

**GAMBARAN KECEMASAN IBU USIA 45-55 TAHUN DALAM
MENGHADAPI PREMENOPAUSE DI RW 02 KELURAHAN SUKARASA
KECAMATAN SUKASARI KOTA BANDUNG**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari
Syarat untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
Program Studi D3 Keperawatan



Oleh

Yully Oktaviani

1001116

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2013

Gambaran Kecemasan Ibu Usia 45-55 tahun dalam Menghadapi Premenopause di RW 02 Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari Kota Bandung

Oleh
Yully Oktaviani

Sebuah karya tulis ilmiah yang diajukan untuk memenuhi salah satu
Syarat memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Fakultas Pendidikan
Olahraga dan Kesehatan

© Yully Oktaviani 2013
Universitas Pendidikan Indonesia
Juli 2013

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Karya Tulis Ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
Dengan dicetak ulang, difoto copy, atau cara lainnya tanpa ijin
dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN

YULLY OKTAVIANI

1001116

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN KECEMASAN IBU USIA 45-55 TAHUN DALAM
MENGHADAPI PREMENOPAUSE DI RW 02 KELURAHAN SUKARASA
KECAMATAN SUKASARI KOTA BANDUNG**

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH PEMBIMBING:

Pembimbing I



Lisna Annisa F.,S.Kep,Ners.,M.Kes

NIP. 1982022220121222

Pembimbing II



dr. Imas Damayanti M.Kes

NIP.198007212006042001

Mengetahui

**Ketua Program Studi D3 Keperawatan
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**

Universitas Pendidikan Indonesia



Iman Imanudin, S.Pd, M.Pd

NIP.19750810201121001



PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah yang berjudul “Gambaran Kecemasan Ibu Usia 45-55 tahun dalam Menghadapi Premenopause di Rw 02 Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari Kota Bandung” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri.

Tidak ada didalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dimasyarakat. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Mei 2013

Yang membuat pernyataan



Yully Oktaviani

NIM. 1001116



KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke Hadirat Allah SWT, atas limpahan rahmat dan karunia-Nyalah sehingga penulis dapat menyelesaikan karyatulis ilmiah dengan judul “Gambaran Kecemasan Ibu Usia 45-55 tahun dalam Menghadapi Premenopause di Rw 02 Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari Kota Bandung”. Sholawat serta salam semoga selalu tercurah kepada jungjungan alam Nabi Muhammad SAW, Keluarga, sahabat dan kepada semua umatnya yang selalu menjalankan ajarannya hingga akhir zaman.

Adapun tujuan dari penulisan karya tulis ilmiah ini adalah sebagai salah satu syarat dalam menempuh Ujian Ahli Madya Keperawatan Program Studi D3 Keperawatan Jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia. Semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu dan memberi motivasi dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.

Bandung, Juni 2013

Yully Oktaviani
NIM. 1001116



UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari masih begitu banyak kekurangan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini, namun atas bantuan, motivasi dan bimbingan dari banyak pihak akhirnya penulis berhasil menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan tepat waktu. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak dr.Yunyun Yudiana M.Pd selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Bapak Iman Imanudin, S.Pd, M.Pd selaku ketua Program Studi D3 Keperawatan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Ibu Lisna Annisa F,S.Kep.Ners.M.Kes dan Ibu dr. Imas Damayanti M.Kes, makasih bu, atas semua masukan dan saran yang tak pernah bosan ibu sampaikan dalam penyusunan KTI ini, makasih bu sudah selalu bisa memberikan bimbingan meskipun saya selalu datang kerumah ibu dan mungkin ibu bosan melihat saya bimbingan dan selalu ada yang keliru dan akhirnya hanya coretan tinta yang ibu berikan, makasih bu coretan tinta itu sangat memberikan motivasi untuk maju kedepan dan tetap berusaha, makasih bu sudah mengajarkan betapa berharganya suatu usaha itu.
4. Makasih kepada seluruh tim dosen program studi D3 Keperawatan yang telah membagi ilmu dan pengalamannya kepada penulis selama 3 tahun dan akhirnya mendapatkan gelar Amd.Kep.
5. Ibu Lilah selaku staf tata usaha yang selalu siap dalam pembuatan surat-surat meskipun lamaa ibuu makasihh sekali.
6. Pak Egi yang super cepat dalam membuat surat-surat, terimakasih pak selalu membantu penulis sampai akhir sidang yudisium.
7. Bapak Rw 02 Sukarasa yang senantiasa selalu memberikan izin meskipun surat izinnya nyusul , makasih sekali pak .

8. Ibu Dedeh kader Rw 02 yang super-duper heboh dan riweuh yang selalu membantu penulis meskipun panas-panas jalan kaki membagikan kuesioner, makasihh ibu cantik.
9. Mamah (Alis Marliati) makasih mah, atas semua nasihat yang tak pernah bosan mamah sampaikan. Teteuh belum bisa untuk menjadi anak yang mamah harapkan tapi teteuh akan terus berusaha menjadi anak yang tumbuh sesuai dengan harapan mamah. mungkin ini baru hal kecil yang bisa teteuh kasih ke mamah tapi harap mamah bisa bangga (walaupun baru D3) dengan hasil dari perjuangan teteuh selama ini, karena tanpa ridho mamah teteuh ga akan bisa menyelesaikan semuanya.
10. Papah (Suryana) makasih pah, atas segala perjuangan papah yang selalu berusaha memenuhi segala kebutuhan teteuh mulai dari ospek (MOKA) sampai akhir perjalanan wisuda. Inilah hasil dari perjuangan papah yang bisa memberikan sebuah gelar Amd.Kep yang sangat berarti bagi teteuh. Semoga kelak teteuh bisa melanjutkan kembali harapan papah pada teteuh agar teteuh bisa menjadi PNS dan bisa mendapatkan gelar S.Kep. Ners. Aminn
11. Tanteku komalaeni yang selalu setia memberikan nasihat dan arahan kepada penulis dalam pembuatan karya tulis ilmiah.
12. Kedua adikku Ucup (Yusuf Azis Yusrizal) dan ncih (Yusril Nur Falaq) yang selalu menghibur penulis dan memberikan motivasi dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini meskipun kadang menyebalkan tapi itulah kalian .
13. Putra (Rahadian Eka Cahya P) makasih atas support, doa, kesabaran, materi dan kasih sayangnyaa selama ini, sejak tahun 2010 kita berjuang bersama demi mendapatkan gelar Amd.Kep suka dan duka sering kita lalui. Saat aku merasa jatuh, kamu ga pernah bosan dan jenuh untuk bisa aku bangkit dan tersenyum. Makasih Putraa..
14. Rekan-rekan D3 Keperawatan 2010, makasih kalian dan selamat untuk kita , akhirnya benih-benih yang kita tanam selama 3 tahun lebih ini sudah kita tuai dengan hasil yang cukup memuaskan. Amd.Kep sudah kita dapatkan bersama namun perjuangan masing-masing diluar sana baru akan kita mulai , semoga ilmu yang kita tuai dapat kita amalkan dengan sempurna.

15. Untuk semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhir kata penulis berharap semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca umumnya.

Bandung, Juni 2013

Penulis

Yully Oktaviani

NIM. 1008952



Gambaran Kecemasan Ibu Usia 45-55 tahun dalam Menghadapi Premenopause
diRW 02 Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari Kota Bandung.

Oleh
Yully Oktaviani

ABSTRAK

Perubahan fisik maupun psikis pada wanita usia 45-55 tahun akan menimbulkan rasa cemas. Kecemasan yang dialami oleh wanita usia 45-55 tahun ini dilihat dari banyaknya mitos tentang menopause yang mengakibatkan terjadinya gangguan psikomatik pada kebanyakan wanita. Kecemasan dalam menghadapi premenopause adalah kekhawatiran tidak jelas yang dirasakan akibat dari perubahan fisik maupun psikis. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengidentifikasi gambaran kecemasan ibu usia 45-55 tahun dalam menghadapi premenopause di RW 02 kelurahan Sukarasa kecamatan Sukasari kota Bandung. Metode penelitian yang di gunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 38 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling accessibility*. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner *Z-SAS(Zung Self-Rating Anxiety Scale)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian kecil responden (13,2%) mengalami kecemasan normal, sebagian kecil pula responden (18,4%) mengalami kecemasan ringan hingga sedang, kemudian sebagian besar responden (68,4%) mengalami kecemasan berat dan tidak ada responden (0%) yang mengalami kecemasan sangat berat (panik). Adapun saran yang diberikan diantaranya Ibu-ibu tidak perlu terlalu cemas dikarenakan semua yang dirasakan merupakan suatu tanda dan gejala yang alamiah yang pasti akan terjadi pada semua wanita.

Kata Kunci : kecemasan , premenopause.



DAFTAR ISI

PERNYATAAN	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMAKASIH	iii
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Identifikasi dan Perumusan Masalah.	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Struktur Organisasi Karya Tulis Ilmiah.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN	8
A. Konsep Kecemasan	8
1. Pengertian Kecemasan.....	8
2. Sumber Kecemasan.....	9
3. Tipe Kecemasan	9
4. Tingkat Kecemasan.....	9
5. Reaksi Kecemasan	13
6. Respon Kecemasan.....	13
7. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecemasan	14
B. Konsep Premenopause	15
1. Pengertian Premenopause	15
2. Tanda dan Gejala	17

3. Faktor Resiko Premenopause.....	18
4. Pencegahan	20
5. Dampak dari Premenopause	21
C. Konsep Kecemasan dalam menghadapi Premenopause	21
1. Faktor-faktor kecemasan dalam menghadapi Premenopause	21
D. Kerangka Pemikiran.	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	24
A. Lokasi dan Subjek Penelitian.	24
1. Populasi	24
2. Sampel	24
B. Desain Penelitian	24
C. Metode Penelitian	26
D. Definisi Operasional	26
E. Instrumen Penelitian	27
F. Teknik Pengumpulan Data	28
G. Analisis Data	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	30
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	36
A. Kesimpulan	36
B. Saran	37
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN-LAMPIRAN	40
RIWAYAT HIDUP	57



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	26
Tabel 3.2 Hasil Ukur Instrumen <i>Zung Anxiety Self-Assessment Scale</i>	28
Tabel 3.3 Intepretasi data menurut aturan koentjaraningrat	29
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Ibu usia 45-55 tahun berdasarkan status menstruasi Rw 02 Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari Kota Bandung	30
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Ibu usia 45-55 tahun Berdasarkan usia Rw 02 Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari Kota Bandung	31
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Ibu usia 45-55 tahun Berdasarkan Pendidikan Rw 02 Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari Kota Bandung	31
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu usia 45-55 tahun Rw 02 Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari Kota Bandung	32



DAFTAR GAMBAR

Bagan 2.1 Kerangka Pemikiran.....	23
Bagan 3.1 Langkah-langkah Penelitian	25



DAFTAR LAMPIRAN

Lembar Bimbingan.....	41
Surat Izin Penelitian	46
Surat Balasan Izin Penelitian	47
Surat Izin Pengambilan data di BPS Prov Jawa Barat	48
Hasil pengolahan data	49
Lembar persetujuan menjadi responden	53
Lembar Kuesioner	54





DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto (2006) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Aprilia-Isyana, N (2007). "Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pada Wanita Premenopause". *The Indonesian Journal of Public Health*, Vol.4, No.1, 35-42
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat.2013
- Hidayat, A Aziz Alimul (2009) *Metode Penelitan Keperawatan dan Tekhnik analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Kartono, Kartini (2007)*Psikologi Wanita 2, mengenal ibu dan nenek*.Bandung : CV Manda maju.
- Komalasari, D. (2010). Hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada ibu hamil trimester III di puskesmas jatinangor kabupaten sumedang [Online]. Tersedia:<http://jurnal.unpad.ac.id/ejournal/article/download/727/773> [19 Juni 2013]
- Kusumawati, Farida dan Hartono, Yudi (2010) *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta : Salemba Medika
- Manuaba (2002)*Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta : EGC.
- Mahayuni-Dwi, A.A. (2007). "Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Seksual pada Wanita Premenopause Studi Kelurahan Renom Kecamatan Denpasar Selatan". *The Indonesian Journal of Public Health*, Vol.3, No.3, 87-93

Mustopo, Sardjio (2005) *Perawatan Kesehatan Menopause Alami*. Jakarta : Harapan Baru.

Notoatmodjo, Soekidjo (2003) *Ilmu Kesehatan Masyarakat Prinsip-prinsip Dasar*. Jakarta : Rineka Cipta

Pieter, Herri Zan (2010) *Pengantar Psikologi Dalam Keperawatan*. Jakarta : Renada Media Group.

Proveawati, Atikah (2010) *Menopause dan Sindrom Premenopause*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Sejati, W ,Handoyo dan Swasti-Girindra, K. (2008) “Faktor yang Mempengaruhi Sindrom Premenopause di desa Senom, Kecamatan Kemangkon, Kabupaten Purbalingga”. *The Soedirman Journal of Nursing*, Vol 3 No.1

Sobur, Alex (2009) *Psikologi Umum*. Bandung : CV Pustaka Setia.

Suliswati, dkk (2005) *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta : EGC