengan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan karyawan dalam menghadapi menopause. Temuan ini menegaskan bahwa tingkat pengetahuan yang dimiliki karyawan secara positif berhubungan dengan tingkat kecemasan mereka. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat pengetahuan tentang menopause yang dimiliki oleh karyawan, semakin rendah tingkat kecemasan yang mereka alami. Interpretasi hasil ini dapat dilakukan dengan mempertimbangkan bahwa pengetahuan yang lebih baik tentang menopause dapat memberikan karyawan kepercayaan diri dan pemahaman yang lebih baik dalam menghadapi perubahan fisik dan emosional yang terkait dengan masa menopause. Selain itu, tingkat pengetahuan yang lebih tinggi juga dapat membantu karyawan dalam mengidentifikasi dan mengelola gejala-gejala menopause dengan lebih efektif, yang pada gilirannya dapat mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan. Penemuan ini konsisten dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan dan pengetahuan yang lebih tinggi tentang kesehatan reproduksi, termasuk menopause, dapat membantu individu dalam menghadapi perubahan hormonal yang terkait dengan masa menopause dengan lebih baik.

Dalam konteks praktis, hasil ini menekankan pentingnya penyuluhan dan edukasi tentang menopause bagi karyawan di lingkungan kerja. Program-program pelatihan dan pendidikan yang diselenggarakan oleh perusahaan atau lembaga kesehatan dapat memberikan manfaat signifikan dalam mengurangi tingkat kecemasan karyawan yang menghadapi menopause, serta meningkatkan kualitas hidup dan produktivitas kerja mereka secara keseluruhan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang sudah peneliti paparkan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan dengan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan karyawan dalam menghadapi menopause.

Konflik Kepentingan

Penelitian ini independen dari kepentingan pihak manapun baik itu individu maupun kelompok.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada responden dan pihak rumah sakit RS. Bina Husada atas bantuannya dalam penelitian ini.

Pendanaan

Pendanaan pada penelitian ini didanai oleh peneliti sendiri.

Daftar Pustaka

1. Sumanto MA. Psikologi perkembangan. Media Pressindo; 2014. Available from: https://books.google.co.id/books/about/Psikologi_Perkembangan.html?id=crvIEAAQBAJ&redir_esc=y
2. Suhaid DN, Nanur FN, Prasetyo B, Purwaningsih D, Syarif H, Adriana NP, et al. Kesehatan Reproduksi.

- Pradina Pustaka; 2021. Available from: https://books.google.co.id/books/about/Kesehatan_Reproduksi.html?id=ycheEAAAQBAJ&redir_esc=y
3. Astikasari ND, Tuszahroh N. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Menopause Dini di Desa Kalirejo Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang. *J Qual Women's Heal*. 2019;2(1):50–6. Available from: <https://jqwh.org/index.php/JQWH>
 4. Munir A, Alfita L. Perbedaan Kecemasan Menjelang Menopause (Klimakterium) di Tinjau dari Wanita Bekerja Dengan Wanita tidak bekerja. Universitas Medan Area; 2017. Available from: <http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/13900>
 5. Sari W, Yunitasari E, Putri RH. Kecemasan pada perempuan yang menghadapi menopause; Sebuah tinjauan literatur. *Wellness Heal Mag*. 2020;2(2):315–20. <https://doi.org/10.30604/well.022.82000122>
 6. Susanti E. Hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan istri dalam menghadapi menopause. *J Biometrika dan Kependud*. 2014;3(2):114–9. Available from: <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-biometrik31ef273dc9full.pdf>
 7. Estiani M, Dhuhana C. Hubungan Pendidikan dan Pengetahuan Wanita Premenopause Terhadap Sikap Menghadapi Menopause di Desa Sekar Jaya Kabupaten Ogan Komering Ulu. *J Keperawatan Sriwij*. 2015;2(2):101–7. Available from: https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jk_sriwijaya/article/view/2359
 8. Puspitasari B. Hubungan Pengetahuan dengan tingkat kecemasan Wanita Premenopause dalam menghadapi masa menopause. *J Kebidanan*. 2020;9(2):115–9. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v9i2.164>
 9. Agustina DH. Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Menopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause di Desa Kaligentong RT 01, 02 RW 05 dan RT 04 RW 04 Kec. Ampel Kab. Boyolali. Program Studi Ilmu Keperawatan FIK-UKSW; 2016. Available from: <http://repository.uksw.edu/handle/123456789/11872>
 10. Putri DR, Rahayuningsih FB, Kep AS. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Menopause Pada Ibu-Ibu PKK Dukuh Menjing RT 03 Donohudan Ngemplak Boyolali. Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2017. Available from: <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/53030>
 11. Setiyani H, Ayu SM. Hubungan tingkat pendidikan, pendapatan dan dukungan keluarga dengan kecemasan pada wanita menopause di Desa Jobohan, Bokoharjo, Sleman 2016. *J Med Respati*. 2019;14(2):105–16. <https://doi.org/10.35842/mr.v14i2.179>
 12. Aprilia NI, Puspitasari N. Faktor yang mempengaruhi kecemasan pada wanita premenopause. *J Psikologi J Public Heal*. 2007;4(1):1–23. Available from: http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-makalah%206_Juli%202007.pdf
 13. Wibowo DA, Nadhilah S. Hubungan Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kecemasan Pada Wanita Premenopause Di Kelurahan Kertasari Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis. *J Keperawatan Galuh*. 2020;2(1):1–8. <http://dx.doi.org/10.25157/jkg.v2i1.3736>
 14. Monica AS. Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Menghadapi Menopause Di Desa Duwet Kecamatan Bendo Kabupaten Magetan. STIKES Bhakti Husada Mulia; 2017. Available from: <http://repository.stikes-bhm.ac.id/id/eprint/219>
 15. Fatmawati Y. Hubungan antara locus of control dengan kecemasan menghadapi ujian semester pada taruna Akademi Teknik Keselamatan Penerbangan Surabaya. Universitas Negeri Malang; 2011. Available from: <http://repository.um.ac.id/id/eprint/100788>