



**HUBUNGAN PERUBAHAN FISIK DENGAN TINGKAT KECEMASAN
PADA WANITA USIA PERTENGAHAN DALAM MENGHADAPI FASE
PREMENOPAUSE DI KELURAHAN SAMBONG
KABUPATEN BATANG**

SKRIPSI

Oleh :

BRIGITTA PUSPITA WARDANI

NIM. 011191065

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2023



**HUBUNGAN PERUBAHAN FISIK DENGAN TINGKAT KECEMASAN
PADA WANITA USIA PERTENGAHAN DALAM MENGHADAPI FASE
PREMENOPAUSE DI KELURAHAN SAMBONG
KABUPATEN BATANG**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

BRIGITTA PUSPITA WARDANI

NIM. 011191065

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN TINGKAT KECEMASAN
WANITA PEKERJA PADA MASA PREMENOPAUSE
DI KABUPATEN BATANG**

Oleh :

BRIGITTA PUSPITA WARDANI

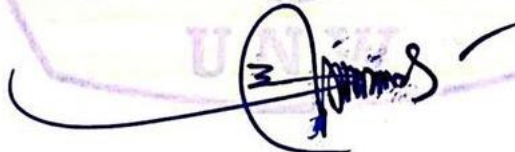
011191065

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui pembimbing serta telah diperkenakan untuk
diujikan.

Ungaran, 01 Maret 2023

Pembimbing Utama



Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes.

NIDN. 0614087402


HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Berjudul :
**HUBUNGAN PERUBAHAN FISIK DENGAN TINGKAT KECEMASAN
PADA WANITA USIA PERTENGAHAN DALAM MENGHADAPI FASE
PREMENOPAUSE DI KELURAHAN SAMBONG
KABUPATEN BATANG**

Oleh :
BRIGITTA PUSPITA WARDANI
NIM. 011191065


Telah dipertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi
Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :
Hari : Senin
Tanggal : 13 Maret 2023


Tim Penguji :
Ketua/Pembimbing Utama


Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0614087402


Anggota/Penguji I


Anggota/Penguji II


Eko Mardyaningsih, M.Kep.,
Ns.Sp.Kep.Mat
NIDN. 0607037703


Puji Lestari, S.Kep., Ns., M.Kes. (Epid)
NIDN. 0022038101

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan dan Dekan Fakultas Kesehatan


Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0614087402


Eko Susilo, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Brigitta Puspita Wardani

NIM : 011191065

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas
Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul **“Hubungan *body image* Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Pekerja pada Masa Premenopause di Kabupateng Batang”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam penelitian ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, Maret 2023

Yang membuat pernyataan,


Brigitta Puspita Wardani

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Brigitta Puspita Wardani

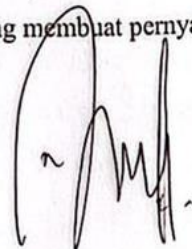
NIM : 011191065

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas
Ngudi Waluyo

Menyatakan memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul **“Hubungan *Body Image* Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Pekerja pada Masa Premenopause di Kabupateng Batang”** untuk kepentingan akademi.

Ungaran, Maret 2023

Yang membuat pernyataan



Brigitta Puspita Wardani

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi :

Nama : Brigitta Puspita Wardani
NIM : 011191065
Tempat/Tanggal Lahir : Batang, 20 Januari 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jl. Sunan Drajat, No.31, Rt01 Rw08, Wirosari 2,
Sambong, Batang

Riwayat Pendidikan :

Tahun Masuk-Tahun Lulus	Sekolah/PT
2005 – 2007	TK Kemala Bhayangkari
2007 – 2013	SDN Proyonanggan 11 Batang
2013 – 2016	SMPN 3 Batang
2016 – 2019	SMK Citra Medika Kota Magelang
2019 – Sekarang	Universitas Ngudi Waluyo

Data Orang Tua :

Nama Ayah : Cipto Hartono, SH, MM.
Nama Ibu : Getri Daswati, S.Pd.
Pekerjaan : PNS
Alamat : Jl. Sunan Drajat, No.31, Rt01 Rw08, Wirosari 2, Sambong, Batang

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan

Skripsi, Maret 2023
Brigitta Puspita Wardani
011191064

**HUBUNGAN PERUBAHAN FISIK DENGAN TINGKAT KECEMASAN
PADA WANITA USIA PERTENGAHAN DALAM MENGHADAPI FASE
PREMENOPAUSE DI KELURAHAN SAMBONG KABUPATEN BATANG**

ABSTRAK

Latar belakang : Timbulnya perubahan umumnya terjadi pada perempuan, terlihat dari adanya fase premenopause. Perubahan fisik meliputi siklus menstruasi tidak teratur, hot flashes, kekeringan vagina, perubahan kulit, berkeringat di malam hari, insomnia kerapuhan tulang, badan menjadi gemuk dan munculnya gejala penyakit. Sedangkan perubahan pada psikis ditandai dengan munculnya kecemasan, penurunan kemampuan mengingat, stress dan depresi. Tujuan dari penelitian ini adalah Mengetahui hubungan perubahan fisik dengan tingkat kecemasan pada wanita usia pertengahan dalam menghadapi fase premenopause di Kelurahan Sambong, Kabupaten Batang.

Metode : Metode penelitian ini adalah pendekatan yang bersifat analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional. Kriteria subjek dan sample dalam penelitian ini adalah wanita usia pertengahan antara 40-58 tahun berjumlah 60 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampel. Uji yang dipakai adalah rank spearman dengan software SPSS.

Hasil : hasil penelitian ini adalah bahwa wanita usia pertengahan dalam menghadapi fase premenopause yang mengalami perubahan fisik ringan dengan tingkat kecemasan normal sebanyak 30 wanita dengan presentase (49,9%), kemudian hasil perubahan fisik ringan dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 11 wanita dengan presentase (18,3%), perubahan fisik sedang dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 2 wanita dengan presentase (3,3%). Dari data tersebut didapatkan hasil p value = 0088, r = 0,222 yang menunjukkan korelasi positif, artinya termasuk dalam kategori kekuatan korelasi rendah. Sehingga hasil pada penelitian ini tidak ada hubungan bermakna antara perubahan fisik dengan tingkat kecemasan wanita usia pertengahan dalam menghadapi fase premenopause di Kelurahan Sambong, Kabupaten Batang.

Keimpulan : Untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan wanita usia pertengahan dalam menghadapi fase premenopause dengan metode yang lain guna mengatasi keterbatasan dalam penelitian ini. kata kunci : perubahan fisik, tingkat kecemasan, usia pertengahan, premenopause.

Kata kunci : perubahan fisik, tingkat kecemasan, usia pertengahan, premenopause

Ngudi Waluyo University
Bachelor of Nursing Study Program
Thesis, March 2023
Brigitta Puspita Wardani
011191065

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL CHANGES AND
ANXIETY LEVELS IN MIDDLE-AGED WOMEN FACING THE
PREMENOPAUSAL PHASE IN SAMBONG VILLAGE, BATANG
REGENCY**

ABSTRACT

Background : Changes generally occur in women, as seen in the premenopausal phase. Physical changes include irregular menstrual cycles, hot flashes, vaginal dryness, skin changes, night sweats, insomnia, bone fragility, weight gain, and the emergence of disease symptoms. Meanwhile, changes in the psyche are marked by the emergence of anxiety, decreased memory ability, stress, and depression. The aim of this study is to determine the relationship between physical changes and anxiety levels in middle-aged women facing the premenopausal phase in Sambong Village, Batang Regency.

Methods : This research method is an analytical correlational approach with a cross-sectional approach. The subject and sample criteria in this study were middle-aged women between 40-58 years old, totaling 60 people. The sampling technique used in this study was total sampling. The test used was the Spearman rank with SPSS software.

Results : The results of this study showed that middle-aged women facing the premenopausal phase who experienced mild physical changes with normal anxiety levels were 30 women with a percentage of (49.9%), followed by mild physical changes with moderate anxiety levels with 11 women with a percentage of (18.3%), moderate physical changes with moderate anxiety levels with 2 women with a percentage of (3.3%). From this data, it was found that the p-value was 0.088, $r = 0.222$, which indicates a positive correlation, meaning it falls into the low correlation strength category. Thus, the results of this study showed no significant relationship between physical changes and anxiety levels in middle-aged women facing the premenopausal phase in Sambong Village, Batang Regency.

Suggestion : For future research, it is expected to examine other factors that can influence the anxiety levels of middle-aged women facing the premenopausal phase using different methods to overcome the limitations of this study. Keywords: physical changes, anxiety levels, middle-aged, premenopause.

Keywords: physical changes, anxiety levels, middle-aged, premenopause.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas kehadiran Tuhan yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat, serta karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Perubahan Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita Usia Pertengahan Dalam Menghadapi Fase Premenopause di Kelurahan Sambong, Kabupaten Batang”** ini dapat terselesaikan dengan baik. Keberhasilan penulis dalam menyelesaikan ini tidak lepas dari arahan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis terimakasih kepada :

1. Prof.Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep, M.Kes, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo dan pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu serta kesabaran dan keikhlasan di sela-sela kesibukan beliau yang padat telah membimbing, memberikan arahan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
4. Seluruh Dosen, Staff, Karyawan dan Karyawati di Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
5. Kepada kedua orang tua saya yang sangat saya cintai papa Cipto Hartono, mama Getri Daswati, dan kakak-kakak saya Vivin, Bobby, Stevi, Lydia dan keponakan saya Gabriella yang telah memberikan dukungan, kasih sayang, semangat, motivasi dan tidak lupa selalu mendoakan keberhasilan saya agar dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Kepada sahabat-sahabat saya, khususnya sahabat terdekat saya Laeli Fitriyani dan pasangan saya Imam Arif Faizal serta teman-teman yang saya temui dari awal kuliah sampai sekarang yang selalu membantu, memberikan dukungan dan memotivasi saya.
7. Dan semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan dalam penyelesaiannya skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
8. *Last but not least, I wanna thank me I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doinng all this hard work. I wanna thank me for having no days off. I wanna thank me for never quitting, I wanna thank me for always being a giver and tryna give more than I receive. I wanna thank me for tryna do more right than wrong I wanna thank me for just being me at all times.*

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini belum sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri dengan segala kerendahan hati terhadap semua kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.

Ungaran, Maret 2023

Brigitta Puspita Wardani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
PERNYATAAN PUBLIKASI	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Landasan Teori	9
1. Konsep Premenopause	9
2. Kecemasan	13
3. Definisi Premenopause	24

4. Keluhan psikologis	30
5. Pembagian usia wanita	32
B. Kerangka Teori	35
C. Kerangka Konsep	36
D. Hipotesis	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Desain Penelitian	37
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	37
C. Subyek Penelitian	38
D. Definisi Operasional	42
E. Pengumpulan Data	40
F. Pengolahan Data	43
G. Analisa Data	46
H. Etika Penelitian	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
A. Hasil Penelitian	49
B. Pembahasan	52
C. Keterbatasan Penelitian	60
BAB V PENUTUP	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran	61

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Indikator Penilaian DASS 42	24
Tabel 3.1	Definisi Operasional	39
Tabel 3.2	Item Skala Pada Kuisisioner Kecemasan	41
Tabel 4.1	Karakteristik Responden	49
Tabel 4.2	Distribusi Perubahan Fisik pada Wanita Usia Pertengahan dalam Menghadapi Fase Premenopause di Kelurahan Sambong, Kabupaten Batang.	50
Tabel 4.3	Tingkat Kecemasan pada Wanita Usia Pertengahan dalam Menghadapi Fase Premenopause di Kelurahan Sambong, Kabupaten Batang	50
Tabel 4.4	Tabulasi Silang Hubungan Perubahan Fisik Dengan Tingkat Kecemasan pada Wanita Pekerja di Kelurahan Sambong, Kabupaten Batang.....	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	35
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	36

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Permohonan *Ethical Clearance*
- Lampiran 3 Surat *Ethical Clearance*
- Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian dan Mencari Data
- Lampiran 5 Hasil Cek Turnitin Plagiarisme
- Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Sebagai Responden
- Lampiran 8 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9 Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran10 Hasil Analisa Data dengan SPSS
- Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian