

**HUBUNGAN GAMBARAN DIRI DENGAN TINGKAT KECEMASAN
PADA IBU *PRE MENOPAUSE* DI DUSUN PANCURAN TERONG
DLINGO BANTUL YOGYAKARTA**

Agus Budi Suseno¹, Dewi Retno Pamungkas², Retno Mawarti³

INTISARI

Latar Belakang: *Pre menopause* merupakan masa dimana akan berhentinya menstruasi secara bertahap yang diakibatkan karena menurunnya hormon estrogen dan progesteron. Pada masa *pre menopause* terjadi perubahan fisik dan psikologis. Perubahan ini menimbulkan stress tersendiri bagi ibu *pre menopause*, jika tidak dapat beradaptasi dengan perubahan fisik dan psikologisnya, maka akan menyebabkan kecemasan.

Tujuan penelitian: untuk mengetahui adanya hubungan gambaran diri dengan tingkat kecemasan pada ibu *pre menopause* di Dusun Pancuran Perong Dlingo Bantul Yogyakarta.

Metode Penelitian: *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu-ibu usia 45-55 tahun yang bertempat tinggal di Dusun Pancuran Terong Dlingo Bantul Yogyakarta. Dalam penelitian ini jumlah populasi yaitu 38 orang. Teknik sample *total sampling* dengan subjek penelitian sejumlah 38 ibu *pre menopause*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner, analisa data univariat untuk melihat proporsi di sajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan analisa bivariat menggunakan *Kendall's Tau*.

Hasil: gambaran diri baik 17 orang (44,7%), gambaran diri cukup 16 orang (42,1%) dan gambaran diri kurang 5 orang (13,2%) sedangkan tingkat kecemasan ringan 12 orang (31,6%), tingkat kecemasan sedang 22 orang (57,9%) dan tingkat kecemasan berat 4 orang (10,5%). Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara gambaran diri dengan tingkat kecemasan pada ibu *pre menopause* ($r = -0,435$ dan $p = 0,004$). Ibu yang akan mengalami *menopause* harus bisa beradaptasi dengan perubahan fisik maupun psikologis yang terjadi pada masa *menopause*, karena *menopause* merupakan proses fisiologi dan dialami oleh semua wanita.

Kata kunci : Gambaran Diri, *Pre Menopause*, Tingkat Kecemasan

¹ Mahasiswa PSIK Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

³ Dosen Stikes A'isyiah Yogyakarta

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND ANXIETY

LEVELS OF *PRE MENOPAUSAL* WOMEN AT PANCURAN

VILLAGE TERONG DLINGO BANTUL YOGYAKARTA

Agus Budi Suseno¹, Dewi Retno Pamungkas², Retno Mawarti³

ABSTRACT

Background: *Pre menopause* is stopped menstruation period gradually caused by the decrease of estrogen and progesteron hormone. *Pre menopause* period causes physical and pshycological changes. These changes cause anxitey on women, if they can not adapt with the changes.

Objecctive: To investigate the relationship between body image and anxiety levels of *pre menopause* women at Pancuran Village Terong Tlingo Bantul Yogyakarta.

Methodologi: The design used was *survey analityc* with *cross sectional* approach. Population was all women aged 45-55 years old at Pancuran village Terong Dlingo Bantul Yogyakarta. 38 women research employed total sample. The isntrument was a questionnaire, univariate was used to analysis the proportion in distribution table, and statistical analysis test used *Kendall's Tau*.

Finding: The resulth showed that 17 women in *pre menopause* phase, experienced *good body image* 17 women (44,7%), 16 women (42,1%) had average *body image* and 5 women (13,2%) had low *body image*. 12 women (31,6%) experienced mild anxiety, 22 women (57,9%) with moderate anxiety and 4 women (10,5%) with severe anxiety. The statistical analysis obtained relationship between body image and anxiety levels of *pre menopause* women ($r = -0,435$ dan $p = 0,004$). Women in *menopause* phase must adapt with the physical or pshycological change during this period, because *menopause* is a physical process and experienced by all women.

Keyword : *Anxiety Levels, Body Image, Pre Menopause*

¹ Students of PSIK Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Lecturer of Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

³ Lecturer of Stikes A'isyiah Yogyakarta