

Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita Perimenopause di Kelurahan Jurang Belimbing, Tembalang, Semarang

Siswinda Eva Triani¹, Natalia Dewi Wardani², Innawati Jusup³, Widodo Sarjana⁴

¹ Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

² Departemen Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

*Koresponding Penulis: Natali Dewi, Email : anatdew@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Perimenopause merupakan fase transisi alami pada wanita yang ditandai dengan perubahan hormonal, terutama penurunan kadar estrogen. Perubahan tersebut dapat menimbulkan berbagai keluhan fisik dan psikologis, salah satunya kecemasan. Tingkat kecemasan pada wanita perimenopause dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk tingkat pengetahuan mengenai menopause. Pemahaman yang baik mengenai perubahan fisiologis selama menopause dapat membantu wanita mempersiapkan diri secara psikologis sehingga mampu mengurangi kecemasan dalam menghadapi masa transisi tersebut.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause di Desa Jurang Belimbing, Kelurahan Tembalang, Kota Semarang **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan potong lintang (*cross-sectional*). Sampel penelitian terdiri dari 50 wanita perimenopause usia 40–50 tahun yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Tingkat pengetahuan tentang menopause diukur menggunakan kuesioner pengetahuan sebanyak 20 pertanyaan, sedangkan tingkat kecemasan diukur menggunakan Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS). Analisis data dilakukan menggunakan Fisher Exact Test dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$ serta analisis *risk estimate* untuk menilai kekuatan hubungan **Hasil:** Sebanyak 64% responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai menopause dan 86% responden mengalami kecemasan berat. Hasil analisis menggunakan uji Fisher Exact menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause ($p = 0,049$). Hasil ini menunjukkan bahwa wanita dengan tingkat pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Sebanyak 64% responden memiliki tingkat pengetahuan yang tidak baik mengenai menopause dan 86% responden mengalami kecemasan. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause ($p = 0,049$). Nilai Odds Ratio (OR) sebesar 5,769 dengan CI 95% = 1,051–31,681 menunjukkan bahwa wanita dengan pengetahuan yang tidak baik memiliki risiko lebih tinggi mengalami kecemasan dibandingkan dengan wanita yang memiliki pengetahuan baik **Simpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause. Peningkatan edukasi mengenai menopause diharapkan dapat membantu meningkatkan kesiapan psikologis serta mengurangi kecemasan pada wanita dalam menghadapi masa menopause.

Kata kunci: menopause, pengetahuan, kecemasan, perimenopause, kesehatan wanita