

PERBANDINGAN KECEMASAN WANITA BEKERJA DAN TIDAK BEKERJA TERHADAP KESIAPAN MENJALANI MASA MENOPAUSE DI DESA PUNGE BLANG CUT KECAMATAN JAYA BARU KOTA BANDA ACEH

Putri Nabilla¹, Syarifah Masthura¹, Dewi Sartika¹

¹⁾ Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama, Jl. Blang Bintang Lama Km 8,5 Lampoh Keude Aceh Besar.

Email korespondensi: nabillaputri215@gmail.com

Abstract: *Menopause causes more than 80% of women to suffer from physical and psychological complaints with various stresses and impaired quality of life. Working women usually have better self-adjustment than non-working women. This research aimed to compare the anxiety between working and non-working women on their readiness to face menopause in Punge Blang Cut Village, Jaya Baru Sub-district, Banda Aceh City. The quantitative study used descriptive correlative methods with a cross-sectional design. The sample was 80 women who were undergoing menopause, divided into 40 working women and 40 non-working women, chosen by using the Selovin formula from a total population of 420 women. This research was conducted from September 07 to September 11, 2023. The results of statistical tests using the chi-square test showed a p-value of 0.038 for working women and a p-value of 0.035 for non-working women. The conclusion is that H_0 is rejected and H_a is accepted, which means there is a difference in anxiety between working and non-working women facing menopause.*

Keywords: *Anxiety, Menopause, Working Women*

Abstrak: Menopause menyebabkan lebih dari 80% wanita mengalami keluhan fisik dan psikologis dengan berbagai tekanan dan gangguan penurunan kualitas hidup. Wanita yang bekerja memiliki penyesuaian diri yang baik dari pada wanita tidak bekerja. Peneliti ini bertujuan untuk melihat perbandingan kecemasan wanita bekerja dan tidak bekerja terhadap kesiapan menghadapi masa menopause di Desa Punge Blang Cut, Kecamatan Jaya Baru, Kota Banda Aceh. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode deskriptif korelatif dengan desain *crosssectional*, populasi dalam penelitian ini wanita bekerja dan tidak bekerja yang sedang menjalani masa menopause berjumlah 420 orang. Setelah di masukan ke dalam rumus *Slovin* menjadi 80 orang, 40 wanita bekerja dan 40 wanita tidak bekerja yang sedang menjalani masa menopause. Penelitian ini di lakukan sejak 07 September s/d 11 September tahun 2023. Hasil uji stastistik dengan menggunakan uji chi-square Wanita bekerja diperoleh nilai $p=0,038$, dan Hasil uji stastistik dengan menggunakan uji chi-square Wanita tidak bekerja diperoleh nilai $p=0,035$. Kesimpulannya maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan antara Kecemasan dengan wanita menopause pada wanita bekerja dan tidak bekerja yang sedang menghadapi masa menopause.

Kata kunci : Kecemasan, Wanita Menopause. Wanita Bekerja.

Menurut WHO Menopause merupakan masa berakhirnya siklus menstruasi secara alami yang biasanya terjadi saat wanita rata-rata memasuki usia 45-55 tahun, bisa dikatakan sudah menopause bila tidak lagi mengalami menstruasi selama 12 bulan berturut-turut. Menopause tidak hanya ditandai dengan berhentinya menstruasi, wanita yang telah menopause juga mengalami banyak perubahan, mulai dari penampilan fisik, kondisi psikologis hingga hasrat seksual. Menopause menyebabkan lebih dari 80% wanita mengalami keluhan fisik dan psikologis dengan berbagai tekanan dan gangguan penurunan kualitas hidup.

World Health Organization (WHO) memperkirakan pada tahun 2030 ada sekitar 1,2 miliar perempuan yang berusia 50 tahun dan setiap tahunnya populasi perempuan menopause meningkat sekitar 3%. Penyebab kekhawatiran yang dialami perempuan menopause dikarenakan berhentinya produksi hormon estrogen dalam tubuh sehingga menyebabkan terjadinya perubahan fisiologis yang bermakna pada fungsi tubuh (Susanti & Indrajati, 2022). Secara alami seorang wanita yang berusia 40-50 tahun, ovariumnya tidak lagi menghasilkan hormon estrogen dan hormon-hormon lainnya sehingga timbul kecemasan yang tidak menyenangkan atau ketakutan yang tidak jelas dan hebat. Ini terjadi sebagai reaksi terhadap suatu yang dialami oleh seseorang (Susanti, Wigoyono dkk, 2017).

Kesiapan seseorang wanita menghadapi menopause akan sangat membantu seorang wanita menghadapi menjalani masa ini dengan lebih baik. Berdasarkan hasil penelitian Kusmawati didapatkan bahwa 60,6% wanita tidak siap menghadapi menopause (Kusunawati, 2019). Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Ati didapatkan bahwa 56,6% wanita pramenopause di wilayah Sleman tidak siap menghadapi menopause (Ati, dkk., 2019). Berdasarkan data hasil observasi awal dan wawancara yang dilakukan peneliti di dapatkan dengan kurang lebih 10 orang wanita bekerja dan 10 wanita tidak bekerja dengan rentang umur 45-50 tahun di Desa Punge Blang Cut tersebut, diketahui mereka mengatakan bahwa ketika malam mereka sulit tidur, berkeringat yang berlebihan di malam hari, mudah tersinggung, gampang marah, cemas, pelupa, gelisah, menstruasi tidak teratur, merasa tidak tenang jika tiap bulannya mereka tidak dapat menstruasi dan enggan melakukan hubungan intim. Permasalahan itu didapatkan ketika mereka mengalami gejala dan tanda menopause akan tetapi masih kurang sumber informasinya maka dari itu peneliti melakukan penelitian pada desa tersebut dengan jumlah responden yaitu 80 responden (100%) 40 pada wanita

bekerja dan 40 pada wanita tidak bekerja. Untuk mengetahui perbandingan wanita bekerja dan tidak bekerja terhadap kesiapan menjalani masa menopause di Desa Punge Blang Cut, Kecamatan Jaya Baru, Kota Banda Aceh.

Hasil penelitian sebelumnya tentang Studi Komparatif: Perbedaan tingkat kesiapan menghadapi menopause antara wanita bekerja dan tidak bekerja. Dengan tujuan untuk mengetahui perbandingan kecemasan wanita bekerja dan tidak bekerja. Hasil uji statistik dengan *Mann-Whitney U test* didapatkan hasil $p < \alpha$ (0,05) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pada kesiapan menghadapi menopause antara wanita tidak bekerja dan bekerja (Lia & Yanita, 2019).

KAJIAN PUSTAKA

Konsep Kecemasan

Kecemasan adalah kondisi emosi dengan menimbulkan beberapa aspek pada diri seseorang. Istilah cemas dalam bahasa inggris yaitu *anxiety*. Cemas juga merupakan perasaan yang timbul tidak nyaman, dan ketidakmampuan seseorang untuk menghadapi tuntutan realitas. Keadaan cemas bisa membuat seseorang merasa dirinya takut, nafas berlangsung cepat, dan jantung berdegup (Annisa & Ifdil, 2016).

Konsep Wanita Kerja

Wanita bekerja (*employed women*) adalah wanita yang bekerja di luar rumah dan menerima uang atau memperoleh penghasilan dari pekerjaannya (Pandia, 1997). Kebutuhan yang timbul pada wanita untuk bekerja adalah sama seperti pria, yaitu kebutuhan psikologis, rasa aman, sosial, ego, dan aktualisasi diri. Bagi diri wanita itu sendiri sebenarnya dengan bekerja di luar rumah, ia akan mencapai suatu pemuasan kebutuhan (Tuwu, 2018).

Konsep Wanita Tidak Bekerja

Wanita yang tidak bekerja adalah sebagai semua aktivitas istri/ibu rumah tangga yang dilakukan tanpa mendapatkan uang, dengan kata lain menunjuk kepada peran domestik perempuan (Nilakusmawati & Susilawati, 2012).

Konsep Menopause

Menopause menurut WHO adalah peristiwa alami yang terjadi sekali di dalam kehidupan seorang wanita. Menopause merupakan masa berakhirnya siklus menstruasi di

tubuh seorang wanita yang terdiagnosa sudah lebih dari 12 bulan tanpa periode menstruasi (Asriati, Wijaya, dkk, 2016).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian non eksperimen yang bersifat deksriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan Teknik *Purposive Sampling*. Sehingga didapatkan 80 responden yang masing-masing terdiri dari wanita menopause bekerja dan tidak bekerja yang berada di Desa Punge Blang Cut, Kecamatan Jaya Baru, Kota Banda Aceh. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara kepada responden dengan beberapa pertanyaan mengenai menopause. Setelah itu peneliti melakukan pengecekan isi kuesioner, membuat kode, dan memasukkan dalam *tanle* untuk diolah menggunakan *Statistical Product and Service Solution* (SPSS).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai distribusi ferkuensi data demografi wanita bekerja dapat dilihat pada Tabel 1 di bawah ini.

Tabel. 1 Distribusi Ferkuensi Data Demografi Wanita Bekerja (N=40)

| No | Jenis | Kategori | Frekuensi(f) | Persentase (%) |
|-------|---------------------|----------------|--------------|----------------|
| 1 | Usia | 45-50 Tahun | 25 | 62,5 |
| | | 51-55 Tahun | 15 | 37,5 |
| 2 | Pendidikan Terakhir | SD | 0 | 00,0 |
| | | SMP | 0 | 00,0 |
| | | SMA | 5 | 12,5 |
| | | S1 | 35 | 87,5 |
| 3 | Pekerjaan | Wiraswasta | 5 | 12,5 |
| | | Pegawai Swasta | 10 | 25,0 |
| | | PNS | 25 | 62,5 |
| Total | | | | 100,0 |

Sumber: Data Primer (diolah tahun 2023)

Dari data demografi yang di dapat, terdapat 25 wanita bekerja yang memiliki usia 45-50 tahun, 15 wanita bekerja yang memiliki usia 51-55 tahun. Pendidikan terakhir terbanyak yaitu S1 berjumlah 35 wanita bekerja, dan 5 wanita bekerja yang berpendidikan SMA. Pekerjaan wanita bekerja yang tertinggi yaitu PNS berjumlah 25, Pegawai Swasta yaitu 10, dan Wiraswasta yaitu 5.

Hasil penelitian mengenai distribusi frekuensi data demografi wanita tidak bekerja

dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 2 di bawah ini.

Tabel. 2 Distribusi Ferkuensi Data Demografi Wanita Tidak Bekerja (N=40)

| No | Jenis | Kategori | Frekuensi(f) | Persentase (%) |
|----|---------------------|----------------|--------------|----------------|
| 1 | Usia | 45-50 Tahun | 27 | 67,5 |
| | | 51-55 Tahun | 13 | 32,5 |
| 2 | Pendidikan Terakhir | SD | 14 | 35,0 |
| | | SMP | 11 | 27,5 |
| | | SMA | 14 | 35,0 |
| | | S1 | 1 | 2,5 |
| | | Wiraswasta | 0 | 0,00 |
| 3 | Pekerjaan | Pegawai Swasta | 0 | 0,00 |
| | | PNS | 0 | 0,00 |
| | | IRT | 40 | 100,0 |
| | | Total | | 100,0 |

Sumber: Data Primer (diolah tahun 2023)

Dari data demografi yang di dapat, terdapat 27 wanita tidak bekerja yang memiliki usia 45-50 tahun, 13 wanita tidak bekerja yang memiliki usia 51-55 tahun. Pendidikan terakhir terbanyak yaitu tingkat SD berjumlah 14, SMA 14 wanita tidak bekerja, 11 wanita tidak bekerja yang berpendidikan SMP, 1 wanita bekerja sebagai PNS, sedangkan wanita tidak bekerja terbanyak yaitu IRT berjumlah 40.

Hasil penelitian mengenai distribusi frekuensi data wanita menopause pada wanita bekerja diperoleh hasil dapat dilihat pada Tabel 3 di bawah ini.

Tabel. 3 Distribusi Ferkuensi Data Wanita Menopause Pada Wanita Bekerja (N=40)

| No. | Menopause | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|-----|-------------|---------------|----------------|
| 1 | Baik | 32 | 80,0 |
| 2 | Kurang Baik | 8 | 20,0 |
| | Total | 40 | 100 |

Sumber : Data Primer (di olah tahun 2023)

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 3, didapatkan bahwa distribusi tertinggi tentang Wanita Menopause pada wanita bekerja berada pada kategori baik sebanyak 32 (80,0%) responden.

Hasil penelitian mengenai distribusi ferkuensi wanita menopause pada wanita tidak bekerja diperoleh hasil dapat dilihat pada Tabel 4 di bawah ini.

Tabel.4 Distribusi Ferkuensi Wanita Menopause Pada Wanita Tidak Bekerja (N=40)

| No | Menopause | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|----|-------------|---------------|----------------|
| 1 | Baik | 30 | 75,0 |
| 2 | Kurang Baik | 10 | 25,0 |
| | Total | 40 | 100 |

Sumber : Data Primer (di olah tahun 2023)

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4, didapatkan bahwa distribusi tertinggi tentang Wanita Menopause dari hasil data yang didapat pada wanita tidak bekerja berada pada kategori baik sebanyak 30 (75,0%) responden.

Hasil penelitian mengenai distribusi frekuensi data kecemasan pada wanita bekerja diperoleh hasil dapat dilihat pada Tabel 5 di bawah ini.

Tabel.5 Distribusi Ferkuensi Data Kecemasan Pada Wanita Bekerja (N=40)

| No | Kecemasan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|----|-------------|---------------|----------------|
| 1 | Baik | 35 | 87,5 |
| 2 | Kurang Baik | 5 | 12,5 |
| | Total | 40 | 100 |

Sumber : Data Primer (diolah tahun 2023)

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5, didapatkan bahwa distribusi tertinggi tentang variabel kecemasan pada wanita bekerja berada pada kategori baik sebanyak 35 (87,5%) responden.

Hasil penelitian mengenai distribusi ferkuensi data kecemasan pada wanita tidak bekerja diperoleh hasil dapat dilihat pada Tabel 6 di bawah ini.

Tabel. 6 Distribusi Ferkuensi Data Kecemasan Pada Wanita Tidak Bekerja (N=40)

| No | Kecemasan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|----|-------------|---------------|----------------|
| 1 | Baik | 32 | 80,0 |
| 2 | Kurang Baik | 8 | 20,0 |
| | Total | 40 | 100 |

Sumber : Data Primer (di olah tahun 2023)

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 6, didapatkan bahwa distribusi tertinggi tentang variabel kecemasan pada wanita tidak bekerja berada pada kategori baik sebanyak 32 (80,0%) responden.

Adapun hasil penelitian mengenai pengaruh wanita menopause dengan kecemasan pada wanita bekerja diperoleh hasil dapat dilihat pada Tabel 7 di bawah ini.

Tabel. 7 Pengaruh Wanita Menopos Dengan Kecemasan Pada Wanita Bekerja (N=40)

| Kecemasan | Menopause | | | | Total | | α | p value |
|-------------|-----------|------|-------------|-----|-------|------|----------|---------|
| | Baik | | Kurang Baik | | | | | |
| | f | % | f | % | f | % | | |
| Baik | 27 | 28,0 | 8 | 7,0 | 35 | 35,0 | 0,05 | 0,038 |
| Kurang Baik | 5 | 4,0 | 0 | 1,0 | 5 | 5,0 | | |
| Total | 32 | 32,0 | 8 | 8,0 | 40 | 40,0 | | |

Sumber :Data Primer (diolah tahun 2023)

Berdasarkan table 7, Di atas di ketahui bahwa dari data wanita bekerja terdapat 27 wanita bekerja yang menjawab baik pada kecemasan dan terdapat 5 wanita bekerja yang menjawab kurang baik pada variabel kecemasan. Kemudian terdapat 8 wanita bekerja yang menjawab baik pada variabel menopause dan tidak terdapat wanita bekerja yang menjawab kurang baik pada variabel menopause. Setelah dilakukan uji statistic (uji Chi-Square), diperoleh nilai $p = 0,038$ ($p < 0,05$) sehingga diketahui bahwa terdapat pengaruh wanita menopause dengan Kecemasan di Desa Punge Blang Cut, Kecamatan Jaya Baru, Kota Banda Aceh.

Sedangkan hasil penelitian mengenai pengaruh wanita menopause dengan kecemasan pada wanita tidak bekerja diperoleh hasil dapat dilihat pada Tabel 8 berikut.

Tabel. 8 Pengaruh Wanita Menopause Dengan Kecemasan Pada Wanita Tidak Bekerja (N=40)

| Kecemasan | Menopause | | | | Total | α | p value | |
|-------------|-----------|------|------------|------|-------|----------|---------|-------|
| | Baik | | KurangBaik | | | | | |
| | F | % | f | % | f | | | % |
| Baik | 22 | 24,0 | 10 | 8,0 | 32 | 32,0 | 0,05 | 0,035 |
| Kurang Baik | 8 | 6,0 | 0 | 2,0 | 8 | 8,0 | | |
| Total | 30 | 30,0 | 8 | 10,0 | 40 | 40,0 | | |

Sumber :Data Primer (diolah tahun 2023)

Berdasarkan Tabel 8, di atas diketahui bahwa dari data wanita tidak bekerja terdapat 22 wanita tidak bekerja yang menjawab baik pada kecemasan dan terdapat 8 wanita tidak bekerja yang menjawab kurang baik pada variabel kecemasan. Kemudian terdapat 10 wanita tidak bekerja yang menjawab baik pada variabel menopause dan tidak terdapat wanita bekerja yang menjawab kurang baik pada variabel menopause. Setelah dilakukan uji statistic (uji Chi-Square), diperoleh nilai $p = 0,035$ ($p < 0,05$) sehingga diketahui bahwa terdapat pengaruh wanita menopause dengan kecemasan di Desa Punge Blang Cut, Kecamatan Jaya Baru, Kota Banda Aceh.

Pada hasil penelitian ini didapatkan bahwa berdasarkan observasi awal dan wawancara dengan kurang lebih 10 orang wanita bekerja dan 10 wanita tidak bekerja dengan rentang umur 45-50 tahun di Desa Punge Blang Cut tersebut, diketahui mereka mengatakan ketika malam mereka sulit tidur, berkeringat yang berlebihan di malam hari, mudah tersinggung, gampang marah, cemas, pelupa, gelisah, menstruasi tidak teratur,

merasa tidak tenang jika tiap bulannya mereka tidak dapat menstruasi dan enggan melakukan hubungan intim. Permasalahan itu didapatkan ketika mereka mengalami gejala dan tanda menopause akan tetapi masih kurang sumber informasinya maka dari itu peneliti melakukan penelitian pada desa tersebut dengan jumlah responden yaitu 80 responden (100%) 40 pada wanita bekerja dan 40 pada wanita tidak bekerja. Untuk mengetahui perbandingan wanita bekerja dan tidak bekerja terhadap kesiapan menjalani masa menopause di Desa Punge Blang Cut, Kecamatan Jaya Baru, Kota Banda Aceh.

Penelitian ini relevan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lia & Yanita (2019) dengan judul Perbedaan Tingkat Kesiapan Menghadapi Menopause Antara Wanita Bekerja dan Tidak Bekerja. Penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa $p\text{-value} < \alpha (0,05)$ sehingga ada perbedaan yang bermakna pada kesiapan menghadapi menopause antara wanita tidak bekerja dan bekerja.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari data yang telah diperoleh dalam proses penelitian ini dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh Kecemasan dengan wanita menopause pada wanita bekerja di di Desa Punge Blang Cut, Kecamatan Jaya Baru, Kota Banda Aceh $p= 0,038$ dan adanya pengaruh Kecemasan dan wanita menopause, pada wanita tidak bekerja di Desa Punge Blang Cut, Kecamatan Jaya Baru, Kota Banda Aceh $p= 0,035$.

Saran

Bagi responden diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan pengetahuan tentang bagaimana faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan saat menjalani masa menopause. Diharapkan juga penelitian ini dapat menjadi bahan pengetahuan wanita bekerja dan tidak bekerja saat menjalani masa menopause. Kepada Institusi Keperawatan, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan kajian ilmu keperawatan tentang pengetahuan terhadap kecemasan wanita bekerja dan tidak bekerja terhadap kesiapan menjalani masa menopause. Bagi Penelitian Lain, diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan serta dapat memperluas dan memperdalam kajian tentang pengetahuan terhadap kecemasan wanita bekerja dan tidak bekerja terhadap kesiapan

menjalani masa menopause.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Ati EP, Murni M, Novika AG. (2019). Associations of Knowledge and Attitude with Menopausal Readiness among Women in Sleman. Yogyakarta. *Int Conf Public Heal*, 1(1): 174–8.
- Annisa DF, Ifdil I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2): 93.
- Asriati CR, Wijaya M, Nirmala SA, Gondodiputro S, Rahmiati L. (2019). Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Persiapan Fisik dan Psikis Memasuki Masa Menopause. *J Kesehatan Vokasional*, 4(2): 99.
- Kusumawati S. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kesiapan Ibu dalam Menghadapi Menopause di Desa Berangas Timur Kab. Barito Kuala. *Bidan Prada. J Publ Kebidanan*, 10(1): 13–20.
- Nilakusmawati DPE, Susilawati M. (2012). Studi faktor-faktor yang mempengaruhi wanita bekerja di Kota Denpasar. *J Kependudukan dan Pengemb Sumber Daya Mns*, 8(1): 26– 31.
- Susanti ET, Indrajati U. (2022). Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause. *J Keperawatan Karya Bhakti*, 8(2): 78–84.
- Susanti, Wiyono J, Adi RCW. (2017). Perbedaan tingkat kecemasan antara Ibu Rumah Tangga dan Ibu yang Bekerja diluar rumah dalam menghadapi Menopause di Dusun Mojosari Desa Ngenep Kecamatan Karangploso Kabupaten Malang. *Nurs News (Meriden)*, (1):137–46.
- Tuwu D. (2018). Peran Pekerja Perempuan Dalam Memenuhi Ekonomi Keluarga: Dari Peran Domestik Menuju Sektor Publik. *Al-Izzah J Hasil-Hasil Peneliti*, 13(1):63.