

**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 premenopasue 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.