

PENGARUH PEMBERIAN PAKET EDUKASI TENTANG MENOPAUSE  
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA WANITA PREMENOPAUSE  
DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI DUSUN MURANGAN VIII  
TRIHARJO KABUPATEN SLEMAN YOGYAKARTA

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun untuk memenuhi sebagai syarat untuk mendapat Gelar Sarjana  
Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu  
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun Oleh:

MARYUDELA AFRIDA

20080320155

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2012

**LEMBAR PENGESAHAN**

**Karya Tulis Ilmiah**

**PENGARUH PEMBERIAN PAKET EDUKASI TENTANG MENOPAUSE  
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA WANITA  
PREMENOPAUSE DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI DUSUN  
MURANGAN VIII TRIHARJO KABUPATEN SLEMAN YOGYAKARTA**

**Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal:**

**12 Juli 2012**

Oleh:

**MARYUDELA AFRIDA**

**20080320155**

**Penguji**

Sri Sumaryani, Ns., M.Kep., Sp.Mat

(.....)

Shinta Krisnamurti, S.Kep, Ns

(.....)

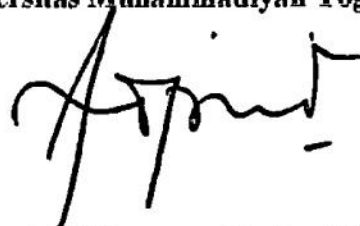
dr. Alfaina Wahyuni, SpOG., M. Kes

(.....)

**Mengetahui**

**Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan**

**Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



**(dr. Ardi Pramono, Sp.An., M. Kes)**

## HALAMAN PERSEMBAHAN

- ❖ Allah SWT. Hanya karena kekuasaan-Mu dan ridho-Mu semua yang terjadi dalam hidupku mampu kujalani...
- ❖ Ayahanda *Maryulis Zain* dan ibunda *Nurmiati*, ananda persembahkan karya tulis ilmiah ini sebagai tanda bakti dan cinta serta terima kasih ananda kepada ayahanda dan ibunda yang senantiasa memberi motivasi, ketulusan, perhatian, dan kasih sayang serta tiada henti-hentinya mencurahkan do'a demi cita-cita dan masa depan ananda sehingga ananda bisa setegar ini. Tak ada satu apapun di dunia ini yang mampu menandingi dan menggantikan kasih sayang dari kalian. Papa, mama.... atas ridho Allah, suatu saat nanti ananda pasti membahagiakan kalian.
- ❖ My younger sister Ria Anggara, aku bangga memiliki saudara sepertimu, aku bahagia menjalani persaudaraan yang indah bersamamu. Ayo berjuang demi kebahagiaan orang tua kita...
- ❖ My man Khairi Andiko... terima kasih atas dukungan, support, doa, kasih sayang, serta kesabaran dalam menghadapi segala keluh kesahku. Berjuang bersamamu untuk menaklukkan gunung tinggi dan jurang terjal membuatku tegar. Semoga segalanya bisa kita jalani sesuai impian kita dan selalu menunggu hari itu datang. Amin...
- ❖ My best friend.. Desy Wulandari, Mike Rositarini, Vivianda Devisa, Elfeny Septriya, dan Kiki Rizki Mulyani. Terimakasih atas segala motivasi dan kasih sayangnya. Mari kita lanjutkan perjuangan kita kawan...

## MOTTO

‘Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka sesungguhnya aku dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdo’a kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi-Ku, dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu dalam kebenaran’

(QS. Al-Baqarah, Ayat 186)

“Kebaikan apa saja yang kamu peroleh, ini adalah dari Allah dan keburukan apa saja yang menimpa kamu, ini adalah dari kamu sendiri. Dan kami mengutusmu (Muhammad) sebagai Utusan kepada manusia dan Allah cukup sebagai saksi”.

(QS. An Nisa:79)

“Manusia hanya kan memperoleh apa yang telah ia usahakan dan kelak akan diperlihatkan (kepadanya) dan akan diberikan balasan kepadanya dengan balasan yang paling sempurna”.

(QS. An-Najm ; 39-41)

“Sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai dari suatu urusan, kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain. Dan hanya kepada Allah hendaknya kamu berharap”.

(QS. Asy-Syarah: 5-8)

Orang yang bijaksana adalah orang yang bisa menerima kegagalan dengan senyuman indah, kemudian mencari jalan keluar untuk memperbaiki keagalannya

(Shakespeare)

## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum wr. wb

Alhamdulillah segala puji bagi Allah yang telah memberikan kesehatan ilmu dan pengetahuan kepada peneliti sehingga proposal penelitian berjudul "Pengaruh Pemberian Paket Edukasi Tentang Menopause Terhadap Tingkat Kecemasan pada Wanita Premenopause dalam Menghadapi Menopause di Dusun Murangan VIII Triharjo Kabupaten Sleman Yogyakarta" ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini penulis tidak terlepas dari berbagai hambatan dan kesulitan. Namun, berkat dukungan dari berbagai pihak akhirnya karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan. Untuk itu penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan kepada :

- 1 Bapak Dr. Ardi Pramono. Sp. An., M.Kes selaku dekan fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan universitas muhammadiyah yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengadakan dan menyusun karya tulis ilmiah ini.
- 2 Ibu Sri Sumaryani, Ns. M. Kep., Sp. Mat, selaku ketua program studi ilmu keperawatan universitas muhammadiyah yogyakarta sekaligus pembimbing I yang selalu memberikan bimbingan dan semangat sehingga karya tulis ini bisa terselesaikan.
- 3 Ibu Shinta Krisnawati, S. Kep, Ns selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan kepada peneliti
- 4 Ayahanda, ibunda dan keluarga yang selalu memberikan dukungan, doa dan materi kepada penulis sehingga karya tulis ini dapat terselesaikan dengan memuaskan.
- 5 Khairi Andiko yang selalu memberikan dukungan, doa dan waktunya untuk membantu dan memberi saran kepada peneliti dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

6 Teman-teman PSIK 2008 yang selalu memberikan saran dan kritik dalam proposal penelitian ini. Khususnya Desy Wulandari, Mike Rositarini, Kiki Rizki Mulyani, Vivianda Devisa dan Elfeny Septriya yang selalu setia menemani dan memberikan masukan dalam proses penyusunan karya tulis ini

Penulis menyadari bahwa karya tulis ini masih banyak terdapat kesalahan dan kekurangan, sehingga kritik dan saran sangat diharapkan untuk kesempurnaan karya tulis ilmiah ini. Akhirnya penulis berharap karya tulis ini dapat bermanfaat dan menambah khasanah ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan.

Wassalamu'alaikum wr. Wb

Yogyakarta, 12 Juli 2012

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iii
MOTTO .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR TABEL .....	vi
DAFTAR SINGKATAN .....	vii
INTISARI .....	ix
ABSTRACT .....	x
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Manfaat Penelitian .....	9
E. Ruang Lingkup Penelitian .....	10
F. Penelitian Terkait.....	10
BAB II.....	17
TINJAUAN PUSTAKA .....	17
A. Menopause.....	17
1. Definisi Menopause .....	17
2. Fisiologi Menopause.....	19
3. Faktor Terjadi Menopause .....	20
4. Tanda dan Gejala Menopause.....	21

5. Periode-Periode Menopause.....	29
6. Jenis-Jenis Menopause.....	30
7. Faktor yang Mempengaruhi Menopause.....	31
8. Komplikasi Menopause.....	32
9. Penanganan Menopause.....	34
10. Terapi dan Perawatan Bagi Wanita Menopause.....	37
B. Kecemasan.....	43
1. Pengertian Kecemasan.....	43
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	44
3. Tingkatan Kecemasan.....	46
4. Tanda dan Gejala Kecemasan.....	47
C. Paket Edukasi.....	49
1. Pengertian Paket <i>Edukasi</i> .....	49
2. Tujuan Pemberian Paket <i>Edukasi</i> .....	49
3. Materi Paket <i>Edukasi</i> Pada Wanita <i>Premenopause</i> .....	50
4. Metode <i>Edukasi</i> yang Diberikan.....	50
D. Kerangka Konsep.....	52
E. Hipotesis.....	53
BAB III.....	54
METODOLOGI PENELITIAN.....	54
A. Desain Penelitian.....	54
B. Populasi dan Sampel.....	55
C. Lokasi dan Waktu penelitian.....	56
D. Variabel dan definisi Operasional.....	56
E. Hubungan Antar Variabel.....	59
F. Instrumen Penelitian.....	60
G. Cara Pengumpulan Data.....	60
H. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	62
I. Kesulitan penelitian.....	64
J. Pengolahan dan Metode Analisa Data.....	65



K. Etik Penelitian.....	67
BAB IV.....	70
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	70
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	70
B. Hasil Penelitian.....	71
C. Pembahasan.....	75
D. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian.....	82
BAB V.....	83
KESIMPULAN DAN SARAN.....	83
A. Kesimpulan.....	83
B. Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA.....	86
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Desain Penelitian .....	55
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden .....	72
Tabel 4.2 Frekuensi Tingkat Kecemasan Responden .....	73
Tabel 4.3 Distribusi Hasil Uji Wilcoxon .....	74
Tabel 4.4 Distribusi Hasil Uji <i>Mann Whitney</i> .....	75

## DAFTAR SINGKATAN

<b>ACTH</b>	Adrenocorticotrophic Hormone
<b>ACTH</b>	Adheno Corticotrophin Hormone
<b>BPS</b>	Badan Pusat Statistik
<b>Depkes</b>	Departemen Kesehatan
<b>DIY</b>	Daerah Istimewa Yogyakarta
<b>E1</b>	Estron
<b>E2</b>	Estradiol
<b>FSH</b>	Folicle Stimulating Hormone
<b>GABA</b>	Gama Amino Butyrate Acid
<b>GAD</b>	Generalized Anxiety Disorder
<b>HPA-Axis</b>	Hipotalamus-Pituitary-Adrenal
<b>ICPD</b>	International Conference on Population and Development
<b>LDL</b>	Low Density Lipoprotein
<b>LH</b>	Luteinizing Hormone
<b>PASUTRI</b>	Pasangan Suami Istri
<b>PTH</b>	Parathyroid hormone
<b>PTSD</b>	Post Traumatic Stress Disorder
<b>SADARI</b>	Pemeriksaan Payudara Sendiri
<b>T-MAS</b>	Taylor Manifest Anxiety Scale
<b>TSE</b>	Terapi Sulih Estrogen
<b>TSH</b>	Terapi Sulih Hormon
<b>UHH</b>	Umur Harapan Hidup