

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SUAMI DAN KECEMASAN PADA
WANITA MENJELANG MASA MENOPAUSE**



Oleh :

CANDA HARTINAH

RUMIANI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

YOGYAKARTA

2018

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SUAMI DAN KECEMASAN PADA
WANITA MENJELANG MASA MENOPAUSE**



Oleh :

CANDA HARTINAH

RUMIANI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

YOGYAKARTA

2018

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SUAMI DAN KECEMASAN PADA
WANITA MENJELANG MASA MENOPAUSE**



Dosen Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Rumiani'.

(Rumiani, S.Psi., M.Psi.)

RELATIONSHIP BETWEEN HUSBAND'S SUPPORT AND ANXIETY IN WOMEN TOWORD THE MENOPAUSE

Canda Hartinah¹, Rumiani²

¹Program Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Islamic University of Indonesia

Email: canda.hartina96@gmail.com

²Program Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Islamic University of Indonesia

Email: rumi_jogja@yahoo.com

ABSTRACT

This research aims to examine the relationship between husband's support anxiety in women toward the menopause. The hypothesis of this research is there is a negative relationship between husband support and anxiety before the menopause. Research subjects were 60 women with age range 40-55 years old in Sleman, Yogyakarta. The scale used to measure the support of husbands is the scale adapted from previous research that Prabandani (2009) based on aspects proposed by Hause (Smet, 1994). While the scale of anxiety before the menopause is used is a scale made by the researchers themselves based on aspects proposed by Nevid, Rathus and Greene (2005). The method of analysis used in this research is the correlation analysis of Spearman-Rho SPSS version 22 for windows. The analysist shows $r = - 0.352$, $p = 0.006$ ($p < 0.05$). This means that there is a negative relationship between husband support and anxiety in women through menopause.

Keywords: Husband's Support, Anxiety Toward the Menopause

PENGANTAR

Menjadi tua adalah suatu fase kehidupan dari manusia yang tidak dapat dihindari, setiap manusia pasti akan mengalami fase tua. Seiring dengan berjalannya waktu, manusia akan mencoba dan berusaha untuk menerima setiap fase yang dihadapi. Ketika wanita memasuki usia 40 tahun, wanita akan menyadari adanya keriput, berat badan yang naik, rambut rontok, dan uban. Perubahan-perubahan ini disebabkan oleh pramenopause yaitu keadaan dimana timbulnya keluhan. 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 (Handadari & Noami, 2015).

Mengalami menopause adalah suatu karunia karena keadaan ini merupakan proses penuaan alamiah yang terjadi pada wanita. 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 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 premenopause (Proverawati, 2010).

Gejala premenopause akibat menurunnya kadar estrogen tersebut sering menimbulkan gejala yang mengganggu aktivitas kehidupan para wanita, bahkan mengancam kebahagiaan rumah tangga. Masalah yang muncul termasuk hilangnya kesuburan dan meningkatnya risiko osteoporosis pada kondisi menjelang masa menopause. Gejala menjadi sangat serius jika tidak ditangani karena dapat menimbulkan perubahan yang menyebabkan kecemasan pada wanita. Masalah yang timbul akibat premenopause ini disebut dengan sindrom premenopause (Proverawati, 2010)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Suparni dan Trisnawati (2014) di Desa Dawuhan Kecamatan Purwosari Kabupaten Kediri menunjukkan bahwa 67,9% wanita yang mengalami kecemasan menjelang masa menopause sedangkan sisanya 32,1 % tidak mengalami kecemasan menjelang masa menopause. Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar wanita di Desa Dawuh mengalami kecemasan ketika akan menghadapi masa menopause.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh Rostiana dan Kurniati (2009) menunjukkan bahwa kecemasan yang dihadapi oleh seorang wanita yang menghadapi menopause dapat berupa gejala kognitif, motorik, afektif dan somatis. Gejala kognitif dapat berupa penurunan konsentrasi ketika mendengar kata menopause. Gejala motorik berupa badan gemetar. Menggigit kuku, dan bibir tanpa disadari. Gejala afektif berupa gelisah, mudah tersinggung, tidak sabaran dan bimbang. Sedangkan pada gejala somatik berupa keringatan berlebihan, kaki tangan yang lebih mudah basah jantung yang berdebar lebih kencang. Kecemasan yang dihadapi oleh wanita yang akan menghadapi menopause akan

mempengaruhi semua aspek kehidupan, melemahkan, memperlambat pekerjaan dan dapat menimbulkan dampak serius pada kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 12 April 2017 dengan seorang wanita bernama SY berusia 42 tahun menunjukkan adanya gejala kecemasan berupa menghindari pembicaraan mengenai menopause, takut ditinggalkan oleh suami, mengalami kesulitan tidur karena memikirkan tentang masa menopause, berkeringat pada bagian kaki dan tangan ketika ada yang menanyakannya tentang menopause.

Kecemasan yang muncul pada wanita menopause sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi suatu situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan. Kecemasan wanita premenopause biasanya terjadi karena ketidaktahuan wanita tentang gejala premenopause dan kecemasan karena takut orang-orang yang dicintainya akan berpaling dan meninggalkannya akibat perubahan fisik yang dialami selama premenopause (Putri, Asih & Hidayat, 2017). Kecemasan mengakibatkan semakin mudah wanita menjelang masa menopause mengalami demensia (Proverawati, 2010).

Faktor yang berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat kecemasan pada wanita yang akan menghadapi menopause adalah pengetahuan, sikap terhadap menopause, dukungan keluarga, kondisi ekonomi dan gaya hidup. Berdasarkan penelitian, karakteristik sosial budaya yang meliputi umur, tingkat pendidikan dan pekerjaan tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan. Semakin

baik faktor yang berpengaruh secara signifikan tersebut maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami (Suparni & Trisnawati, 2014).

Dukungan adalah suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya, sehingga seseorang akan tahu bahwa ada orang lain yang memperhatikan, menghargai dan mencintainya (Setiadi, 2008). Smet (1994) menegaskan bahwa individu yang merasa didukung oleh lingkungan akan merasa segala sesuatu lebih mudah pada waktu mengalami kejadian-kejadian yang menegangkan. Dukungan sosial dapat mengatasi psikologis pada masa sulit dan menekan, membantu individu agar tetap waras serta membantu individu cepat pulih dari sakit. Dukungan sosial dapat berasal dari pasangan, anggota keluarga, kawan, kontak sosial dan masyarakat, teman sekelompok, jamaah gereja atau masjid, serta teman kerja atau atas di tempat kerja (Taylor, Peplau & Sears, 2009)

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).

Menurut Thong (Susanti, 2014) kecemasan yang dialami istri umumnya merasa takut kehilangan fungsi dan eksistensi sebagai wanita, kehilangan gairah dan menurunnya fungsi seksual, takut tidak bisa memuaskan atau melayani suami,

takut kehilangan kasih sayang lantaran suami mencari wanita lain maka dari itu peran suami dibutuhkan untuk mendampingi istri dalam masa menghadapi menopause. Sehingga dukungan suami menjadi salah satu faktor yang paling baik dalam membantu istri dalam mengatasi kecemasan yang dialami. Dukungan suami bisa dijadikan koping istri untuk menghadapi sumber stressor internal maupun eksternal (Setiadi, 2008) dalam hal ini menghadapi menopause sehingga wanita akan lebih merasa tenang dan pesikap positif terhadap menopause.

Menurut Jannah (Putri, Asih & Hidayat, 2017) seorang wanita yang memasuki masa menopause membutuhkan dukungan dari orang yang dicintai seperti dukungan dari suami. Dukungan suami sangat penting karena menentukan bahkan dapat menurunkan kecemasan yang dialami wanita dalam menghadapi masa menopause. Seorang yang merasa cemas jika memiliki teman atau orang lain yang mendukung, seperti suami maka kecemasan yang dialaminya akan berkurang. Suami yang tidak banyak menuntut kepada istri untuk tampil dengan kesempurnaan fisik dan dapat meyakinkan baik dalam perkataan maupun tindakan dapat membantu menghilangkan kecemasan ketika datang masa menopause.

Mistinah (2011) telah meneliti tentang hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul.

Penelitian yang sama telah dilakukan oleh Susanti pada tahun 2014. Penelitian tersebut berjudul hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan istri dalam menghadapi menopause. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (76,3%) responden tidak mengalami kecemasan dan sebagian besar suami responden (68,4%) tidak memberikan dukungan kepada istrinya dalam menghadapi menopause. Hasil statistik dengan angka kemaknaan $\alpha = 0,05$ diperoleh hasil $p = 0,020$ sehingga $p < \alpha$, dan $r = -0,376$ berarti terdapat hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Dapat disimpulkan 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.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan kecemasan pada wanita yang akan menghadapi menopause dan seberapa besar pengaruh dukungan suami terhadap kecemasan yang dialami oleh wanita yang akan menghadapi menopause.

METODE PENELITIAN

A. Subjek Penelitian

Subjek yang digunakan pada penelitian korelasi ini adalah wanita dengan usia rata-rata 40-55 tahun dan masih memiliki suami. Jumlah subjek pada penelitian ini adalah sebanyak 60 subjek.

B. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian bertujuan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti. Tujuan tersebut harus dicapai dengan menggunakan metode atau cara-cara yang efisien dan akurat. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan skala psikologis berbentuk kuesioner untuk mengungkap atribut psikologis yang dijadikan variabel dalam penelitian ini. Kuesioner merupakan salah satu metode penelitian yang menggunakan daftar pertanyaan dan pernyataan yang harus dijawab atau dikerjakan oleh orang yang menjadi subjek dari penelitian tersebut. Skala ini terdiri dari skala kecemasan dan skala dukungan suami.

1. Dukungan Suami

Penelitian ini menggunakan skala dukungan suami yang peneliti modifikasi dari skala yang disusun oleh Perbandani (2009) berdasarkan teori Hause (Smet, 1994). Skala ini terdiri dari 23 aitem dan memiliki skor reliabilitas = 0,929. Skala ini menggunakan skala Gutman yang kemudian dimodifikasi menjadi skala Likert. Skala ini terdiri dari empat alternatif

jawaban, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai) dan STS (Sangat Tidak Sesuai) dalam bentuk pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Semakin tinggi skor yang diperoleh pada skala dukungan suami maka dipresepsikan semakin tinggi dukungan suami yang dirasakan subjek dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh maka dipresepsikan semakin rendah dukungan suami yang dirasakan subjek.

2. Kecemasan

Penelitian ini menggunakan skala kecemasan yang dibuat sendiri oleh peneliti. Skala ini terdiri dari 27 aitem yang terdiri oleh pernyataan berbentuk *favorable* dan *unfavorable*. Skala ini terdiri dari empat alternatif jawaban, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai) dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Semakin tinggi skor yang diperoleh pada skala kecemasan menjelang masa menopause maka semakin tinggi kecemasan yang dirasakan subjek dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh maka dipresepsikan semakin rendah kecemasan yang dirasakan subjek.

C. Metode Analisis Data

Analisis yang akan digunakan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kecemasan menjelang masa menopause dengan dukungan suami. Apabila memenuhi uji asumsi, peneliti akan menggunakan uji korelasi *Product Moment* dari Perason, sedangkan apabila variabel tidak memenuhi uji asumsi, maka peneliti akan menggunakan teknik analisis korelasi dari *Spearman-Rho* dengan menggunakan *SPSS 22.0 For Windows*.

HASIL PENELITIAN

a. Uji Asumsi

Uji asumsi yang dilakukan adalah uji normalitas dan uji linearitas menggunakan bantuan program *SPSS version 22 for Windows*. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Test of Normality Kolmogorof-Smirnov*.

Tabel 1 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Koefisien K-Sz	Koefisien Signifikansi (p)	Keterangan
Dukungan suami	0.119	0.034	Tidak Normal
Kecemasan menjelang masa menopause	0.135	0.008	Tidak Normal

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data dukungan suami dan kecemasan menjelang masa menopause tidak terdistribusi dengan normal karena skala dukungan suami memiliki nilai $p=0.034$ ($p<0.05$) dan kecemasan menjelang masa menopause memiliki nilai $p=0.008$ ($p<0.05$).

Tabel 2 Hasil Uji Linearitas

Variabel	Koefisien Linearitas (F)	Koefisien Signifikansi (p)	Keterangan
Dukungan suami terhadap kecemasan menjelang masa menopause	20.378	0.000	Liner

Hasil uji coba linearitas pada tabel diatas menggunakan *SPSS 22.0* dengan teknik *compare means* terhadap variabel dukungan suami dan kecemasan menjelang masa menopause. Hasil analisis yang diperoleh menunjukkan nilai $F=20.378$ dan $p=0.000$ ($p<0.05$) yang berarti bahwa variabel dukungan suami dan kecemasan menjelang masa menopause terbukti **linear**.

b. Uji Hipotesis

Uji korelasi dilakukan menggunakan uji korelasi non parametrik, yaitu Spearman-Rho karena data bersifat tidak normal dan linear. Kedua variabel dinyatakan berkorelasi apabila memiliki nilai $p < 0,05$.

Tabel 3 Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	r^2	Koefisien Signifikansi (p)	Keterangan
Dukungan suami terhadap kecemasan menjelang masa menopause	-0.350	0.123	0.006	Signifikansi

Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya hubungan negatif antara dukungan suami dan kecemasan menjelang masa menopause. Hasil uji hipotesis menunjukkan $p=0.006$ ($p<0.05$) dengan $r= -0.350$. Hasil tersebut menjelaskan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan suami dan kecemasan menjelang masa menopause. Selain itu berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui nilai r^2 sebesar 0,123. Hal ini menunjukkan bahwa variabel bebas dalam penelitian ini memiliki sumbangsih 12.3% terhadap variabel tergantung. Semakin tinggi dukungan suami yang diterima oleh wanita menjelang masa menopause, maka akan semakin rendah kecemasan yang dialami oleh wanita menjelang masa menopause. Sehingga dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian ini **diterima**.

c. Analisis Tambahan

Pada penelitian ini, peneliti melakukan uji tambahan dengan menganalisis hubungan dari aspek-aspek dukungan suami dan kecemasan menjelang masa menopause. Analisis ini menggunakan teknik analisis korelasi dari *Spearman-Rhok* karena variabel tidak memenuhi uji asumsi.

Tabel 15

Hasil uji korelasi aspek dukungan suami terhadap kecemasan menjelang masa menopause

Aspek	Koefisien Korelasi (r)	r ²	Koefisien Signifikan si (p)	Keterangan
Dukungan Emosional	-0.285	0.081	0.014	Signifikansi
Dukungan Infomatif	-0.239	0.057	0.033	Signifikansi
Dukungan Instrumental	-0.240	0.057	0.033	Signifikansi
Penilaian Positif	-0.488	0.238	0.00	Signifikansi

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa aspek-aspek dukungan suami memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan menjelang masa menopause pada wanita.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dan kecemasan pada wanita menjelang masa menopause. Hipotesis dalam penelitian ini berbunyi terdapat hubungan negatif antara dukungan suami dengan kecemasan pada wanita menjelang masa menopause. Dari hasil penelitian serta analisis yang telah dilakukan, uji korelasi menunjukkan nilai $r = -0.350$ dengan $p = 0.006$ ($p < 0,05$), dimana hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara dukungan suami dengan kecemasan pada wanita menjelang masa menopause. Nilai r sebesar -0.350 menunjukkan bahwa korelasi negatif antara kedua variabel tersebut. Hal ini berarti semakin tinggi dukungan pada suami maka semakin rendah kecemasan wanita menjelang masa menopause dan sebaliknya jika semakin rendah dukungan suami maka semakin tinggi kecemasan wanita menjelang masa menopause.

Penelitian ini sejalan dengan yang telah dilakukan oleh Arifin, Kundre dan Rompas (2015) yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kecemasan pada ibu hamil di Puskesmas Budilatama Kecamatan Gadung Kabupaten Buol Propinsi Sulawesi Tengah. Hasil serupa juga ditemukan oleh Susanti pada tahun 2014, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan dukungan suami dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause.

Dukungan suami merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Salah satu kebutuhan pokok

manusia selain sandang, pangan dan papan adalah kebutuhan psikologis yaitu rasa dicintai dan disayangi. Maka dibutuhkan dukungan suami berupa rasa kasih sayang dan rasa diperhatikan sehingga perasaan buruk yang dirasakan akan sedikit menghilang. Dukungan yang baik dari suami akan dapat menurunkan kecemasan yang dialami wanita (Susanti, 2014)

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, ditemukan nilai koefisien determinasi (r^2) sebesar 0.123 yang menunjukkan bahwa dukungan suami memberi sumbangan sebesar 12.3% terhadap kecemasan pada wanita menjelang masa menopause. Smet (1994) menegaskan bahwa individu yang merasa didukung oleh lingkungan akan merasa segala sesuatu lebih mudah pada waktu mengalami kejadian-kejadian yang menegangkan. Dukungan sosial dapat mengatasi psikologis pada masa sulit dan menekan, membantu individu agar tetap waras serta membantu individu cepat pulih dari sakit.

Sarason dkk. (Aziz & Noviekayati, 2016) mengatakan bahwa pemberian bantuan tingkah laku atau materi melalui hubungan sosial yang akrab atau hanya disimpulkan dari keberadaan mereka yang membuat seseorang merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai. Dukungan penghargaan adalah salah satu bukti keluarga atau orang lain menyayangi individu. Wanita menjelang masa menopause membutuhkan dukungan penghargaan karena akan memasuki dunia baru yang memiliki banyak tantangan.

Berdasarkan hal tersebut, ada sekitar 87.7% faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan pada wanita menjelang masa menopause. Menurut

Supriani dan Trisnawati (2014) faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa menopause tidak hanya dukungan suami melainkan pengetahuan wanita mengenai menopause, sikap yang dilakukan atau cara pandang wanita mengenai menopause, kondisi ekonomi dan gaya hidup wanita juga turut mempengaruhi kecemasan menjelang masa menopause.

Pada hasil deskripsi data penelitian (tabel 10 dan 11) dapat dilihat bahwa dukungan suami memiliki kecenderungan kategori pada posisi tinggi yaitu sebesar 68,33%. Hasil deskripsi data penelitian kecemasan wanita menjelang masa menopause memperlihatkan kecenderungan berada pada kategori rendah yaitu sebesar 73,33%. Hal ini sejalan dengan hipotesis penelitian bahwa semakin tinggi dukungan suami yang dimiliki seorang wanita maka semakin rendah pula kecemasan yang dirasakan menjelang masa menopause.

Menurut Jannah (Putri, Asih & Hidayat, 2017) seorang wanita yang memasuki masa menopause membutuhkan dukungan dari orang yang dicintai seperti dukungan dari suami. Dukungan suami sangat penting karena menentukan bahkan dapat menurunkan kecemasan yang dialami wanita dalam menghadapi masa menopause. Suami yang tidak banyak menuntut kepada istri untuk tampil dengan kesempurnaan fisik dan dapat meyakinkan baik dalam perkataan maupun tindakan dapat membantu menghilangkan kecemasan ketika datang masa menopause.

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara aspek-aspek dukungan suami dan kecemasan menjelang masa menopause pada wanita, diperoleh hasil bahwa

aspek-aspek dukungan suami berupa dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan instrumental dan penilaian positif memiliki hubungan negatif yang signifikan. Aspek penilaian positif memiliki sumbangsih terhadap kecemasan menjelang masa menopause lebih besar dibanding aspek-aspek yang lain yaitu sebesar 23,8%.

Menurut Supriani dan Trisnawati (2014) dukungan dan penilaian positif dari suami sebagai pasangan hidup dan anak-anak sebagai anggota keluarga terdekat dapat memberikan bantuan yang sangat besar dalam mengatasi kecemasan. Hal ini memberikan arti tersendiri bahwa peran wanita sebagai seorang istri atau ibu masih diperlukan dalam kehidupan rumah tangga.

Dukungan emosional berkorelasi negatif dengan kecemasan menjelang masa menopause. Individu yang mempersepsi dukungan emosional yang diperoleh dari lingkungan secara positif akan menganggap peristiwa yang dialami bukan sebagai stressor dan merasa nyaman serta berharga karena diperhatikan, dicintai, dan memiliki perasaan serta pemikiran positif terhadap diri sendiri. Persepsi terhadap dukungan emosional merupakan bentuk dukungan yang paling dominan dirasakan daripada bentuk dukungan yang lain (Amylia & Surjaningrum, 2014)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyaningsih, Makmuroch, dan Andayani (2011) ditemukan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan emosional keluarga dengan kecemasan. Arah hubungan tersebut adalah negatif. Semakin tinggi dukungan

emosional keluarga yang diterima, maka kecemasan yang dialami semakin rendah dan sebaliknya semakin rendah dukungan emosional keluarga yang diterima, maka kecemasan dirasakan semakin tinggi.

Dukungan informatif adalah dukungan yang berupa memberikan informasi, petunjuk dan nasehat yang diberikan untuk menambah pengetahuan seseorang dalam mencari jalan keluar. Menurut Notoatmodjo (Damayanti, 2012) bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih bermanfaat daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan manusia banyak diperoleh dari mata dan telinga. Jadi dapat disimpulkan apabila ibu mempunyai pengetahuan yang memadai mengenai masa menopause maka kecemasan dalam menghadapi menopause akan menurun.

Hasil penelitian pada penelitian ini menemukan bahwa dukungan informatif memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan menjelang masa menopause. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Damayanti (2012) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dan kecemasan wanita menjelang masa menopause. Semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin rendah tingkat kecemasan dan sebaliknya, semakin rendah tingkat pengetahuan maka semakin tinggi tingkat kecemasan.

Hasil penelitian ini pada penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan instrumental dan kecemasan menjelang masa menopause. Menurut Cohen dan Syme (Almasitoh, 2011) dukungan instrumental

adalah dukungan berupa pemberian sarana yang dapat mempermudah tujuan yang ingin dicapai dalam bentuk materi, pemberian kesempatan waktu, pekerjaan, peluang serta modifikasi lingkungan. Menurut Moxsin (Wulandari, Suswardany & Firnawati, 2011) dukungan instrumental keluarga dimana keluarga merupakan sumber pertolongan praktis dan konkrit yang mencakup bantuan langsung seperti dalam bentuk uang, peralatan, waktu maupun modifikasi lingkungan.

Berdasarkan hasil deskripsi subjek penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa kekurangan dalam penelitian ini yaitu tidak meratanya sebaran subjek, baik dari perbedaan usia, pekerjaan maupun jumlah anak sehingga hasil penelitian akan sulit untuk digeneralisasikan. Selain itu, terdapat beberapa kuesioner yang tidak diberikan langsung kepada subjek penelitian juga menjadi kekurangan dari penelitian ini. Kemudian peneliti tidak mendeteksi subjek atau tidak melakukan *screening* subjek terlebih dahulu.

DAFTAR PUSTAKA

- Almasitoh, U. H. (2011). Stres kerjaditinjau dari konflik peran ganda dan dukungan sosial pada perawat. *PSIKOISLAMIKA Jurnal Psikologi Islam (JPI)* 8 (1) 63-82
- Amylia, Y. & Surjaningrum, E. (2014). Hubungan antara persepsi dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada penderita leukemia. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 3 (2), 79-84.
- Arifin, A., Kundra, S. & Rompas, S. (2015). Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil menghadapi proses persalinan di Puskesmas Budilatama Kecamatan Gadung Kabupaten Buol Propinsi Sulawesi Tengah. *eJournal Keperawatan (e-Kp)* 3 (2) 1-6
- Aziz, M. R. & Noviekayati, I. (2016). Dukungan sosial, efikasi diri dan resiliensi pada karyawan yang terkena pemutusan hubungan kerja. *Jurnal Psikologi Indonesia* 5 (1) 62-70
- Azwar, S (2005). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S (2011). *Reliabilitas Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Biro Tata Pemerintahan Setda DIY. 2018. Statistik Penduduk D. I. Yogyakarta. <http://kependudukan.jogjaprovo.go.id/olah.php?module=statistik&periode=9&jenisdata=penduduk&berdasarkan=golonganusia&prop=34&kab=4&kec=00> diakses pada tanggal 17 April 2018
- Cook, C., Brisme, J.M., & Sizer, P.S. (2006). Subjective and objective descriptors of clinical lumbar spine instability: A delphi study. *Elsevier*, 1(1), 11-21. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.math.2005.01.002>.
- Durand, V. M. & Barlow, D. H. 2006. *Intisari Psikologi Abnormal Edisi Keempat*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Damayanti, F. N. (2012). Hubungan tingkat pengetahuan dan upaya penenangan ibu dengan kecemasan dalam menghadapi menopause di Kelurahan Genuksari Kecamatan Genuk Kota Semarang. *Dinamika Kebidanan* 2 (1) 1-14

- Feist, J. & Feist, G. J. 2010. *Teori Kepribadian Theories of Personality*. Jakarta Selatan: Salemba Humanika
- Handadari, W. & Naomi, I. (2015). Hubungan Antara *Body Image* dan Kecemasan pada Wanita yang Mengalami Menopause. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* 4 (3) 191-197
- Hidayat, A. 2005. *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak Jilid I*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kumalasari, Fani & Ahyani, Latifah Nur. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Dipanti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*. No. 1. Vol. 1. 21-31.
- Kuntjoro. 2002. *Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Sosial pada Lansia*. Surakarta: Fakultas Ilmu kesehatan Muhammadiyah.
- Lestary, D. 2010. *Seluk Beluk Menopause*. Jogjakarta: Garailmu
- Mistinah, T. 2011. Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul. Program Studi Ilmu Keperawatan *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta*
- Nolen-Hoeksema, 2004. *Abnormal Psychology*. New York: McGraw-Hill Companies
- Nevid, J. Y., Rathus, S.A. & Greene, B. 2005. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga
- Putri, F. Asih, S.W. & Hidayat, D. (2017) Hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita pramenopause di Desa Banglasari Kecamatan Bangsalsari Jember. *Jurnal Insight Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember* 13 (2) 126-138
- Prabandani, D. 2009. Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause Di Perumahan Griya Cipta Laras Wonogiri. Progam Studi Div Kebidanan Fakultas Kedokteran *Universitas Sebelas Maret, Surakarta*.
- Proverawati, A. 2010. *Menopause dan Sindrom Premenopause*. Yogyakarta: Muha Medika

- Rostiana, T. & Kurniati, N. M. T. (2009). Kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause. *Jurnal Psikologi* 3 (1) 76-86
- Rusmeirina, C. (2014). Pengaruh pengetahuan tentang menopause dengan kecemasan menghadapi menopause pada wanita di Kelurahan Sumber Surakarta. *Talenta Psikologi* 3 (2) 106-123
- Smart, A. 2010. *Bahagia di Usia Menopause*. Jogjakarta: A⁺Plus Books
- Setiadi. 2008. *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Setyaningsih, F. D., Mukmuroch, & Andayani, T. R. (2011). Hubungan antara dukungan emosional keluarga dan resiliensi dengan kecemasan menghadapi kemoterapi pada pasien kanker di RSUD Moewardi Surakarta. *Jurnal Waca Psikologi* 3 (6) 59-85
- Suparni, I.E. & Trisnawati, Y. (2014). Hubungan Gangguan Masa Menopause dengan Tingkat Kecemasan pada Ibu Menopause di Desa Dawuhan Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri. *Jurnal Edu Healt* 4 (2) 90-98
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA
- Susanti, E. H. (2014). Hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan istri dalam menghadapi menopause. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan* 3 (2) 114-115
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo
- Taylor, S. E. 2009. *Health Psychology Seventh Edition*. New York: McGraw-Hill Companies
- Taylor, S. E., Peplau, L. A. & Sears, D. O. 2009. *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup
- Wulandari, L., Suswardany, D. L. & Firnawati, A. F. (2011) efektifitas pelatihan perawatan diri terhadap dukungan emosional dan instrumental keluarga penderita kusta. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)* 6 (2) 62-71

Yuliani, U. D. & Purwanti, S. (2013). Efektivitas spiritual healing terhadap penurunan tingkat kecemasan pada wanita menopause. *Jurnal Kebdanan* 5 (02) 33-44

Zimet, G. D. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Jurnal of Personality Assessment* 52 (1) 30-41