

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Komunikasi Islam (S.Kom.I) dan diajukan pada jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab, Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah saya pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil plagiat atau mencontek karya tulis dari orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana yang saya terima ataupun sanksi lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 14 April 2016

MELA AFRIANINGSIH
NIM:123400156

ABSTRAK

Nama: MELA AFRIANINGSIH, NIM: 123400156, Judul Skripsi: Upaya Mengatasi Kecemasan Lansia Pada Masa Pra menopause (*Studi Kasus Di Puskesmas Kragilan Kabupaten.Serang*), Jurusan: Bimbingan Dan Konseling Islam, Fakultas: Ushuluddin, Dakwah Dan Adab IAIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Pra menopause merupakan suatu keadaan yang alamiah berlangsung secara psikologis dalam perjalanan hidup seorang perempuan yang ditandai dengan berhentinya menstruasi untuk selamanya. Pra menopause terjadi pada usia 45-55 tahun namun sebagian kecil masih mengalami haid hingga berumur 60 tahun. Perempuan yang mengalami masa pra menopause membutuhkan perhatian yang lebih, perempuan yang mengalami pra menopause akan mengalami gangguan fisik maupun psikologis yang akan mengganggu aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1) bagaimana kondisi lansia pada masa pra menopause di Puskesmas Kragilan?, 2) Bagaimana program layanan bimbingan dan konseling Puskesmas Kragilan dalam mengatasi kecemasan lansia pada masa pramenopause?, 3) Bagaimana bentuk upaya layanan bimbingan konseling Puskesmas dalam mengatasi kecemasan lansia pada masa pramenopause?.

Penelitian ini bertujuan untuk: 1. Mengetahui kondisi lansia pada masa pramenopause di Puskesmas Kragilan, 2. Mengetahui program layanan bimbingan dan konseling di Puskesmas Kragilan dalam mengatasi kecemasan lansia pada masa pramenopause, dan 3. Mengetahui upaya layanan bimbingan dan konseling Puskesmas Kragilan dalam mengatasi kecemasan lansia pada masa pramenopause. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kualitatif. Adapun teknik pengumpulan datanya dengan cara wawancara secara mendalam dengan informan yang terkait. Informan dalam penelitian ini adalah 10 orang lansia yang ada di Puskesmas Kragilan, dan petugas yang ada di Puskesmas.

Hasil yang peneliti dapatkan adalah bahwa lansia yang mengalami masa pra menopause akan menimbulkan rasa cemas, adanya perubahan pada siklus menstruasinya, sulitnya menahan amarah dan emosi, serta sulit untuk tidur secara nyaman, merasakan rasa panas pada badan dan wajah dan lain-lain. Untuk mengantisipasi lansia yang mengalami kecemasan pada masa pra menopause Puskesmas Kragilan mempunyai dua program unggulan yaitu posyandu lansia dan senam lansia, adapun upaya layanan lansia pada masa pra menopause di Puskesmas Kragilan untuk mengatasi kecemasan lansia dengan cara menjalankan posyandu lansia serta senam lansia sebagai upaya mengatasi kecemasan lansia pada masa pra menopause sesuai dengan SOP (Standar Operasional Pelaksanaan) yang berarti bahwa perencanaan untuk melakukan suatu kegiatan .

Kata kunci: Lansia, Kecemasan dan Pra menopause.

ABSTRACT

Name: MELA AFRIANINGSIH, NIM: 123400156, Thesis Title: Fighting Anxiety Elderly In The Pre-menopause (Case Study In Kragilan Kabupaten.Serang Puskesmas), Subject: Guidance And Counseling Islam, Faculty: Ushuluddin, Da'wah and Adab IAIN Banten Sultan Maulana Hasanuddin ,

Pre menopause is a situation that naturally take place psychologically in the course of a woman's life which is characterized by the cessation of menstruation forever. Pre menopause occurs at age 45-55 years but some of them still having periods of up to 60 years old. Women who experience pre-menopause require more attention, where women who have pre menopause will experience physical and psychological disorders that will disrupt daily activities.

Based on the above background, the formulation of the problem in this research are: 1) how the conditions of the elderly in pre-menopausal at Puskesmas Kragilan ?, 2) How to program guidance and counseling services in PHC Kragilan elderly cope with anxiety during the premenopausal ?, 3) How forms of counseling service efforts in overcoming the anxiety of elderly health centers in the premenopausal period ?.

This study aims to: 1. Determine the condition of the elderly in the premenopausal period at Puskesmas Kragilan, 2. Knowing program guidance and counseling services in health centers in overcoming anxiety Kragilan elderly in premenopausal period, and 3. Knowing effort guidance and counseling services in PHC Kragilan overcome anxiety elderly in the premenopausal period. In this study researchers used qualitative methods as for data collection techniques by means of in-depth interviews with informants related. Informants in this study were 10 elderly people in Puskesmas Kragilan, and the clerk who was in the health center.

Researchers get results is that the elderly who have pre-menopause will cause anxiety, changes in the menstrual cycle, the difficulty of rage and emotion, as well as hard to sleep comfortably, feeling of heat on the body and face and others. In anticipation of the elderly who experience anxiety in pre-menopausal health center Kragilan has two excellent programs that Posyandu and gymnastics elderly, while efforts to service the elderly in pre-menopausal at Puskesmas Kragilan to overcome kecemasan elderly by running Posyandu and gymnastics elderly in an attempt to overcome anxiety elderly in pre-menopausal accordance with SOP (Standard Operational Implementation) that means that planning to do a activities.

Keywords: Elderly, Anxiety and Pre-menopause.

**UPAYA MENGATASI KECEMASAN LANSIA PADA MASA
PRAMENOPAUSE**

(Study Kasus di Puskesmas Kragilan)

Oleh:

MELA AFRIANINGSIH

NIM: 123400156

Menyetujui:

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr.Syafiin Mansur,M.A
NIP. 19640108 1998031001

Dr. Muhammad Shoheh,M.A
NIP. 19710121 1999031002

Mengetahui:

Dekan
Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab

Ketua Jurusan
Bimbingan dan Konseling Islam

Prof.Dr.H.Udi Mufradi Mawardi, Lc., M.Ag
NIP. 196102029 199403 1 001

Ahmad Fadil, Lc.,M.Hum
NIP. 1976074200003100

PENGESAHAN

Skripsi a.n Mela afrianingsih, NIM: 123400156, judul skripsi: Upaya Mengatasi Kecemasan Lansia Pada Masa Pramenopause (Studi Kasus di Puskesmas Kragilan) telah di ujikan dalam sidang munaqasyah Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal.

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Komunikasi Islam (S. Kom. I) pada Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten.

Serang, 14 April 2016

Sidang Munaqasyah,

Ketua Sidang

Sekretaris Sidang

H. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd

NIP.19730328 2011 01 1 00 1

Hj. Azizah Alawiyah, B.Ed, M.A

NIP. 19771215 201101 2 004

Anggota:

Penguji I

Penguji II

Dr. Yanwar Pribadi, M.A

NIP. 19780122 200501 1 002

Dr. Muhamad Hudaeri, S.Ag, M.Ag

NIP. 19710909 199903 1 007

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Syafiin Mansur, M.A

NIP. 19640108 1998031001

Dr. Muhammad Shoheh, M.A

NIP. 19710121 1999031002

MOTTO

“Kita Tidak Memerlukan Obat Awet Muda. Kita Hanya Memerlukan Kebahagiaan Yang Melimpah.” (Prof.Dr.dr.Nila Djuwita Anfasa Moeleok, SpM(k))

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan Syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya kecilku ini untuk orang-orang yang aku sayangi:

“mamah Suirat dan bapak Ahmad Miladi terimakasih untuk lantunan doa dan kasih sayang kalian yang tulus, engkau memberikan motivasi untuk anak mu sehingga sampai menyelesaikan karya ini, dan kakakku Lisa Linda Yani terimakasih atas doa dan dukungannya”.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Mela Afrianingsih, lahir di Desa Pengampelan Kecamatan Walantaka Kota Serang pada tanggal 12 April 1994. Penulis merupakan anak ke-2 dari 2 bersaudari pasangan Bapak Ahmad Miladi dan Ibu Suirat.

Jenjang pendidikan formal yang penulis tempuh adalah Madrasah Ibtidaiyah Al-Khariyah Pengampelan lulus pada tahun 2006 dan SMP Negeri 8 Kota Serang lulus pada tahun 2009. Setelah itu, penulis melanjutkan di SMA Negeri 5 Kota Serang dan lulus pada tahun 2012 dengan nilai yang memuaskan dan melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi di IAIN “SMH” Banten di Fakultas Ushuluddin, Dakwah dan Adab pada jurusan Bimbingan dan Konseling Islam hingga sekarang.

KATA PENGHANTAR

Alhamdulillahirobbil alamiin. Penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. Karena hanya atas kehendak dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam selalu tucurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Penulis menyampaikan terimakasih banyak kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi pada penyelesaian skripsi ini khususnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Fauzul Imam, M.A sebagai rektor Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah mengelola dan mengembangkan IAIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten lebih maju.
2. Bapak Prof. Dr. H. Udi Mufradi Mawardi, Lc., M.Ag sebagai Dekan Fakultas Ushuluddin Dahwah dan Adab Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah mendorong penyelesaian studi dan skripsi penulis
3. Bapak Ahmad Fadil, Lc., M.Hum sebagai Ketua Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Dakwah dan Adab Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang senantiasa mengarahkan dan memberikan motivasi kepada penulis.
4. Bapak Drs. Syafiin Mansur, M.Ag sebagai dosen pembimbing I dan Bapak Dr. Muhammad Shoheh, M.A sebagai dosen

pembimbing II yang tak lelah terus membimbing sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.

5. Bapak dan ibu Dosen IAIN SMH Banten, terutama yang mengajar dan mendidik penulis selama kuliah di IAIN, pengurus Perpustakaan Umum, Iran Corner, serta Staf Akademik dan karyawan IAIN, yang telah memberikan bekal pengetahuan yang begitu berharga selama penulis kuliah di IAIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
6. Ibu drg. Wilsa Chitrayuni, sebagai kepala puskesmas Kragilan kabupaten Serang yang telah bersedia mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian terhadap lansia yang mengalami masa pramenopause
7. Seluruh informan yang telah bersedia berbagi informasi dengan penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Seluruh keluarga yang selalu mendoakan dan mendukung penulis untuk memberikan semangat selama penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan dan karya tulis ini masih jauh dari sempurna oleh karenanya saran dan kritik yang membangun sangat vdiharapkan semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya pada kita dan kiranya ini dapat bermanfaat nantinya.

Serang, 14 April 2016

Penulis

DAFTAR ISI

PENYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN	viii
RIWAYAN HIDUP	ix
KATA PENGHANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Signifikasi Penelitian	8
E. Telaah Pustaka	9
F. Kerangka Pemikiran	11
G. Metode Penelitian	18
H. Sistematika Penulisan	21
BAB II PROFIL DAN LAYANAN BK DI PUSKESMAS KRAGILAN	23
A. Profil Puskesmas	23
B. Program konseling Puskesmas	28
C. Layanan konseling Puskesmas	37
D. Bentuk Pelayanan konseling di puskesmas	43
BAB III GAMBARAN KONDISI LANSIA PADA MASA PRA MENOPAUSE DI PUSKESMAS KRAGILAN	49
A. Gambaran umum kondisi lansia pada masa	

pra menopause di Puskesmas Kragilan	49
B. Gambaran umum kondisi fisik dan psikologis lansia pada masa pra menopause di Puskesmas Kragilan	51
BAB IV UPAYA PUSKESMAS KRAGILAN DALAM MENGATASI KECEMASAN LANSIA PADA MASA PRA MENOPAUSE	62
A. Program pelayanan lansia pada masa pra menopause di Puskesmas Kragilan	62
B. Upaya layanan lansia pada masa pramenopause di Puskesmas Kragilan	65
BAB V PENUTUP	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran-saran	71
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	