

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN WANITA
PADA MASA PREMENOPAUSE DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SUKAWATI I
TAHUN 2023



Oleh :

NI KADEK RATNA
NIM.P07120120013

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIPLOMA III
DENPASAR
2023

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN WANITA
PADA MASA PREMENOPAUSE DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SUKAWATI I
TAHUN 2023

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ahli
Madya Keperawatan Pada Program Studi D III Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar

Oleh :

NI KADEK RATNA
NIM. P07120120013

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIPLOMA III
DENPASAR
2023

LEMBAR PERSETUJUAN
GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN WANITA
PADA MASA PREMENOPAUSE DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SUKAWATI
TAHUN 2023

Oleh :

NI KADEK RATNA
NIM. P07120120013

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.Biomed
NIP. 196211081982122001

Pembimbing Pendamping



Dra. I.D.A. Ketut Surinati, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 196412311985032010

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Ners. I Made Sukarja, S.Kep.M.Kep
NIP. 196812311992031020

**KARYA TULIS ILMIAH DENGAN JUDUL :
GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN WANITA
PADA MASA PREMENOPAUSE DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SUKAWATI I
TAHUN 2023**

Oleh :

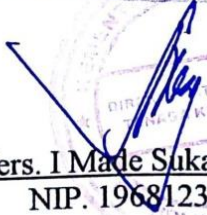
NI KADEK RATNA
NIM. P07120120013

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : JUMAT
TANGGAL : 19 MEI 2023**

TIM PENGUJI :

1. Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp.Mat. (Ketua) (...)
NIP. 197202191994012001
2. Dr. Drs. IDM Ruspawan, S.Kp., M.Biomed (Anggota) (...)
NIP. 196005151982121001
3. Dr. Nyoman Ribek, S.Pd., S.Kep., Ners., M.Pd (Anggota) (...)
NIP. 196106061988031002

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR


Ners. I Made Sukarja, S.Kep.M.Kep
NIP. 196812311992031020

**DESCRIPTION OF WOMEN'S ANXIETY LEVELS IN THE
PREMENOPAUSE PERIOD IN THE WORKING AREA
OF PUSKESMAS SUKAWATI I IN 2023**

ABSTRACT

Anxiety is a judgment and emotional response to something dangerous. Anxiety is closely related to feelings of uncertainty and helplessness. In the premenopausal phase, women have various complaints, both due to physiological and psychological changes that cause women to worry about menopause. The purpose of this study was to describe the level of anxiety of women during premenopause in the working area of Puskesmas Sukawati I. This research used a descriptive type of research. The sampling technique used in this study was total sampling by taking the entire sample in Guwang Village. The research was conducted in March with a sample of 62 respondents. The results showed that of the 62 respondents, most of the respondents were in the category of mild anxiety, namely as many as 24 people (38.7%), moderate anxiety as many as 17 people (27.4%) with severe anxiety as many as 3 people (4.8%), no anxious as many as 18 people (29.0%), and none of the respondents experienced panic. Based on this, most premenopausal women experience mild, moderate to severe anxiety and also those who do not experience anxiety. For this reason, it is expected that premenopausal women can manage their anxiety because menopause is one of the phases that a woman must go through in woman life.

Keywords : *anxiety level, premenopausal*

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN WANITA
PADA MASA PREMENOPAUSE DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SUKAWATI I
TAHUN 2023**

ABSTRAK

Kecemasan merupakan penilaian dan respon emosional terhadap sesuatu yang berbahaya. Kecemasan sangat berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Pada fase premenopause wanita mempunyai berbagai keluhan, baik karena perubahan fisiologis maupun psikologis sehingga menyebabkan wanita khawatir dalam menghadapi menopause. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan wanita pada masa premenopause di Wilayah Kerja Puskesmas Sukawati I. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu total sampling dengan mengambil keseluruhan sampel yang ada di Desa Guwang. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret dengan sampel 62 responden. Hasil penelitian menunjukkan dari 62 responden, sebagian besar responden berada pada kategori cemas ringan yaitu sebanyak 24 orang (38,7%), cemas sedang sebanyak 17 orang (27,4%) cemas berat sebanyak 3 orang (4,8%), tidak cemas sebanyak 18 orang (29,0%), serta tidak ada responden yang mengalami panik. Berdasarkan hal ini sebagian besar wanita premenopause mengalami kecemasan ringan, sedang hingga berat dan ada juga yang tidak mengalami kecemasan. Untuk itu diharapkan kepada wanita premenopause dapat mengelola kecemasannya dikarenakan masa menopause merupakan salah satu fase yang harus dijalani seorang wanita dalam kehidupannya.

Kata kunci : tingkat kecemasan, premenopause

RINGKASAN PENELITIAN

GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN WANITA PADA MASA PREMENOPAUSE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKAWATI I TAHUN 2023

Oleh : Ni Kadek Ratna (NIM. P07120120013)

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh premenopause merupakan suatu fase transisi yang dialami para wanita dalam menuju masa menopause, fase ini adalah suatu kondisi fisiologis pada wanita yang telah memasuki proses penuaan (aging) yang ditandai dengan menurunnya kadar hormon estrogen dari ovarium. Pada proses ini banyak terjadi perubahan fisiologis maupun psikologis. Seringkali wanita yang berada pada fase premenopause, menghadapi perubahan yang terjadi dengan perasaan cemas, mudah tersinggung dan khawatir karena menopause identik dengan ketuaan. Kecemasan merupakan suatu perasaan yang berlebihan terhadap kondisi ketakutan, kegelisahan, bencana yang akan datang, kekhawatiran atau ketakutan terhadap ancaman nyata atau yang dirasakan.

Wanita dalam fase premenopause mempunyai berbagai keluhan, baik karena perubahan fisiologis maupun psikologis sehingga menyebabkan wanita khawatir dalam menghadapi menopause. Kecemasan ini seringkali disebabkan oleh rasa khawatir terhadap situasi yang tidak pernah mereka khawatirkan sebelumnya. Salah satu faktor yang menyebabkan kecemasan pada wanita menopause adalah ketidaktahuan wanita akan tanda/gejala menopause meskipun sudah mencapai tahap ini. Masalah kecemasan pada fase pramenopause ini, akan semakin diperberat dan semakin dirasakan saat wanita tersebut dalam keadaan yang tidak tenang dan merasakan adanya beban dan tanggung jawab yang lebih tinggi. Kecemasan yang dialami wanita premenopause akan mempengaruhi keadaan fisik ibu yang sedang mengalami perubahan akibat masa premenopausenya, karena seseorang yang dalam keadaan cemas akan merasakan gejala-gejala seperti sakit kepala, sesak nafas, sakit perut, mual, bahkan hingga muntah.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan wanita pada masa premenopause di wilayah kerja Puskesmas Sukawati I Tahun

2023. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan metode pendekatan cross sectional. Penelitian dilakukan pada bulan Maret 2023. Sampel dalam penelitian wanita premenopause yang berada di Desa Guwang berjumlah 62 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* dengan metode *total sampling*. Data diperoleh dari pengisian kuesioner yang diberikan kepada responden melalui metode penelitian *door to door*.

Hasil penelitian tingkat kecemasan wanita pada masa premenopause di wilayah kerja puskesmas sukawati I diperoleh sebagian besar responden mengalami cemas ringan yaitu sebanyak 24 orang (38,7%), cemas sedang sebanyak 17 orang (27,4%) cemas berat sebanyak 3 orang (4,8%), tidak cemas sebanyak 18 orang (29,0%), serta tidak ada responden yang mengalami panik.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas berkat asung kerta wara nugraha-Nya, penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Gambaran Tingkat Kecemasan Wanita Pada Masa Premenopause di Wilayah Kerja Puskesmas Sukawati I Tahun 2023” tepat pada waktunya dan sesuai dengan harapan.

Penulisan karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan bukanlah semata-mata atas usaha sendiri melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.Kep.,S.Kp.,Ns.,S.Tr.Keb,M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh Program pendidikan DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Bapak Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
3. Bapak I Nengah Sumirta, SST, M.Kes, selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatam Poltekkes Kemenkes Denpasaryang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
4. Ibu Ni Nyoman Hartati, S.Kep., Ns., M.Biomed, selaku pembimbing utama yang selalu menyempatkan banyak waktu untuk memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

5. Ibu Dra. I.D.A. Ketut Surinati, S.Kep., Ns., M.Kes, selaku pembimbing pendamping yang selalu menyempatkan banyak waktu untuk memberikan masukan pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
6. Ibu dan Bapak Dosen Penguji yang sudah bersedia menjadi penguji dalam karya tulis ilmiah ini, serta memberikan masukan dan saran demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.
7. Seluruh dosen yang telah terlibat dalam pengajaran pengantar riset keperawatan yang telah memberikan ilmunya kepada kami, sehingga penulis dapat menyusun karya tulis ilmiah ini dengan baik.
8. Bapak Drs. Anak Agung Alit selaku Kepala Desa Guwang yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
9. Kedua orang tua, kerabat dan teman-teman penulis yang telah memberikan masukan dan dorongan moral maupun material.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan karya tulis ilmiah ini. Akhir kata, semoga karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi kita semua.

Denpasar, 13 Maret 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
ABSTRAK	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan Umum.....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis.....	7
BAB II.....	8
TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Menopause	8
1. Definisi Menopause.....	8
2. Penyebab Menopause	9
3. Fase-fase Menopause	9
B. Konsep Premenopause	11
1. Definisi Premenopause.....	11
2. Keluhan Fisik Pada Masa Premenopause.....	11

3. Keluhan Psikologi Pada Masa Premenopause.....	13
4. Faktor yang Berpengaruh Terhadap Keluhan Premenopause	15
C. Konsep Kecemasan	16
1. Definisi Kecemasan.....	16
2. Tingkat Kecemasan	17
3. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan.....	19
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Wanita Premenopause	21
5. Dampak Kecemasan	22
6. Pengukuran Tingkat Kecemasan	23
7. Cara Penilaian Pengukuran.....	24
BAB III	25
KERANGKA KONSEP.....	25
A. Kerangka Konsep	25
B. Definisi Operasional Variabel.....	26
1. Variabel Penelitian	26
2. Definisi Operasional.....	26
BAB IV	28
METODE PENELITIAN.....	28
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian	28
C. Populasi dan Sampel	28
1. Populasi	28
2. Sampel	29
3. Jumlah dan Besaran Sampel.....	30
4. Teknik Sampling	30
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	31
1. Jenis data	31
2. Metode Pengumpulan Data	31
3. Instrumen Pengumpulan Data	34
E. Metode Analisis Data.....	36
1. Teknik Pengolahan Data	36

2. Teknik Analisis Data	38
F. Etika Penelitian	38
BAB V.....	40
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Hasil Penelitian	40
1. Kondisi Lokasi Penelitian	40
2. Karakteristik Responden Penelitian	41
3. Hasil Pengamatan Terhadap Subjek Penelitian.....	44
B. Pembahasan.....	44
1. Karakteristik Responden	44
2. Gambaran Tingkat Kecemasan Wanita Pada Masa Premenopause	50
C. Keterbatasan Penelitian.....	52
BAB VI	53
SIMPULAN DAN SARAN	53
A. Simpulan	53
B. Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional Variabel Gambaran Tingkat Kecemasan Wanita Pada Masa Premenopause di Wilayah Kerja Puskesmas Sukawati I.....	27
Tabel 2	Distribusi Frekuensi Karakteristi Responden Berdasarkan Usia.....	41
Tabel 3	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.....	42
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	43
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pedapatan Keluarga.....	43
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Wanita Pada Masa Premenopause di Wilayah Kerja Puskesmas Sukawati I.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Gambar 1 Kerangka Konsep Gambaran Tingkat Kecemasan Wanita Pada Masa Premenopause di Wilayah Kerja Puskesmas Sukawati I.....	25
----------	--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian	60
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian.....	61
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	62
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Responden	63
Lampiran 5 Informed Consent	64
Lampiran 6 Kisi-kisi Kuesioner	66
Lampiran 7 Kuesioner Tingkat Kecemasan Wanita Pada Masa Premenopause...	67
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner	70
Lampiran 9 Master Tabel	71
Lampiran 10 Hasil Analisa Data	76
Lampiran 11 Surat Persetujuan Etik	79
Lampiran 12 Surat Ijin Studi Pendahuluan	80
Lampiran 13 Surat Ijin Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner	81
Lampiran 14 Surat Mohon Ijin Penelitian.....	82
Lampiran 15 Surat Mohon Ijin Penelitian.....	83
Lampiran 16 Surat Keterangan Penelitian	84
Lampiran 17 Surat Ijin Penelitian	85
Lampiran 18 Surat Ijin Penelitian	86
Lampiran 19 Bukti Penyelesaian Administrasi.....	87
Lampiran 20 Validasi Bimbingan Dosen	88
Lampiran 21 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository	89
Lampiran 22 Hasil Uji Turnitin	90