

ABSTRAK

Kecemasan Wanita Dalam Menghadapi Menopause Di RW 05 Kelurahan Pacar
Kembang Wilayah Kerja Puskesmas Pacar Keling Surabaya

Oleh : Titania Maya Sari

Menopause terjadi secara alamiah dan pasti dialami oleh semua wanita. Menopause terjadi seiring dengan meningkatnya usia wanita. Pada masa ini timbul perubahan fisik maupun psikologis akibat perubahan hormonal. Perubahan psikologis yang dialami meliputi mudah tersinggung, mudah marah, gelisah dan yang paling sering terjadi adalah kecemasan. Kecemasan timbul karena tidak bisa menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi seperti menstruasi yang tidak teratur, perubahan nafsu seksual dan mood yang sering berubah. Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif dengan studi kasus, untuk mengetahui kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Instrumen pengumpulan data yaitu kuesioner Zung Self rating Anxiety Scale. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 65 wanita. Penelitian selanjutnya di analisis dengan menggunakan deskriptif kualitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan dari 65 wanita menopause, sebagian besar (60%) mengalami tingkat kecemasan ringan dan sebagian kecil (3,1%) mengalami tingkat kecemasan berat. Diharapkan kepada wanita menopause lebih aktif dalam mencari informasi agar menambah pengetahuan khususnya tentang menopause sehingga mampu membentuk kesiapan sikap dan perilaku untuk mengendalikan kecemasan yang dirasakan.

Kata Kunci: Wanita, Menopause, Kecemasan

ABSTRACT

Women Anxiety In Facing The Menopause In The RW 05 Kelurahan Pacar
Kembang Health Center Pacar Keling Working Area Surabaya

By: Titania Maya Sari

Menopause occurs naturally and indefinitely experienced by all women. Occurs along with the displacement the age of women. At this time physical and psychological changes arise due to hormonal changes. The most easily occurring psychological changes, irritability, anxiety and the most common are challenges. Anxiety arises from not being able to adjust changes that occur such as irregular periods, changes in sexual appetite and mood changes that often change. This research is a kind of descriptive research with case studies, to study women's thoughts to deal with menopause. The instrument for data collection is the Zung Self Rating Anxiety Scale questionnaire. This study used a purposive sampling technique with a sample of 65 women. Subsequent research was analyzed using qualitative descriptive. The results of this study showed that of the 65 postmenopausal women, the majority (60%) had mild difficulties and most (3.1%) had increased difficulty levels. It is expected that menopause women will be more active in seeking information to increase knowledge about menopause so that they are able to make preparedness and preparedness to control what is understood.

Keywords : Women, Menopause, Anxiety