

BAB V

PEMBAHASAN

Bab ini memuat pemikiran peneliti untuk memberikan penjelasan dan interpretasi atas hasil penelitian yang telah dianalisis guna menjawab rumusan masalah dalam penelitian. Uraian mengenai pembahasan ini dikaitkan dengan hasil kajian teori dan hasil-hasil penelitian lain yang relevan.

A. Interpretasi dan Diskusi Hasil

1. Gambaran tingkat pengetahuan tentang menopause pada wanita dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena

Hasil penelitian mayoritas wanita yang sedang menghadapi menopause tingkat pengetahuan tentang menopausenya baik (45.1%). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pemahaman wanita premenopause di Desa Karangrena tentang menopause sudah baik meskipun masih ada sebagian orang yang memiliki pengetahuan cukup. Hasil penelitian didukung oleh Nuriman *et al.*, (2023) bahwa sebagian besar wanita memiliki pengetahuan baik tentang menopause (62.8%). Hasil penelitian ini sejalan dengan Sari, (2022) bahwa wanita di Puskesmas Balai Agung Sekayu memiliki pengetahuan baik tentang menopause (60.0%).

Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan baik yaitu kemampuan untuk memperoleh informasi yang cepat dapat membantu seseorang memperoleh pengetahuan baru, pengalaman kejadian yang pernah dialami seseorang berinteraksi dengan lingkungannya, perubahan fisik dan mental yang disebabkan oleh bertambahnya usia (Suhardi, 2009 dalam Susanti & Indrajati, 2022). Pengetahuan adalah kumpulan informasi yang

diperoleh setelah pengindraan terhadap sesuatu. Wanita yang akan mengalami menopause akan lebih memahami dan mempersiapkan diri untuk menopause dengan lebih baik jika memiliki pengetahuan yang cukup. Untuk menghadapinya, diperlukan pengetahuan dan persiapan yang memadai. Dengan memahami menopause, wanita diharapkan dapat mempersiapkan diri untuk memasuki usia menopause tanpa mengalami masalah. Sehingga wanita akan siap menghadapi menopause, menerima perubahan fisik dan psikologis, dan tidak menganggap penuaan sebagai sesuatu yang harus dihindari (Notoatmodjo, 2014 dalam Yuningsih & Widaningsih, 2023).

Hasil penelitian Asmaradana (2021) menunjukkan bahwa sebagian besar wanita yang berpengetahuan luas memiliki kesiapan yang baik. Hal ini dapat disebabkan oleh fakta bahwa wanita berusia 50 tahun memiliki pengetahuan dan kesiapan yang baik. Usia menunjukkan pengalaman yang mempengaruhi kesiapan untuk menghadapi menopause. Hasil ini dikuatkan oleh gagasan bahwa pengalaman adalah proses mengetahui kebenaran suatu pengetahuan. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan peneliti bahwa rata-rata berusia 45.60 tahun dengan usia termuda 40 tahun dan usia tertua 50 tahun. Hasil penelitian ini sejalan dengan Mufidah, (2022) bahwa usia wanita di Kelurahan Krincing rata-rata berusia 46.00 tahun dengan usia termuda 40 tahun dan usia tertua 50 tahun.

Menurut Notoatmojo (2015 dalam Muarofah, 2022) psikis seseorang sangat dipengaruhi oleh usia. Dengan bertambahnya usia, seseorang lebih cenderung menyadari dan memahami masalah yang sedang terjadi. Hal ini disebabkan oleh banyaknya pengalaman yang dialami seseorang, yang

memungkinkan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan intelektual. Memasuki masa menopause adalah sesuatu yang normal bagi setiap wanita.

Menurut Senolinggi *et al.*, (2015) menyatakan bahwa faktor usia menopause disebabkan oleh usia, usia pertama menstruasi, kecemasan, pekerjaan, pendapatan, dan jumlah anak. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa mayoritas usia pertama menstruasi rata-rata berusia 13.23, termuda usia 10 tahun dan tertua usia 17 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mail & Yuliani, (2021) bahwa usia pertama menstruasi (*menarche*) yang paling banyak 11 - 13 tahun (25.4%). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Senolinggi *et al.*, (2015) bahwa usia pertama menstruasi yang paling banyak pada wanita di Kakas 13-14 tahun (41.8%).

Berdasarkan penelitian Septiana *et al.*, (2021), bahwa *menarche* dapat mempengaruhi menopause, wanita yang lebih muda mengalami *menarche* akan cepat pula mengalami menopause, indung telur mengeluarkan lebih banyak hormon estrogen, yang bertanggung jawab atas pembentukan lapisan epitel di rongga rahim. Estrogen memainkan peran penting dalam perkembangan alat kelamin wanita dan payudara, serta dalam pembentukan selaput lendir rahim dan selaput lendir vagina untuk menjaga licin dan tidak kering. Selama masa pubertas, pembentukan lapisan rahim diikuti dengan pelepasan dinding rahim setiap siklus menstruasi. Pada wanita, menstruasi adalah siklus bulanan yang normal. Siklus *menarche* dimulai pada usia 12–

15 tahun dan berlanjut sampai usia 40–50 tahun, atau menopause. Namun, status gizi dan perkembangan wanita dapat memengaruhi usia *menarche*.

Selain faktor usia pertama menstruasi yang dapat menyebabkan usia menopause faktor jumlah anak juga bisa mempengaruhi. Didukung oleh hasil yang peneliti lakukan bahwa mayoritas wanita yang sedang menghadapi menopause mempunyai anak lebih dari satu (93.9%). Hasil penelitian didukung oleh Wulandari, (2023) bahwa sebagian besar wanita di Semarang memiliki jumlah anak lebih dari satu (92.3%). Menurut Safira, (2015) bahwa jumlah anak merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi menopause. Wanita yang tidak memiliki anak akan mengalami menopause dini sehingga berisiko terhadap terjadinya osteoporosis dan patah tulang. Sedangkan, wanita yang memiliki anak lebih dari satu mengalami menopause yang lebih lambat sehingga berisiko terhadap kejadian kanker payudara, kanker endometrium dan kanker ovarium. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa kehamilan dan persalinan akan memperlambat fungsi organ reproduksi wanita serta penuaan tubuh.

2. Gambaran tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena

Hasil penelitian sebagian besar wanita dalam menghadapi menopause mengalami kecemasan berat (40.2%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Berutu (2022) bahwa sebagian besar wanita usia 45-55 tahun di Desa Dolok mengalami kecemasan berat (48.6%). Dan didukung juga dari penelitian yang dilakukan oleh Widyantari *et al.*, (2019) bahwa sebagian

besar ibu PKK di Banjar Kaja Desa Buduk Kecamatan Mengwi mengalami kecemasan berat (47%).

Kecemasan yang terjadi pada seseorang tidak sama pada beberapa situasi. Salah satu faktor yang memengaruhi kecemasan adalah ancaman terhadap integritas diri, seperti ketidakmampuan fisik atau gangguan terhadap kebutuhan dasar seperti penyakit fisik. Selain itu, kecemasan dinilai sebagai perasaan subjektif yang mungkin didasarkan pada persepsi seseorang tentang keadaan saat ini (Stuart & Sundeen, 2007 dalam Asih, 2017).

Perubahan fisik dan fisiologis yang disebabkan oleh penurunan dan berhentinya produksi hormon estrogen sangat memengaruhi masalah psikologis pada wanita menopause. Menopause seperti halnya *menarche* pada gadis remaja yang merupakan awal metabolisme hormon estrogen. Ada saatnya remaja merasa cemas atau gelisah, tetapi ada juga merasa itu normal. Wanita menopause sering mengalami keluhan seperti cemas, takut, lekas marah, mudah tersinggung, sulit untuk fokus, gugup, merasa tidak berguna, tidak berharga, dan stres, bahkan kadang-kadang mengalami depresi (Karmi *et al.*, 2021).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Richard & Permatasari, (2019) bahwa kecemasan berat disebabkan karena tidak terpenuhinya apa yang diinginkan baik itu berupa keinginan materi atau sosial, adanya masalah yang tidak terselesaikan, kekhawatiran pada sesuatu yang belum terjadi, adanya motif sosial maupun seksual. Penyebab kecemasan menopause lainnya adalah karena pendidikan yang minimal membuat pengetahuan wanita menopause masih terbatas dan pemahaman mengenai gejala yang akan ditimbulkan dan

bagaimana cara mengurangi gejala menopause bila gejala dirasakan mengganggu masih belum maksimal dipahami sehingga wanita tidak peka dan tidak dapat melakukan tindakan untuk mengurangi gejala yang dirasakan. Keterbatasan pengetahuan membuat para wanita gampang untuk mempercayai mitos- mitos tentang menopause. Mitos yang berkembang adalah wanita yang menopause otomatis predikat tua, tubuh yang tak sebugus dulu dan kulit yang mulai keriput.

Berdasarkan pendapat peneliti bahwa beberapa wanita di Desa Karangrena masih ada yang memiliki persepsi negatif dengan menopause. Merasa khawatir dengan menopause, karena hasrat seksualitasnya sudah hilang, merasa dirinya akan menjadi lebih tua yang berarti kecantikannya akan memudar dan terjadi penurunan fungsi tubuh, sehingga dikhawatirkan akan mempengaruhi hubungan dengan suami maupun lingkungan sosialnya. Namun pada penelitian yang dilakukan oleh Widyawati, (2021) menyatakan bahwa wanita mengalami kecemasan dipengaruhi oleh individu dengan lingkungannya yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan. Tuntutan yang berasal dari kondisi rumah tangga, interaksi dari perubahan hormonal, pola pribadi serta faktor sosial budaya.

3. Hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause di desa Karangrena

Hasil analisis menggunakan uji *Spearman Rank* adalah ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena ($p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$). Nilai *Contingency coefficient* sebesar 0,932 yang artinya kekuatan

hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada wanita dalam menghadapi menopause adalah sangat tinggi. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wibowo & Nadhilah (2020), dari hasil yang didapatkan bahwa 51.2% dengan pengetahuan baik mengalami kecemasan sedang, berpengetahuan cukup (35.5%) mengalami kecemasan ringan dan sedang, dan 36.8% dengan pengetahuan kurang mengalami kecemasan sedang.

Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*over behavior*). Seseorang yang telah mengetahui tentang menopause, maka akan membuat wanita mengerti tentang penanganan pada saat terjadi perubahan menopause dan wanita tidak akan mengalami kecemasan premenopause menjelang menopause. Selain pengetahuan ada faktor lain yang mempengaruhi tingkat kecemasan premenopause wanita dalam menghadapi menopause yaitu upaya penanganan dalam menghadapi menopause, sikap, dukungan keluarga, dukungan suami, kondisi ekonomi, gaya hidup dan gambaran diri (Wibowo & Nadhilah, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Antara *et al.*, (2018) tentang hubungan tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun di Pedukuhan Pugeran Maguwoharjo Sleman, hasilnya menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun di Pedukuhan Pugeran Maguwoharjo, Sleman ($p\text{-value} = 0.000 < 0.05$). Hal ini

dibuktikan dengan hasil uji *Spearman Rank* diperoleh nilai korelasinya 0.721 yang artinya kekuatan hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada wanita dalam menghadapi menopause adalah tinggi.

Peningkatan pengetahuan seseorang didapat dari hasil informasi. Kesalahan tidak akan muncul dari informasi yang diterima atau diadopsi melalui proses yang didasarkan pada pengetahuan, kesadaran, dan sikap. Sebaliknya, kesalahan akan muncul dari informasi yang tidak didasarkan pada pengetahuan dan kesadaran, yang akan menyebabkan ketakutan dan kekhawatiran atau meningkatnya kecemasan. Pengetahuan tentang menopause dapat mengurangi atau menghilangkan kecemasan wanita (Smart, 2010 dalam Karmi *et al.*, 2021).

Wanita yang memiliki persepsi negatif tentang menopause biasanya menganggapnya sebagai hal yang mengganggu dan menyebabkan gejala fisiologis dan psikologis. Sebaliknya, wanita yang memiliki persepsi positif tentang menopause akan menganggapnya sebagai peristiwa yang normal yang dapat dialami oleh setiap wanita. Walaupun tidak mutlak, ada hubungannya antara kecemasan yang dialami wanita saat menghadapi menopause dengan persepsi terhadap menopause (Yuliastri *et al.*, 2022).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Hidayah & Cahyani, (2018) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki lebih banyak sumber informasi akan memiliki pengetahuan yang lebih luas. Sebagian besar wanita yang memiliki tingkat pendidikan baik adalah lulusan sekolah menengah. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan seseorang dapat berpengaruh pada tingkat pengetahuan. Pendidikan sangat berhubungan dengan pengetahuan,

semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah diterima dan dikembangkan pengetahuannya. Hal ini di dukung dengan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa sebagian besar pendidikan terakhir wanita yang sedang menghadapi menopause berpendidikan SMP (37,8%). Hasil penelitian ini sejalan dengan Susanti & Indrajati, (2022) bahwa pendidikan terakhir wanita di Kelurahan Krincing berpendidikan SMP (42,4%). Umur juga dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Seseorang dapat meningkatkan pengetahuannya tentang sesuatu melalui pengalaman

Pada penelitian yang dilakukan oleh Richard & Permatasari, (2019) menyatakan bahwa setiap orang yang menopause mengalami kecemasan. Pada penelitiannya kecemasan yang dialami oleh wanita menopause di Kelurahan Bangsal sebagian besar adalah mengalami kecemasan berat (37,2%), disebabkan oleh masih kurang memahami apa itu menopause, gejalanya, dan bagaimana mengurangi gejalanya. Akibatnya, jika pada saat wanita mengalami gejala awal menopause, wanita tidak melakukan apa pun untuk mengurangi gejalanya. Selain itu, ditemukan bahwa ada korelasi langsung antara pendidikan dan tingkat kecemasan yang dialami wanita menopause. Wanita yang berpendidikan sekolah menengah pertama (SMP) menunjukkan tingkat kecemasan yang tinggi. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa sebagian besar orang yang menerima pendidikan rendah tetap berpegang pada kepercayaan-kepercayaan lokal, termasuk mitos tentang menopause, karena wawasan masih terbatas dan sehingga hanya berpikir

tentang hal-hal yang tradisional. Inilah sebabnya kecemasan pada wanita menopause juga terkait dengan pendidikan yang rendah.

Pada penelitian ini, penulis berpendapat bahwa beberapa faktor mempengaruhi tingkat pengetahuan salah satunya adalah umur, semakin tua umur maka semakin banyak pengalaman dan kesiapan untuk menerima informasi, sehingga pengetahuan yang didapatkan semakin bertambah. Pendidikan juga menjadi salah satu faktor pengetahuan seseorang meningkat seiring dengan tingkat pendidikannya.

Selain umur dan pendidikan, faktor pekerjaan dapat mempengaruhi pengetahuan, pada ibu yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga memiliki banyak waktu luang untuk mencari informasi terkait dengan menopause. Hal ini didukung oleh hasil yang dilakukan peneliti bahwa mayoritas wanita yang sedang menghadapi menopause tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga (89.0%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yanti (2023) jika dilihat dari perspektif status ekonomi, pekerjaan dapat memengaruhi kualitas hidup wanita menopause. Wanita menopause yang memiliki pekerjaan cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik karena dapat memperoleh hasil keuangan, dapat membangun hubungan atau relasi dengan rekan kerja, dan merasa puas dengan diri sendiri. Namun ini tidak berarti bahwa wanita menopause yang bekerja tidak memiliki kualitas hidup yang sama.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas peneliti berpendapat bahwa kecemasan berat dipengaruhi oleh pengetahuan meskipun wanita di Desa Karangrena memiliki pengetahuan baik, namun belum mengetahui dengan benar penyebab menopause, sehingga tidak tahu cara

mengatasi keluhan akibat menopause, selain itu belum memahami lebih dalam tanda dan gejala yang mengakibatkan tidak dapat mengidentifikasi masalah menopause yang akan muncul. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Pujiastuti *et al.*, (2023) selain pendapat peneliti di atas faktor lain juga disebabkan karena pemikiran wanita yang akan mengalami menopause mengenai kesalahan proses kognisi yang membuat takut menjadi tua atau tidak semenarik dulu, merasa tubuhnya gemuk, cepat lelah dan merasa tubuhnya banyak yang mengalami keriput, sehingga takut menghadapi menopause. Jika wanita tidak bisa menyesuaikan dirinya, hal ini menyebabkan kecemasan berat, hingga dapat menyebabkan kepanikan.

B. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini adalah saat pengumpulan data terdapat beberapa orang yang berhalangan hadir dikarenakan ada acara mendadak dan tidak bisa ditinggalkan, sehingga peneliti melakukan pengambilan data dengan *door to door* kepada responden yang berhalangan hadir.

C. Implikasi Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian, implikasi pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Implikasi bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan dapat menambah khasanah kepustakaan tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena.

2. Implikasi bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut terkait dengan menopause pada wanita.

3. Implikasi bagi puskesmas Maos

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bentuk informasi untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena dan sebagai bahan masukan untuk tindakan intervensi yang tepat agar wanita di Desa Karangrena keemasannya berkurang.

