

HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI (*BODY IMAGE*) DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA WANITA MENOPAUSE DI DESA MOTOLING II

Rina Kundre
Rivelino S Hamel

Program studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Sam Ratulangi
Email : rina_kundre@yahoo.com

Abstract : *Menopause is the last period or during the last menstrual period, one of the psychological aspects of a change in self-concept in the menopausal period is that menopausal women become worried about their bodies and form self-concept about how their bodies are. One of the psychological aspects of changing self-concept during menopause is that menopausal women become anxious about their bodies and form self-concepts about how their bodies are, maybe they look in the mirror every day and sometimes every hour.* **Research purposes** *This is to find out the relationship between self-concept and the level of anxiety during menopause in Motoling II Village.* **Research design** *the one used is descriptive correlation sampling technique that is by simple random method using two subjects of inclusion and exclusion with a lot of samples of 30 people.* **Research result** *using the chi-square test obtained between the self-concept and the level of anxiety in menopause p value = 0.001 < α = 0.005.* **Conclusion** *the results of this study indicate that there is a relationship between self-concept and anxiety level during menopause in Motoling II Village.* **Suggestion** *expected for Health workers in the Village Motoling II to pay more attention to women in Motoling II Village, especially women who are approaching menopause so there will be no lack of knowledge about what is meant by menopause.*
Keyword : *The concept of self, levels of anxiety, Menopause*

Abstrak : Menopause adalah haid terakhir atau saat terjadi haid terakhir, salah satu aspek psikologis dari perubahan konsep diri dimasa menopause sudah pasti wanita menopause menjadicemas mengenai tubuh mereka dan membentuk konnsep diri mengenai bagaimana keadaan tubuh mereka. Salah satu aspek psikologis dari perubahan konsep diri dimasa menopause sudah pasti wanita menopause menjadi cemas mengenai tubuh mereka dan membentuk konsep diri mengenai bagaimana keadaan tubuh mereka, mungkin mereka melihat kedalam cermin setiap hari dan kadang setiap jam. **Tujuan Penelitian** ini untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan pada masa menopause di Desa Motoling II. **Desain Penelitian** yang digunakan yaitu bersifat deskriptif kolerasi teknik pengambilan sampel yakni dengan cara simple random dengan menggunakan dua subjek inklusi dan eksklusi dengan banyak sampel 30 orang **Hasil Penelitian** menggunakan uji *chi-square* didapat antara Konsep diri dengan tingkat Kecemasan pada masa menopause nilai $p = 0,001 < \alpha = 0,005$. **Simpulan** hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan pada masa menopause di Desa Motoling II **Saran** diharapkan bagi tenaga Kesehatan yang ada diDesa Motoling II agar lebih berperan aktif dalam meningkatkan pengetahuan wanita menopause supaya mengetahui dan menyadari perubahan yang terjadi.

Kata Kunci : Konsep diri, Tingkat kecemasan, Menopause

PENDAHULUAN

Menopause menyebabkan beberapa perubahan, di antara yang terpenting adalah otak. Di dalam otak juga terjadi perubahan pada masa pramenopause seperti tubuh yang memanas, otak pun akan tersulut, terpicu oleh perubahan-perubahan hormonal yang khas dalam transisi menopause, sehingga terjadilah suatu perubahan yang memberi sinyal pada perubahan-perubahan dalam cuping-cuping temporal area otak yang terkait dengan intuisi yang meningkat (Northrupz, 2006).

Menopause alami akan dilalui seorang perempuan secara bertahap selama beberapa tahun. Umumnya menopause alami terjadi pada usia diakhir 40 tahun atau diawal 50 tahun. Menopause buatan adalah menopause yang terjadi akibat prosedur medis seperti pembedahan atau penyinaran. Menopause akibat pembedahan terjadi akibat histerektomi dan ooforektomi bilateral. Pengangkatan ovarium dilakukan sebagai tindakan preventif terhadap karsinoma ovarium (Sastrawinata, 2008).

Konsep diri adalah bagian dari konsep diri yang mencakup sikap dan pengalaman yang berkaitan dengan tubuh, termasuk pandangan tentang maskulinitas dan femininitas, kegagalan fisik, daya tahan, dan kapabilitas. Konsep diri berkembang secara bertahap selama beberapa tahun sejalan dengan seseorang wanita menopause mengenai tubuh dan struktur mereka, fungsi, kemampuan, dan keterbatasan mereka. Konsep diri dapat berubah dalam beberapa jam, hari, minggu, atau bulan, bergantung pada stimuli eksternal pada tubuh dan perubahan aktual dalam penampilan, struktur atau fungsi. Cara orang lain melihat tubuh kita juga mempunyai pengaruh (Potter & Perry, 2005).

Kecemasan yang muncul pada wanita menjelang menopause sesering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi suatu situasi yang

sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan. Padahal masa menopause merupakan masa yang alamiah dalam proses penuaan. Masa yang penting dalam kehidupan wanita, perubahan fungsi tubuh dapat mempengaruhi berbagai macam kehidupannya baik dalam kehidupan sosial, perasaan tentang dirinya, dan fungsi di dalam pekerjaan (Pieter, 2010).

Beberapa keluhan fisik yang merupakan tanda dan gejala dari menopause adalah menstruasi menjadi tidak teratur, hot flushes, insomnia, palpitasi dan rasa lemah, gangguan seksual. Gejala-gejala saluran kemih seperti nyeri saat berkemih, infeksi saluran kemih dan inkontinensia (Glasier & Gebbie, 2005).

Berdasarkan ciri-ciri fisik dan psikologis dari sindrom menopause adalah Menstruasi berhenti, Sistem reproduksi menurun dan berhenti, Penampilan kewanitaan menurun, Ketidaknyamanan fisik, Berat badan bertambah, Penonjolan, Perubahan kepribadian (Jahja, 2011)

Hasil data awal pada wawancara yang dilakukan didesa Motoling dua sebanyak 5 responden yang didapat yakni responden memiliki riwayat menopause dengan karakteristik yang berhubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause dengan keluhan saat wawancara karena kurang pengetahuan tentang menopause sehingga muncul kecemasan pada dirinya sendiri tentang perubahan yang terjadi saat menjelang menopause dan sering muncul rasa malu karna tidak bisa menahan kencing saat bercengkrama dengan tetangga, mudah tersinggung dan susah tidur dimalam hari, Hal tersebut yang timbul pada wanita menopause di Desa Motoling II.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik pada permasalahan menopause ini. Untuk itu, penulis ingin melakukan penelitian terkait dengan Hubungan antara konsep diri (*Body Image*) dengan tingkat kecemasan pada

wanita menopause di Desa Motoling II Kecamatan Motoling.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi konsep diri wanita masa menopause, mengidentifikasi tingkat kecemasan wanita masa menopause, dan mengidentifikasi hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecemasan ibu masa menopause. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah bersifat deskriptif korelasi, yaitu desain penelitian atau penelaahan hubungan antara dua variabel atau lebih pada situasi atau kelompok sampel (Notoatmodjo, 2010).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua wanita yang berusia 45-50 tahun yang telah memasuki masa menopause di Desa Motoling II sejumlah 30 responden. Hasil Sampel pada wanita menopause sebanyak 30 orang wanita masa menopause di Desa Motoling II Kecamatan Motoling. Instrument yang digunakan penelitian untuk mendapatkan informasi tentang variable *independent* dan *dependent* yaitu untuk data Konsep diri dan tingkat kecemasan yaitu dengan menggunakan kuesioner disusun peneliti berdasarkan tinjauan pustaka sedangkan kuesioner tingkat kecemasan disusun dengan berpedoman pada *Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)* yang bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat kecemasan ibu masa menopause.

Data yang telah dikumpulkan selanjutnya dilakukan pengolahan melalui tahap editing, coding, scoring dan tabulating. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisa bivariat menggunakan Uji *chi-square* namun karena hasil melebihi *cell* maka ditambahkan hasil alternative yaitu uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan proses perhitungan menggunakan aplikasi komputer program.

HASIL dan PEMBAHASAN

Data umum hasil penelitian yaitu terdiri dari karakteristik responden berdasarkan umur dan pendidikan.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Usia

Umur	n	%
> 45 tahun	27	90,0
≤ 45 tahun	3	10,0
Total	30	100

Sumber : Data Primer 2017

Tabel 1. diatas yang menjelaskan distribusi data umur dari responden dan yang paling banyak adalah rentang usia > 45 tahun yaitu sebanyak 27 responden atau 90,0%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pendidikan

Pendidikan	n	%
SD	3	10,0
SMP	7	23,3
SMA	13	43,3
PT	5	16,7
TS	2	6,7
Total	30	100

Sumber : Data Primer 2017

Tabel 2. diatas menjelaskan bahwa dengan kategori tingkat pendidikan sebagian besar berlatar belakang Sekolah Menengah Atas (SMA) yakni sebanyak 13 orang atau 43,3% dan terendah pada Tidak Sekolah (TS) 2 orang atau 6,7%. Data Analisis Univariat selanjutnya yaitu Konsep diri dan tingkat kecemasan.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Konsep Diri

Konsep Diri	n	%
Konsep Diri Baik	18	60,0
Kurang Baik	12	40,0
Total	30	100,0

Sumber : Data Primer 2017

Tabel 3. diatas menjelaskan bahwa Konsep Diri penduduk di Desa motoling Dua baik yaitu sebanyak 18 responden atau 60,0.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Kecemasan

Tingkat Kecemasan	n	%
Tidak ada Kecemasan	8	26,6
Kecemasan Ringan	10	33,3
Kecemasan Sedang	7	3,3
Kecemasan Berat	5	16,7
Total	30	100,0

Sumber : Data Primer 2017

Tabel 4. diatas menjelaskan bahwa Tingkat Kecemasan penduduk di Desa Motoling Dua mengalami kecemasan ringan sebanyak 10 orang atau 33,3%

Tabel 5. Hubungan Konsep Diri dengan Tingkat Kecemasan pada Wanita Menopause

Konsep Diri	Tingkat Kecemasan								P- Value	
	Tidak Ada Kecemasan		Ringan		Sedang		Berat			Total
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Baik	7	38,9	8	44,4	2	11,1	1	5,6	60,0	0,015
Kurang Baik	1	3,2	2	16,7	5	41,7	4	33,3	40,0	
Total	8	26,7	10	73,3	7	16,7	5	16,7	100,0	

Sumber : Data Primer 2017

Tabel 5. diatas dengan hasil analisis Hubungan Konsep diri dengan Tingkat Kecemasan pada masa menopause di Desa Motoling II Kecamatan Motoling, dengan menggunakan uji *chi-square* diperoleh *P-Value* 0,015. Hal ini berarti nilai p lebih kecil dari α (0,05) maka dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa Terdapat Hubungan Konsep diri dengan Tingkat Kecemasan pada masa menopause di Desa Motoling II Kecamatan Motoling.

Hubungan antara Konsep diri dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause di desa Motoling II

Hasil uji statistik *chi-square* yang didapat pada wanita menopause dapat disimpulkan yakni Konsep diri baik namun tidak memiliki kecemasan 7 responden (36,9%) hal ini dikarenakan karena wanita menopause tersebut masih merasa percaya diri dengan bentuk tubuhnya sehingga tidak merasa cemas dengan apa yang dialaminya saat menjelang masa menopause, hal ini juga diperkuat pada penelitian di desa Tlogo Suryo Kelurahan Tlogomas Malang Tahun 2012 tidak memiliki kecemasan yakni 10 responden (33,3%) Banyak faktor yang mempengaruhi gambaran diri seseorang, seperti munculnya stresor yang dapat mengganggu integrasi gambaran diri. Stresor-stresor tersebut seperti operasi, kegagalan fungsi tubuh, wahana yang berkaitan dengan bentuk dan fungsi tubuh, tergantung pada mesin, perubahan tubuh, umpan balik interpersonal yang negatif dan standard sosial budaya (Suliswati,2012).

Berdasarkan hasil yang didapat pada konsep diri kurang baik tidak memiliki kecemasan ada 1 responden (8,3%) dan konsep diri baik dengan tingkat kecemasan ringan yang lebih banyak yakni 8 responden (44,4%) dalam wawancara didapatkan bahwa wanita yang menjelang masa menopause tersebut memiliki konsep diri masih menerima kekurangan yang terjadi pada bentuk tubuhnya dan tetap berusaha membina hubungan dengan kerabat dan keluarga, namun firasat cemas serta takut akan pikiran sendiri dan ada keluarga dari responden mengatakan bahwa sering tersinggung dengan hal-hal kecil. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan di desa Tlogo Suryo Kelurahan Tlogomas Malang bahwa tingkat kecemasan ringan lebih banyak pada tahun 2012. Potter & Perry (2005) Banyak faktor yang mempengaruhi konsep diri seseorang seperti munculnya stressor ,

stressor tersebut dapat berupa perubahan tubuh, umpan balik intra personal yang negatif dan standar sosial budaya. Konsep diri kurang baik dan kecemasan ringan ada 2 responden (16,7%) hasil wawancara yang didapat yakni merasa bahwa tubuhnya sudah tidak menarik lagi serta muka mulai kendor, seringkali menjadi pelupa atau menurunnya daya ingat.

Penelitian yang dilakukan pada desa Motoling II yang terdapat konsep diri baik dengan kecemasan yang sedang yakni 2 responden (11,1%) dalam wawancara dilakukan pada responden yakni keduanya menjawab bahwa berubah pada dirinya atau bentuk tubuh tidak mengurangi rasa percaya dirinya dalam beraktivitas, konsep diri kurang baik pada kecemasan sedang 5 responden (41,7%) saat diwawancara yaitu responden menjawab kalau sering tidak merasa gesit dalam melakukan sesuatu dan mudah terkecing saat ingin tertawa atau terlalu cepat melakukan sesuatu muka merasa merah namun bibir terasa kering dan pucat.

Bentuk yang sangat disayangkan yang jarang didengar oleh orang, didapatkan hasil didesa Motoling II bahwa dalam wawancara yang didapat pada konsep diri baik dengan tingkat kecemasan berat yakni 4 responden (33,3%) dan konsep diri kurang baik dengan tingkat kecemasan berat 1 responden (5,6%) yakni ada responden yang menjawab bahwa mereka kurang percaya diri dan merasa tidak dibutuhkan lagi saat terjadi pertengkaran dengan keluarga (Suami) karena sudah tidak bisa lagi memiliki keturunan sehingga kecemasan dan kegelisaan muncul pada dirinya hasil penelitian yang dilakukan didesa Tlogo Suryo Kelurahan Tlogomas Malang bahwa tingkat kecemasan juga terjadi atau dialami saat masa menopause. Perilaku individu akan sesuai dengan cara individu memandang dirinya sendiri. Apabila individu memandang dirinya sebagai orang yang tidak mempunyai cukup kemampuan untuk melakukan suatu

tugas tertentu, maka seluruh perilakunya akan menunjukkan ketidakmampuannya tersebut. Cemas mengandung arti pengalaman psikis yang biasa dan wajar, yang pernah dialami setiap orang dalam rangka memacu individu untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapi sebaik – baiknya (Hawari, 2006).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Konsep diri pada wanita menopause lebih banyak pada konsep diri baik.
2. Tingkat kecemasan pada wanita menopause lebih banyak pada kecemasan ringan.
3. Ada hubungan konsep diri dengan tingkat kecemasan pada ibu masa menopause di Desa Motoling Dua.

DAFTAR PUSTAKA

- Glasier A dan Gebbie, A. 2006. Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi (Edisi 4) Cet. Pertama. Jakarta: EGC.
- Hawari Dadang. 2006. Manajemen Stres, Cemas dan Depresi. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Jahja, Y. 2011. Psikologi Perkembangan. Jakarta: Kencana
- Northrupz, C. 2006. Bijak disaat menopause-Menciptakan Kesehatan Fisik dan Emosional Saat Menghadapi Perubahan. Bandung: Q-Press
- Notoadmodjo Soekidjo. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Pieter H. Z, & Lumongga N. 2010. Pengantar Psikologi untuk Kebidanan. Jakarta: Kencana
- Potter & Perry. (2005). Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Suliswati dkk. 2012. Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa. Jakarta: EGC.

Sastrawinata S.2008. Wanita dalam Berbagai Masa Kehidupan. dalam: Wiknjosastro H, ed. Ilmu Kandungan Edisi 2. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo