PENGARUH PENYULUHAN TENTANG MENOPAUSE TERHADAP KECEMASAN SEKS MASA MENOPAUSE PADA KOMUNITAS MUSLIMATAN

The Effect Of Menopause Education On Menopouse Sex Anxiety In The Muslimatan Community

Iis Hanifah¹, Tutik Hidayati², Wahida Yuliana³

¹Stikes Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan

Riwayat artikel

Diajukan: Agustus 2021 Diterima: September 2021.

PenulisKorespondensi:

- Iis Hanifah Stikes Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan
- <u>iishanifah2017@gmail</u> <u>.com</u>

Kata Kunci:

Menopause, Kecemasan Seks, Komunitas muslimatan

Abstrak

Perubahan fisiologis akibat menopause kadang-kadang mengganggu aktivitas dan sejumlah gairah seksual pada wanita.Karena perubahan-perubahan tersebut mengakibatkan menjadikurang menyenangkan. Tahun 2019, kegiatan seksual jumlah lansia Indonesia diproyeksikan akan meningkat menjadi 27,5 juta atau 10,3%, dan 57,0 juta jiwa atau 17,9% pada tahun 2045 (BPS, Bappenas, UNFPA, 2018). Berdasarkan data Survey Penduduk antar Sensus (Supas) 2015, Jumlah lanjut usia Indonesia sebanyak 21,7 juta atau 8,5%. Penduduk lansia di Jawa Timur pada tahun2017 telah mencapai 12.92 persen yang menandakan bahwa struktur penduduk JawaTimur tergolong penduduk tua. Desain penelitian yang digunkan pra experimental tanpa ada kelompok control dengan menggunkan pendekatan one group pretest-post-test design. Pengumpulan data menggunkan kuesioner Hasil uji Wilcoxon tentang pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap kecemasan seks masa menopause pada komunitas muslimatan. diperoleh nilai p value= 0.002>0,05, maka ha diterima sehingga ada pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap kecemasan seks masa menopause pada komunitas muslimatan.

Abstract

Physiological changes due to menopause sometimes interfere with sexual activity and arousal in some women. Because these changes make sexual activity less enjoyable. In 2019, the number of elderly people in Indonesia is projected to increase to 27.5 million or 10.3%, and 57.0 million people or 17.9% in 2045 (BPS, Bappenas, UNFPA, 2018). Based on data from the 2015 Inter-Census Population Survey (Supas), the number of elderly people in Indonesia is 21.7 million or 8.5%. The elderly population in East Java in 2017 has reached 12.92 percent which indicates that the population structure of East Java is classified as an elderly population. The research design used was pre-experimental without a control group by using a one-group pretest-post-test design approach. Data collection using a questionnaire Wilcoxon test results about the effect of counseling about menopause on menopausal sex anxiety in the Muslim community. obtained p value = 0.002 > 0.05, then ha is accepted so that there is an effect of counseling about menopause on menopausal sex anxiety in the Muslim community

Pendahuluan

Menopause adalah berakhirnya siklus menstruasi secara alami, yang biasanya terjadi saat wanita memasuki usia 45 hingga 55 tahun. Perubahan fisiologis akibat menopause kadangmengganggu aktivitas kadang dan gairah seksual pada sejumlah wanita.Karena perubahan-perubahan tersebut mengakibatkan kegiatan menjadikurang menyenangkan seksual (Oomariati... 2013). Tahun 2019, iumlah lansia Indonesia diproyeksikan akan meningkat menjadi 27,5 juta atau 10,3%, dan 57,0 juta jiwa atau 17,9% pada tahun 2045 (BPS, Bappenas, UNFPA, 2018). Berdasarkan data Survey Penduduk antar Sensus (Supas) 2015, Jumlah lanjut usia Indonesia sebanyak 21,7 juta atau 8,5%. Penduduk lansia di Jawa Timur pada tahun2017 telah mencapai 12,92 persen yang menandakan bahwa struktur penduduk JawaTimur tergolong penduduk tua. Penduduk lansia mempunyai karakter sosial ekonomi yang berbeda dibanding dengan penduduk muda, sehingga membutuhkan perhatian khusus bagi para pengambil kebijakan arah pembangunan dapat agar bermanfaatmaksimal bagi penduduk lansia (Badan Pusat Statistik, 2019). Hasil Studi pendahuluan yang dilakukan kepada ibu usia pra menopause yang berjumlah 10 wanita dari 10 wanita tidak mengetahui perubahan pada masa menopause nanti. Hal ini menjadi permasalahan jika ibu sudah memasuki menopause dan mengalami masa perubahan fisik .hasil wawancara menyebutkan bahwa ibu ibu belum memiliki komunitas untuk mendiskusikan informasi mengenai perubahan fisiologis masa menopause.

Faktor yang berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat kecemasan pada wanita perimenopause adalah pengetahuan, sikap, dan dukungan keluarga. Seorang wanita menopause membutuhkan cukup informasi melalui konsultasi dengan anggota keluarga

terdekat, teman bahkan dokter untuk mendapatkan informasi yang benar dan menjalani masa menopause dengan gaya hidup yang sehat dan berpikiran positif agar dapat menghindari kecemasan itu sendiri (Muniroh & mahmuda, 2013)

Masalah perubahan dalam masa menopause ini perlu adanya sebuah kelompok sesama wanita lansia untuk saling bercerita dan berbagi pengetahuan. Dengan adanya sebuah komunitas yang sama maka wanita lebih mudah untuk mendiskusikan masalah seks dimasa menopause sehingga harapannya tidak ada lagi kecemasan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Mengidentifikasi kecemasan seks masa menopause sebelum dilakukan penyuluhan di Desa Gading. mengidentifikasi kecemasan seks masa menopause sesudah dilakukan penyuluhan di Desa Gading dan menganalisis pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap kecemasan seks masa menopause pada komunitas muslimatan di Desa Gading.

Metodologi

Desain penelitian digunakan adalah Pra experimental tanpa kelompok kontrol dengan menggunakan pendekatan one group pretest-postest design. Populasi pada penelitian ini yaitu Seluruh wanita yang berusia 40-45 tahun yang belum mengalami menopause pada komunitas muslimatan di Desa Gading berjumlah 50 orang. Sampling: Menggunakan Simple Random. Untuk mengukur kecemasan menopause seks masa menggunakan kuesioner. Analisis Data pada penelitian ini yaitu analisis Univariat menggunakan distribusi Analisis **Bivariat** frekuensi. menggunakan Wilcoxon

Hasil dan Pembahasan

Dalam data umum ini disajikan mengenai data-data umum dari sampel penelitian penelitian'' pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap kecemasan seks masa menopause pada komunitas muslimatan". Data umum tersebut antara lain berupa. umur, pendidikan, dan pekerjaan.

Karakteristik	Responden	Menurut
Umur		

No	Umur(th)	Frekuensi	Persentase
			(%)
1	36-45	10	22,25
2	46-50	24	54,5
3	51-60	10	22,25
	Total	44	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden berumur 46-50 tahun sebanyak 24 orang (54,5%)

Karakteristik Responden Menurut Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak	17	38,6
	Sekolah		
2	SD/MI	8	18,2
3	SMP/MTS	9	20,5
4	SMA/MA	10	22,7
5	Sarjana	0	0
	Total	44	100

Berdasarkan tabel diatas bahwa pendidikan terakhir ibu adalah tidak sekolah sebanyak 17 orang (38,6%).

Karakteristik Responden Menurut Pekeriaan

I CIXC	ıjaan		
No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
	Orang		(%)
	Tua		
1	Swasta	9	20,5
2	IRT	35	79,5
	Total	44	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa pekerjaan ibu adalah ibu rumah tangga sebanyak 35 orang (79,5%).

Kecemasan menghadapi seks menopause Sebelum Dilakukan Penyuluhan tentang menopause

Tingkat Kecemasan	Frekuen si	Prosentase	
Tidak ada kecemasan	3	6,8 %	
Kecemasan ringan	9	20,5 %	
Kecemasan sedang	13	29,5 %	
Kecemasan berat	19	43,2 %	
Jumlah	44	100 %	

Berdasarkan tabel diatas diketahui kecemasan menghadapi seks menopause sebelum dilakukan penyuluhan tentang menopause sebagian besar mengalami kecemasan berat sebanyak 19 ibu (43,2%).

Kecemasan menghadapi seks menopause Sesudah Dilakukan Penyuluhan tentang menopause

Tingkat	Frekuen	Prosentase
Kecemasan	si	
Tidak ada	23	52,3 %
kecemasan		
Kecemasan	12	27,3 %
ringan		
Kecemasan	7	16,0 %
sedang		
Kecemasan berat	2	4,4 %
Jumlah	44	100 %

Berdasarkan tabel diatas diketahui kecemasan menghadapi seks menopause sesudah dilakukan penyuluhan tentang menopause sebagian besar tidak mengalami kecemasan sebanyak 23 ibu (52,3%).

Pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap kecemasan seks masa menopause pada komunitas muslimatan di Desa Gading.

Tingkat	Penyuluhan tentang menopause					
Kecemasan	Se	Sebelum Sesudah		Peningka		
	pen	yuluha	Penyuluhan		tan	
		n	-			
	F	%	F	%	F	%
Tidak ada	3	6,8	2	52,3	20	87,0
kecemasan			3			
Kecemasan	9	20,5	1	27,3	3	13,0
Ringan			2			
Kecemasan	1	29,5	7	16,0		
Sedang	3					
Kecemasan		43,2	2	4,4		
Berat						
Jumlah	44	100,0	40	100,0	23	100,
						0
Z = -5,615 P Value = 0,02 $a = 0,05$						

Berdasarkan tabel 5.6 kecemasan seks menopause sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar mengalami kecemasan berat sebanyak 19 ibu (43,2%). Sedangkan kecemasan seks sesudah menopause dilakukan penyuluhan pada sebagian besar tidak mengalami kecemasan sebanyak 23 ibu Hasil analisa (52,3%).menunjukkan nilai p value= 0.002>0.05, menunjukkan ada Pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap kecemasan seks masa menopause pada komunitas muslimatan di Desa Gading

Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi *Menopause* Sebelum Penyuluhan

Berdasarkan tabel 5.5 diketahui kecemasan menghadapi seks menopause sebelum dilakukan penyuluhan tentang menopause sebagian besar mengalami kecemasan berat sebanyak 19 (43,2%). Kecemasan yang muncul pada wanita menopause sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi suatu situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan. Adanya keragaman dan perbedaan tingkat

dalam menghadapi kecemasan ibu menopause dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Kecemasan yang terjadi pada seseorang tidak sama pada beberapa situasi. Kecemasan yang terjadi dipengaruhi oleh salah satu faktor ancaman terhadap integritas diri meliputi ketidak mampuan yang fisiologis terhadap atau gangguan kebutuhan dasar seperti penyakit fisik menilai kecemasan sebagai mungkin pengalaman subyektif yang didasarkan atas persepsi terhadap situasi yang terjadi(Stuart, 2007). Ibu periode mengalami yang premenopause, munculnya masalah psikologis sangat dipengaruhi oleh adanya perubahan pada aspek fisik fisiologis sebagai akibat dari berkurang berhentinya produksi dan hormon estrogen, karena berkurangnya hormon inilah yang menimbulkan berbagai gejala keluhan(. Kenyataannya tidak semua perempuan mengalami kecemasan, ketakutan saat menghadapi premenopause. Ada perempuan tidak merasakan adanya gangguan pada kondisi psikisnya. Berat ringannya stres yang dialami perempuan dalam menghadapi dan mengatasi premenopause sangat dipengaruhi oleh bagaimana penilaiannya terhadap premenopause (Kusworo, 2011).

Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi *Menopause* Sesudah Penyuluhan

Berdasarkan tabel diatas diketahui kecemasan menghadapi seks menopause sesudah dilakukan penyuluhan tentang menopause sebagian besar tidak mengalami kecemasan sebanyak 23 ibu (52,3%). Hal ini disebabkan ibu telah mengetahui bahwa menopause merupakan peristiwa alamiah dan konsekuensi dari proses penuaan, menurunnya fungsi organ bahkan berhentinya produksi hormon estrogen. Ibu premenopause harus menghadapinya dengan penuh tawakal, keikhlasan, dan sikap positif. Ibu *premenopause* juga telah siap menghadapi gejolak-gejolak psikologis akibat menopause.

Pendidikan kesehatan tentang menopause merupakan salah satu sumber informasi bagi responden tidak terjadi kecemasan sehingga dalam menghadapi menopause. Informasi yang diperoleh tentang suatu objek akan berpengaruh terhadap sikap objek tersebut. Adanya keragaman tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause meskipun sudah dilakukan penyuluhan tentang menopause disebabkan karena faktor dari individu. Menurut Kasdu (2008), sikap dan kesiapan seseorang wanita dalam mempersiapkan dan mengatasi sesuatu hal yang terjadi antara individu yang satu dan yang lainnya berbeda-beda, seperti halnya kesiapan dalam menghadapi menopause.

Pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap kecemasan seks masa menopause pada komunitas muslimatan di Desa Gading

Berdasarkan tabel diatas kecemasan seks menopause sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar mengalami kecemasan berat sebanyak 19 ibu (43,2%). Sedangkan kecemasan seks sesudah menopause dilakukan penyuluhan pada sebagian besar tidak mengalami kecemasan sebanyak 23 ibu (52,3%).Hasil analisa bivariat menunjukkan nilai value= 0.002 > 0.05, menunjukkan ada penyuluhan Pengaruh tentang menopause terhadap kecemasan seks masa menopause pada komunitas muslimatan di Desa Gading Pendidikan kesehatan melalui penyuluhan ini merupakan suatu proses

yang bertujuan untuk mempengaruhi

pengetahuan, sikap dan perilaku yang

ada hubungannya dengan kesehatan

perorangan ataupun kelompok. Hal ini

dibuktikan dengan penelitian yang

telah dilakukan oleh peneliti, yaitu ibu penurunan tingkat memiliki kecemasan berat dan sedang menjadi kecemasan ringan hingga ibu tidak mengalami cemas. Selain itu, didukung oleh teori menurut Azril Azwar dalam Nugroho dan Ari (2010), mengatakan bahwa penyuluhan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungan dengan kesehatan.

Simpulan

Kecemasan menghadapi seks menopause sebelum dilakukan penyuluhan tentang menopause sebagian mengalami kecemasan sebanyak 19 ibu (43,2%). kecemasan menghadapi seks menopause sesudah dilakukan penyuluhan tentang menopause sebagian besar tidak mengalami kecemasan sebanyak 23 ibu (52,3%).

Kecemasan seks menopause sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian mengalami kecemasan sebanyak 19 ibu (43,2%). Sedangkan kecemasan seks menopause sesudah dilakukan penyuluhan pada sebagian besar tidak mengalami kecemasan sebanyak 23 ibu (52,3%). Hasil analisa bivariat menunjukkan nilai p value= 0.002>0,05, menunjukkan ada Pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap kecemasan seks masa menopause pada komunitas muslimatan di Desa Gading.

Daftar Pustaka

Ari kusworo. 2011. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menopause Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Usia 40-50 Tahun Dalam Menghadapi Menopause Di RT O8 Pendukuhan IX Ngestiharjo Kasihan Bantul. Sekolah Tinggiilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta Badan Pusat Statistik. (2018). Agustus 2018: Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) sebesar 5,34 Persen. Diakses dari https://www.bps.go.id/pressrelease/20

https://www.bps.go.id/pressrelease/20 18/11/05/1485/agustus-2017--tingkatpengangguran-terbuka--tpt--sebesar-5-34-persen.html pada tanggal 20 januari 2020, Jam 12.25 WIB.

Baziad, Ali. 2003. Menopause Dan Andropause. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka

Sarwono Prawiroharjo.

Muniroh & mahmuda, 2013. Faktor yang Berpengaruh terhadap Skor Kecemasan pada Wanita Menopause journal.unair.ac.id

Stuart, G. W. 2007. Buku Saku Keperwatan Jiwa. Edisi 5. Jakarta : EGC.

Qomariati, Arbaini. 2013.Hubungan Kecemasan dan Aktivitas Fisik dengan pada Wanita Kehidupan Seksual Menopause di Kelurahan Wilayah Kerja Puskesmas Trucuk I Kabupaten Klaten.urnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro • 2013. volume 2, Nomor 1, Januari 2013 Online http://ejournals1.undip.ac.id/index.php /jkm

Qorina Dzurrotul. Dkk. (2015). Peranan Muslimat dalam Pemberdayaan Perempuan di Bidang Sosial Keagamaan di Batang Tahun 1998-2010. Journal of Indonesian History 4 (1) (2015).