

## HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN WANITA DALAM MENGHADAPI *Menopause* DI DESA BABAKAN 2019

Hani Triana, SST.,M.Kes  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Immanuel  
email: huny\_1509@yahoo.com

### ABSTRAK

*Menopause* merupakan masa berhentinya suatu menstruasi dan hal ini menandai bahwa wanita telah berhenti untuk dapat bereproduksi. Menurut Smart, banyak wanita yang menganggap *Menopause* sebagai fase yang menakutkan dan mengkhawatirkan, meskipun hal tersebut merupakan proses yang alami. Munculnya kekhawatiran dan kecemasan yang berlebih pada saat menghadapi *Menopause* akan mempengaruhi hubungannya dengan suami dan menyebabkan mereka sulit menjalani masa ini. Banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya kecemasan pada wanita yang menghadapi *Menopause* diantaranya adalah dukungan suami pada wanita dalam menghadapi *Menopause*, baik dukungan secara fisik maupun dukungan secara psikologis. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui apakah adanya hubungan antara dukungan suami terhadap tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi *Menopause*. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sample dalam penelitian ini adalah 82 orang dengan teknik pengambilan sample menggunakan teknik *Accidental Sampling*. Hasil penelitian menggunakan uji statistik *rank Spearman* didapatkan tingkat *alpha* yaitu  $p = 1.000 > 0,05$  berarti tidak ada korelasi yang signifikan. Dapat diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita menghadapi *Menopause*.

**Kata kunci :** Dukungan Suami, kecemasan, *Menopause*

### PENDAHULUAN

*Menopause* bukanlah masalah medis ataupun suatu penyakit melainkan *Menopause* adalah suatu hal yang normal pada setiap wanita pada rentang usia 40 tahun. *Menopause* terjadi pada akhir siklus menstruasi yang terakhir tetapi kepastiannya baru diperoleh jika seorang wanita sudah tidak mengalami 2 siklus haidnya minimal 12 bulan. Hal ini disebabkan oleh menurunnya kadar estrogen dan progesteron dari ovarium wanita berkurang, ovarium berhenti melepaskan sel telur sehingga aktivitas menstruasi berkurang dan akhirnya berhenti sama sekali. Biasanya sebelum terjadi *Menopause* diawali dengan suatu fase yang menunjukkan gejala *Menopause*, fase tersebut disebut fase *Pre-Menopause* (Proverawati, 2010).

Pada beberapa wanita yang memasuki masa *Menopause* dengan penuh kecemasan akan merasa sangat sensitif terhadap pengaruh emosional dan fluktuasi hormon. Umumnya mereka tidak mendapat informasi yang benar sehingga yang dibayangkan adalah efek negatif yang akan dialaminya setelah masuk masa *Menopause*. Mereka cemas dengan berakhirnya masa reproduksi yang berarti berhentinya nafsu seksual dan fisik, hal ini dapat menghilangkan kebanggaan sebagai seorang wanita. Keadaan ini dikhawatirkan akan mempengaruhi hubungan dengan suami maupun lingkungan sosialnya. Munculnya kekhawatiran yang berlebih akan mempengaruhi hubungannya dengan suami dan menyebabkan mereka sulit menjalani masa ini. Kecemasan dalam menghadapi masa ini sering sekali mempengaruhi keadaan psikis seorang wanita.

Dukungan keluarga adalah suatu media yang banyak mempengaruhi dan menentukan dampak psikologis pada penderita *Menopause*. Hubungan yang baik dengan anggota keluarga menjadi harapan besar untuk keseimbangan pada penderita *Menopause*. Dampak psikologis dari *Menopause* tidak hanya terjadi pada wanita tetapi juga terjadi pada pria sehingga hubungan yang baik antara suami dan istri sangat dibutuhkan (Lestary, 2010). Berdasarkan hasil penelitian Eka Heni Susanti (2014) tentang Hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan isteri dalam menghadapi *Menopause* dengan hasil penelitian mengatakan bahwa bila dukungan suami sangat rendah kepada istri dalam menghadapi *Menopause* maka hal itu dapat memicu tingkat kecemasan pada wanita dalam masa menghadapi *Menopause*, sehingga dukungan suami sangat berperan dalam menurunkan tingkat kecemasan istri dalam menghadapi *Menopause*. Hal ini pun di dukung juga oleh penelitian Tri Sabatini (2016) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan dengan wanita *Pre-Menopause* dalam menghadapi *Menopause* dengan hasil penelitian menyatakan bahwa penting bagi wanita *Pre-Menopause* untuk menambah wawasan serta dukungan keluarga agar kedepannya lebih siap dalam menghadapi *Menopause*.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini mengidentifikasi hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi *Menopause*. Penelitian ini dilakukan di Desa Babakan pada bulan September-November 2019. Sampel yang ingin peneliti jadikan responden dalam penelitian ini adalah seluruh wanita yang berusia 45-55 tahun yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengambilan sample pada penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan mereka yang kebetulan muncul. Pengumpulan data dikumpulkan dengan mengumpulkan data primer yang diperoleh dari hasil pengisian kusioner yang sudah di persiapkan. Analisa data menggunakan analisa univariat dilakukan secara deskriptif, yaitu dengan menampilkan tabel frekuensi dan proporsi (persentase) masing-masing variabel yang diteliti. Analisa bivariat menggunakan uji statistik *rank Spearman* melihat hubungan antara dua variabel yaitu dukungan suami terhadap tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi *Menopause*.

## HASIL

### 1. Analisis Univariat

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Usia Ibu yang Menghadapi Menopause**

| Usia Ibu | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------|-----------|----------------|
| 45-50    | 62        | 73,8           |
| 51-55    | 22        | 26,2           |
| Total    | 84        | 100            |

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 84 responden, sebagian besar responden sebanyak 62 responden (73,8%) berusia 45-

55 tahun, sedangkan 22 responden (26,2%) berusia 51-55 tahun.

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Pendidikan Ibu yang Menghadapi Menopause**

| Pendidikan          | Frekuensi | Persentase (%) |
|---------------------|-----------|----------------|
| Tidak Sekolah/Tidak |           |                |
| Taman SD            | 0         | -              |
| Tamat SD            | 50        | 59,5           |
| Tamat SMP/MTs       | 31        | 36,9           |
| Tamat SMA/MA        | 3         | 3,6            |
| Total               | 84        | 100            |

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 84 responden, sebagian besar responden yaitu sebanyak 50 orang (59,5%) berpendidikan

tamat SD, 31 orang (36,9%) berpendidikan tamat SMP, sedangkan 3 orang (3,6%) mempunyai pendidikan tamat SMA.

**Tabel 3**  
**Distribusi Frekuensi Paritas Ibu yang Menghadapi Menopause**

| Paritas     | Frekuensi | Persentase (%) |
|-------------|-----------|----------------|
| 1 - 2 orang | 14        | 16,7           |
| 3 - 4 orang | 52        | 61,9           |
| >5 orang    | 18        | 21,4           |
| Total       | 84        | 100            |

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 84 responden, sebagian besar responden sebanyak 52 orang (61,9%) mempunyai paritas 3-4 orang, sebanyak 18 orang (21,4%)

mempunyai paritas >5 orang, dan sebanyak 14 orang (16,7%) yang mempunyai paritas 1-2 orang.

**Tabel 4**  
**Distribusi Frekuensi Menarce Ibu yang Menghadapi Menopause**

| Usia Menarce  | Frekuensi | Persentase (%) |
|---------------|-----------|----------------|
| 9 - 14 tahun  | 59        | 70,2           |
| 15 - 18 tahun | 25        | 29,8           |
| Total         | 84        | 100            |

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 84 responden, sebagian besar responden sebanyak 59 orang (70,2%) yang mengalami

*Menarce* pada usia 9-14 tahun, sedangkan yang mengalami *Menarce* pada usia 15-18 tahun sebanyak 25 orang (29,8%).

**Tabel 5**  
**Distribusi Frekuensi Dukungan suami pada Ibu yang Menghadapi Menopause**

| Dukungan Suami | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------------|-----------|----------------|
| Baik           | 22        | 26,2           |
| Sedang         | 58        | 69,0           |
| Kurang         | 4         | 4,8            |
| Total          | 84        | 100            |

Tabel 5 menunjukkan bahwa dari 84 responden, sebagian besar responden mendapatkan dukungan suami yang sedang

sebanyak 58 orang (69,0%), yang mendapatkan dukungan suami baik sebanyak 22 orang (26,2%), sedangkan yang

mendapatkan kurang dukungan dari suami sebanyak 4 orang (4,8%).

**Tabel 6**  
**Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu yang Menghadapi Menopause**

| Kecemasan Ibu | Frekuensi | Persentase (%) |
|---------------|-----------|----------------|
| Ringan        | 0         | -              |
| Sedang        | 21        | 25,0           |
| Berat         | 63        | 75,0           |
| Total         | 84        | 100            |

Tabel 6 menunjukkan bahwa dari 84 responden, sebagian besar responden mengalami kecemasan berat yaitu sebanyak

63 orang (75,0%), sedangkan yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 21 orang (25,0%).

## 2. Analisis Bivariat

**Tabel 7**  
**Tabulasi Silang Hubungan antara Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Wanita dalam menghadapi Menopause**

| Dukungan Suami | Kecemasan ibu |      |       |      |
|----------------|---------------|------|-------|------|
|                | Sedang        | %    | Berat | %    |
| Baik           | 5             | 5,9  | 17    | 20,2 |
| Sedang         | 15            | 17,9 | 43    | 51,2 |
| Kurang         | 1             | 1,2  | 3     | 3,6  |
| Total          | 21            | 25%  | 63    | 75%  |

Tabel 7 menunjukkan bahwa ibu yang mendapatkan dukungan yang baik dari suami mengalami kecemasan sedang sebanyak 5 orang (5,9%) dan kecemasan berat sebanyak 17 (20,2%) orang, ibu yang mendapatkan dukungan yang sedang dari suami mengalami kecemasan sedang sebanyak 15 (17,9%)

orang dan kecemasan berat sebanyak 43 (51,2%) orang, sedangkan ibu yang mendapatkan dukungan yang kurang dari suami mengalami kecemasan sedang sebanyak 1 (1,2%) orang dan mengalami kecemasan yang berat sebanyak 3 (3,6%) orang.

**Tabel 8**  
**Hasil Uji Analisa Korelasi**

|                       |                |                                | Dukungan Suami | Kecemasan Wanita |
|-----------------------|----------------|--------------------------------|----------------|------------------|
| <i>Spearman's rho</i> | Dukungan Suami | <i>Correlation Coefficient</i> | 1.000          | -.028            |
|                       |                | <i>Sig. (2-tailed)</i>         | .              | .800             |
|                       |                | <i>N</i>                       | 84             | 84               |
|                       | Kecemasan      | <i>Correlation Coefficient</i> | -.028          | 1.000            |

|  |                        |      |    |
|--|------------------------|------|----|
|  | <i>Sig. (2-tailed)</i> | .800 | .  |
|  | N                      | 84   | 84 |

Hasil uji analisa korelasi *Spearman Rank* terdapat nilai rho sebesar -0,028. Uji signifikansi dilakukan dengan cara membandingkan nilai probabilitas dengan tingkat *alpha* yaitu  $p = 1.000 > 0,05$  dapat diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita menghadapi Menopause.

## PEMBAHASAN

Hasil uji analisa korelasi *Spearman Rank* terdapat nilai rho sebesar -0,028. Uji signifikansi dilakukan dengan cara membandingkan nilai probabilitas dengan tingkat *alpha* yaitu  $p = 1.000 > 0,05$  berarti tidak ada korelasi yang signifikan. Dapat diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi Menopause. Dilihat dari hasil yang didapat pada penelitian yaitu semakin baik dukungan suami tidak mempengaruhi tingkat kecemasan isteri dalam menghadapi Menopause akan tetapi isteri yang mendapatkan dukungan tingkat sedang dari suami tetap mengalami kecemasan yang berat. pernyataan ini didukung oleh penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh Choirul Nafiah dan Yuni purwati. Tidak ada hubungan antara dukungan suami dengan kecemasan isteri dalam menghadapi Menopause juga dapat diakibatkan oleh karena kecemasan yang dialami responden dalam menghadapi Menopause lebih cenderung merupakan gejala psikologis sebagaimana yang dinyatakan oleh Palupi (2008) yang menyebutkan bahwa rasa khawatir yang berlebihan tentang hal-hal yang akan datang, Seperti cemas, khawatir takut, berfikir berulang-ulang, membayangkan akan datangnya kemalangan terhadap dirinya maupun orang lain, kewaspadaan yang berlebih, diantaranya adalah mengamati lingkungan secara berlebihan sehingga mengakibatkan perhatian mudah teralih, sulit konsentrasi, merasa nyeri dan sukar tidur. Adanya kecemasan ibu yang mengalami

kecemasan berat walaupun sudah mendapatkan dukungan suami, ini diakibatkan oleh karena kurangnya informasi yang didapatkan oleh ibu tentang Menopause dikarenakan pendidikan ibu yang rendah atau hanya tamatan SD.

Pada dasarnya, dukungan suami harus terus dikembangkan. Suami yang tidak menuntut dan menerima wanita yang tengah mengalami Menopause dan meyakinkan bahwa hal tersebut adalah sesuatu yang normal akan lebih membantu seorang wanita yang tengah mengalami kecemasan saat Menopause. Penyesuaian diri merupakan hal paling sulit bagi para Ibu Menopause. Terutama perubahan fungsi seksual, yakni banyak Ibu Menopause yang tertekan serta khawatir terhadap perubahan sikap suaminya.

## SIMPULAN

Mayoritas wanita yang menghadapi Menopause di Desa Babakan memiliki tingkat pendidikan tamat SD yaitu sebanyak (59,5%), dengan paritas terbanyak yaitu mempunyai anak 3-4 orang sebanyak (61,9%), dengan sebagian besar wanita mengalami tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak (75%) dan suami yang memberikan dukungan sedang sebanyak (69%). Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan suami terhadap tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi Menopause pada wanita usia 45-55 tahun di Desa Babakan kecamatan Ciparay Kabupaten Bandung yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi ( $p$ ) lebih besar dari 0,05

## SARAN

1. Bagi Tenaga kesehatan  
Perlunya meningkatkan penyuluhan maupun pemberian informasi tentang Menopause kepada wanita yang menghadapi Menopause dan memberikan informasi tentang

pentingnya dukungan suami terhadap wanita yang menghadapi Menopause.

2. Bagi peneliti selanjutnya  
Bagi peneliti selanjutnya disarankan dapat menjalankan prosedur penelitian dengan lebih baik dan lebih teliti serta dapat mengkaji lebih mendalam teori-teori pada variabel penelitian ini. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat dilakukan pada variabel yang berbeda dan lebih mengontrol faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan menjelang masa Menopause seperti pengetahuan, kondisi ekonomi dan gaya hidup.

## REFERENSI

- Canda, H (2018). *Hubungan antara Dukungan Suami dan Kecemasan pada Wanita Menjelang Masa Menopause*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia
- Choirul, N. (2009). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Wanita Usia 45-50 Tahun dalam Menghadapi Menopause*. Yogyakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah
- Damayanti, F. N.(2012). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Upaya Penanganan Ibu Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Kelurahan Genuksari Kecamatan Genuk Kota Semarang*. Semarang: Program Studi Diii Kebidanan Fakultas Ilmu Keperawatan Dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah
- Mulyani, NS. (2013). *Menopause Akhir Siklus Menstruasi pada Wanita Diusia Pertengahan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prabandani, D, (2009). *Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Riset Kesehatan Dasar. (2013). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta: DEPKES RI
- Sabatini, T. (2016). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Wanita PreMenopause dalam Menghadapi Menopause*. Yogyakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
- Susanti, E. H.(2014). *Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Isteri dalam menghadapi Menopause*. Surabaya: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga