

**PERBEDAAN KECEMASAN IBU DALAM MENGHADAPI MENOPOUSE  
DITINJAU DARI SELISIH USIA PASANGAN SUAMI-ISTRI DI DESA  
BERJO KECAMATAN NGARGOYOSO KABUPATEN KARANGANYAR  
TAHUN 2009<sup>1</sup>**

Fitriana<sup>2</sup>, Suesti<sup>3</sup>, Wahyu Widi Astuti<sup>4</sup>

**INTISARI**

Menopause merupakan peristiwa yang dialami oleh setiap wanita sebagai akibat menurunnya hormon *esterogen* dan *progesteron* yang diproduksi oleh indung telur dalam tubuh. Peristiwa ini tidak datang secara tiba-tiba, tetapi diawali dengan masa peralihan. Pada masa peralihan terjadi banyak perubahan fisik dan psikis pada diri seorang wanita, perubahan-perubahan tersebut menyebabkan kecemasan. Umumnya setiap wanita mengalami kecemasan saat menjelang menopause. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya perbedaan kecemasan dalam menghadapi menopause ditinjau dari selisih usia suami istri.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, yang dilakukan pada tanggal 22-24 Juli 2009. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 60 orang, yang diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling. Data diperoleh dengan menggunakan skala kecemasan dalam menghadapi menopause, yang kemudian dianalisa menggunakan teknik anava 1 jalur.

Dari hasil analisa data diperoleh hasil bahwa ada perbedaan kecemasan dalam menghadapi menopause yang sangat signifikan ( $F = 108,0856$  ;  $sig = 0.000$ ) apabila ditinjau dari selisih usia suami istri. Dimana istri yang lebih tua dari suami mengalami kecemasan yang lebih tinggi dibanding istri yang sebaya maupun istri yang lebih muda dari suami. Istri yang sebaya dengan suami mengalami kecemasan yang lebih rendah bila dibanding istri yang lebih tua dari suami, dan kecemasaannya lebih tinggi bila dibandingkan istri yang lebih muda dari suami. Istri yang lebih muda dari suami mengalami kecemasan yang lebih rendah bila dibanding istri yang sebaya maupun istri yang lebih tua dari suami.

Kata kunci : Kecemasan dalam menghadapi menopause, selisih usia suami istri

Kepustakaan : 17 buku, 3 jurnal, 6 internet

Jumlah halaman : xiii, 62 halaman, 5 tabel, 9 lampiran

---

<sup>1</sup> Judul Karya Tulis Ilmiah

<sup>2</sup> Mahasiswa STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

## A. PENDAHULUAN

Jumlah perempuan mulai 50 tahun ke atas yang mengalami menopause pada tahun 2000 sebanyak 15,5 juta jiwa atau 7,6% dari jumlah penduduk. Sedangkan pada tahun 2020 diestimasikan 30,2 juta jiwa atau 11,5% dari jumlah penduduk Indonesia (Pakasi, 2000:6). Sudah menjadi hukum alam dalam kehidupan, manusia mengalami fase atau masa yang harus dilalui, mulai dari lahir, tubuh menjadi anak-anak, remaja dan dewasa, selanjutnya memasuki usia lanjut. Pada wanita mengalami tiga fase yang sangat berarti dan tidak dialami oleh laki-laki, ketiga fase itu adalah haid, melahirkan, dan menopause secara materi, waktu, maupun tenaga.

Berbeda dengan wanita yang rata-rata telah menopause pada usia 51 tahun, laki-laki lebih lambat mengalami andropause. Penelitian di negara-negara barat menunjukkan bahwa 10-15% pria mengalami andropause pada usia 60 tahun, sedangkan 54% pria menunjukkan gejala andropause pada kelompok umur 60-90 tahun. (Ronosulistyo, 22 Agustus 2004). Menurut Mustopo (2005: 11) umur rata-rata wanita mengalami menopause di negeri ini adalah 51 tahun, umur yang hampir selalu konstan selama berabad-abad, meskipun umur rata-rata untuk permulaan mentruasi menjadi lebih awal.

Kira-kira separuh dari seluruh kaum wanita akan berhenti menstruasi sebelum berusia 51 tahun, dan

separuhnya lagi sesudah itu. Bromwich (1992:10) mengatakan bahwa bagi kebanyakan wanita, haid terakhir terjadi diantara ulang tahun mereka yang ke-50 dan ke-51, dengan klimakterium dimulai beberapa tahun sebelumnya.

Perubahan-perubahan yang terjadi saat menjelang masa menopause ini sangat berpengaruh terhadap kondisi psikis yang dialami oleh seorang wanita dalam fungsinya sebagai seorang istri. Yang dapat menimbulkan kecemasan dalam hubungan suami istri, kecemasan ini timbul karena perubahan fisik yang dialaminya. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Istiana (2000: 73) tentang perubahan psikologis yang dialami wanita pada masa menopause. Dari hasil analisis terbukti bahwa wanita yang memasuki masa menopause akan mengalami tekanan psikologis seperti cemas, khawatir, takut, lekas marah dan lain-lain.

Perbedaan usia datangnya *climacteric* pada wanita dan pria ini merupakan salah satu sebab seorang wanita merasa cemas dalam menghadapi datangnya masa menopause, karena diusia yang sama antara pria dan wanita, seorang pria akan terlihat lebih muda. Secara fisik seorang wanita akan lebih cepat mengalami penurunan dari pada pria.

Naluri seks dalam tubuh pria nyata lebih kuat. Gairah seks timbul setiap saat dan bisa terjadi cepat, dan mungkin timbul tidak disadari. Sedangkan pada wanita terjadi lebih lambat, tidak sesering dan tidak nyata seperti pria. Ketika memasuki masa

menopause, perasaan serta aktivitas seksual sebagian wanita menurun sebagai akibat perubahan fisik dan psikisnya. Hal inilah yang ditakutkan para wanita saat menjelang menopause, mereka beranggapan bahwa suaminya akan mencari wanita lain diluar rumah demi memenuhi kepuasan seksualitasnya.(Nina; 2007).

Pemerintah juga terus mengkampanyekan pola hidup sehat dan konsumsi makanan bergizi bagi perempuan sehingga terhindar dari penyakit serta dapat mengurangi keluhan yang dirasakan saat menopause seperti gejala panas yang dapat dikurangi dengan banyak makan gandum serta kacang-kacangan supaya umur harapan hidup meningkat. Jumlah perempuan mulai 50 tahun ke atas yang mengalami menopause pada tahun 2000 sebanyak 15,5 juta jiwa atau 7,6% dari jumlah penduduk. Sedangkan pada tahun 2020 diestimasikan 30,2 juta jiwa atau 11,5% dari jumlah penduduk Indonesia ([www.mediaholistik.com](http://www.mediaholistik.com), 2004). Sedangkan di Desa berjo sendiri setiap bulanya diadakan PKK rutin yang menghadirkan para kader dari daerah tersebut dengan memberikan penyuluhan tentang kesehatan menopause.

Menurut data terakhir yang peneliti peroleh dari kantor desa, jumlah penduduk yang tinggal di Dusun Berjo adalah 427 jiwa dengan jumlah laki-laki 201 jiwa dan jumlah wanita 226 jiwa. Dari 226 penduduk wanita, sebanyak 85 adalah wanita usia menjelang menopause (40-45 tahun) dan masih ada suami. Dari studi kasus yang telah peneliti lakukan pada

tanggal 30 november 2008 bertepatan pada pertemuan rutin PKK di rumah Bapak Kadus Berjo terdapat 33 wanita berusia lebih muda 2-5 tahun dari suami, 18 wanita dengan selisih 1 tahun atau sebaya dengan usia suami, dan 12 wanita berusia lebih tua 2-5 tahun dari usia suami. Di daerah tersebut juga banyak terjadi (11 kejadian) perselingkuhan yang dilakukan oleh para suami dengan istri berusia 40-45 tahun, hal ini berdasarkan catatan peristiwa penggrebegan yang dilakukan oleh warga.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merasa tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai “Pengaruh Perbedaan Selisih Usia Pasangan Suami-Istri Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di desa Berjo kecamatan Nargoyoso kabupaten Karanganyar 2009”.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh perbedaan selisih usia pasangan suami-istri terhadap tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di desa Berjo Kecamatan Nargoyoso Kabupaten Karanganyar tahun 2009.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1). Tujuan Umum

Diketahuinya perbedaan selisih usia pasangan suami-istri dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di desa Berjo kecamatan Nargoyoso kabupaten Karanganyar 2009?

### 2). Tujuan Khusus

- a. Diketuinya tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Desa Berjo Kecamatan Ngargoyoso Kabupaten Karanganyar tahun 2009
- b. Diketuinya selisih usia pasangan suami-istri di Desa Berjo Kecamatan Ngargoyoso Kabupaten Karanganyar tahun 2009.

#### **D. Manfaat**

1. Bagi Ilmu Pengetahuan Kebidanan  
Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya khasanah pengetahuan di dalam bidang ilmu kebidanan, khususnya mengenai tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause dengan selisih usia pasangan suami-istri.
2. Bagi Konsumen Langsung
  - a. Bagi Ibu usia reproduksi  
Sebagai masukan dan informasi bagi masyarakat khususnya ibu dalam menjelang menopause untuk lebih memahami dan lebih bijak lagi dalam menghadapi menopause.
  - b. Bagi desa Berjo kecamatan Ngargoyoso kabupaten Karanganyar.  
Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan bagi instansi terkait untuk meningkatkan mutu pelayanan dan pemberian bekal kepada ibu –ibu menjelang menopause.
3. Bagi Konsumen Tidak

#### Langsung

- a. Bagi Mahasiswi STIKES `Aisyiyah Yogyakarta

Diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran mengenai hubungan tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause dengan selisih usia pasangan suami-istri serta menambah bahan pustaka dan bahan kajian. Sehingga dapat menambah pengetahuan pembaca khususnya mahasiswa STIKES `Aisyiyah Yogyakarta.

#### **E. Ruang Lingkup**

- a. Ruang Lingkup Materi  
Lingkup materi penelitian meliputi tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause sebagai variabel terikat dan selisih usia pasangan suami-istri sebagai variabel bebas, karena selisih usia pasangan suami-istri akan dapat mempengaruhi tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause dan diharapkan ibu menjelang menopause mengerti mengenai arti dan sikap yang tepat dalam menghadapi menopause yang dihubungkan dengan analisa Chi Square.
- b. Ruang Lingkup Waktu  
Penelitian ini dilakukan sejak bulan November 2008 sampai bulan Juni 2009.
- c. Ruang Lingkup Tempat  
Penelitian ini dilakukan di desa Berjo kecamatan Ngargoyoso

kabupaten Karanganyar karena di daerah tersebut banyak terjadi perselingkuhan.

- d. Ruang Lingkup Koresponden Penelitian ini dilakukan pada ibu menjelang menopause dengan usia 40-45 tahun yang masih mempunyai suami.

#### **F. Keaslian Penelitian**

1. Aisyiah (2004), melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Menopause dengan Upaya Mengatasi Keluhan Menopause di Desa Sandangtirto Kecamatan Berbah Kabupaten Sleman Tahun 2004”. Penelitian ini menggunakan metode non-eksperimen atau survey, metode pengambilan data dengan pendekatan cross sectional, yaitu metode pengambilan data yang dilakukan pada waktu yang sama yang diukur adalah tingkat pengetahuan ibu usia 45-50 tahun tentang menopause, pengambilan sample menggunakan total populasi 30 orang, analisis datanya dengan uji koefisien korelasi pearson product moment.
2. Kurniati (2006), melakukan penelitian dengan judul Hubungan Sikap Dalam Menghadapi Menopause Dengan Perilaku Sehat Perimenopause Di Desa Tegaltirto Kecamatan Berbah Kabupaten Sleman Tahun 2006. Penelitian ini menggunakan metode survey dengan pendekatan cross sectional, yang diukur adalah sikap yaitu usia 35-40 tahun, teknik pengambilan sample dengan cluster sampling, yaitu teknik pengambilan sample dengan mengambil beberapa tempat penelitian di suatu wilayah, sebanyak 48 orang berdasarkan tabel Kreji, analisis data dengan menggunakan Kendall Tau.
3. Nina (2007), melakukan penelitian dengan judul Gambaran tentang Pengetahuan Ibu Pre Menopause tentang Menopause di Dusun Gamping Lor, Ambarketawang, Gamping, Sleman tahun 2007, penelitian ini menggunakan metode deskriptif, metode pengumpulan data dengan pendekatan survey, yaitu metode pengambilan data yang dilakukan dengan memberikan daftar pertanyaan pada responden. Subyek penelitian yaitu ibu yang berusia 45-50 tahun sebanyak 35 orang, analisis datanya prosentase.
4. Ita (2007), melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Penyuluhan Tentang Menopause Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause di RW 02 dan 03 di Desa Sidomulyo Kecamatan Purworejo Tahun 2007,

penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen. Subyek penelitian yaitu ibu usia 40-50 tahun, analisis data dengan Konnogorov Spirnove.

Perbedaan dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian ini menggunakan variable bebas tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause dan variable terikatnya selisih usia pasangan suami-istri. Sampel penelitian yang diambil oleh peneliti adalah ibu menjelang menopause dengan usia 45-50 tahun. Tempat penelitian yang digunakan adalah Desa Berjo Kecamatan Ngargoyoso Kabupaten Karanganyar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey analitik yaitu dengan menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause dengan selisih usia pasangan suami-istri.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Tempat penelitian di Desa Berjo Kecamatan Ngargoyoso Kabupaten Karanganyar Tahun 2009. Waktu Penelitian November 2008 – Juli 2009. Pengambilan data menggunakan kuesioner tertutup.

Subyek penelitian adalah ibu-ibu premenopause yang berusia 40-45 tahun dan sebagai kader PKK rutin Desa Berjo yang telah memenuhi kriteria penelitian dengan kriteria inklusi meliputi : ibu-ibu

premenopause yang tinggal didaerah tersebut, mempunyai suami dan bersedia menjadi responden dengan mengisi informed concent.

Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling, dimana sampel yang diambil peneliti mempunyai karakteristik-karakteristik khusus sesuai dengan tujuan penelitian atau sifat-sifat tertentu yang dapat menjawab permasalahan penelitian(Poerwanti, 2000: 110)

Sebelum kuisisioner dibagikan kepada responden, sebelumnya responden diberikan penyuluhan terlebih dahulu dan menjelaskan cara pengisian kuesioner.

Data-data yang telah diperoleh akan dianalisis secara kuantitatif melalui uji statistik dengan hipotesis serta asumsi yang melatar belakangi pemakaian uji statistik tersebut.

Sesuai dengan tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui perbedaan antara 2 variabel maka metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah T-Test (Sugiyono, 2006: 130).

Menurut Arikunto (2002:280), untuk sampel random bebas, pengujian perbedaan mean dihitung dengan rumus t test sebagai berikut:

$$t = \frac{M_x - M_y}{\sqrt{\left[ \frac{\Sigma x^2 - \Sigma y^2}{N_x + N_y - 2} \right] \left[ \frac{1}{N_x} + \frac{1}{N_y} \right]}}$$

Keterangan:

M = Nilai rata-rata hasil per kelompok

N = Banyaknya subyek  
 X = Deviasi setiap nilai  $x_2$   
 dan  $x_1$   
 Y = Deviasi setiap nilai  $y_2$   
 dan  $y_1$

Dari data diatas dapat diketahui bahwa jumlah pasangan yang usia ibu lebih tua, sebaya dan lebih muda adalah sama, yaitu sebanyak 20 orang (33,33%).

**Tabel 4.5 Perbedaan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause dengan perbedaan selisih usia pasangan suami-istri di Desa Berjo tahun 2009**

Kategori karakteristik umur, selisih tinggi dan rendah ditinjau dari Total	Interval	Lebih muda		Sebaya		Lebih tua	
		F	%	F	%	F	%
≥ 50		0	0	8	40%	20	100%
< 50		20	100%	12	60%	0	0
		20	100%	20	100%	20	20

**HASIL DAN PEMBAHASAN**  
 Beberapa responden yang meliputi usia pasangan suami-istri perbedaan kecemasan menghadapi menopause selisih usia pasangan suami-istri.

**Tabel 4.3 Distribusi frekuensi tingkat kecemasan ibu**

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi	%
1	Tinggi	28	46.66
2	Rendah	32	53.33
TOTAL		60	100

Gambar 1. menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai tingkat kecemasan yang rendah yaitu sebanyak 32 responden (53,33%) dari keseluruhan responden, sedangkan responden yang mempunyai tingkat kecemasan tinggi adalah (46,66%).

**Tabel 4.4 selisih usia pasangan suami-istri**

No	Selisih usia pasangan	F	%
1	usia istri lebih muda 2 sampai 5 tahun dari suam	20	33.33
2	Usia istri selisih 1 tahun atau sebaya dengan suami	20	33.33
3	usia istri lebih tua 2 sampai 5 tahun dari suami	20	33.33
TOTAL		60	100%

Tabel diatas menunjukkan 20 orang istri yang lebih muda dari suami mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause yang rendah, pada 8 orang istri yang sebaya dengan suami mengalami kecemasan yang tinggi dan 12 orang istri yang sebaya dengan suami mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause yang rendah, pada 20 orang istri yang lebih tua dari suami mengalami kecemasan yang tinggi.

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah T-Test dengan menggunakan komputer program SPSS for windows seri 13. Adapun hasil analisis tersebut dapat dilihat pada table berikut :

**Tabel 9. Hasil Uji Beda Dengan Uji t**

Kelompok	Rata-rata	t hitung	t table ( $\alpha=0,05$ )	p
Perbedaan selisih usia pasangan Tingkat kecemasan	6,14 1,40	7,025	1,70	0,000

Hasil uji t tersebut diketahui bahwa ada perbedaan antara tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause dengan selisih usia pasangan suami-istri dan didapat nilai t hitung 7,025 dengan signifikansi 0,000. Hal ini berarti bahwa ada perbedaan kecemasan yang signifikan antara ibu yang usianya lebih muda dari suami, sebaya dan yang lebih tua dari suami di Desa Berjo Kecamatan Ngargoyoso Kabupaten Karanganyar.

1. Perbedaan Tingkat Kecemasan ibu dalam menghadapi menopause.

Secara umum hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di desa Berjo tahun 2009 mayoritas termasuk dalam kategori rendah sebanyak 32 responden (53.33) sedangkan ibu yang mempunyai tingkat kecemasan yang tinggi adalah 28 responden (46.66). hal ini menunjukkan bahwa perasaan ibu dan ketakutan ibu dalam menghadapi menopause atau berdasarkan fenomena yang banyak terjadi dilingkungan mereka seperti banyaknya perselingkuhan relative rendah.

Secara umum wanita lebih cepat matang dari pada pria. Umumnya wanita mengalami menopause pada usia 51 tahun, sedangkan pada usia yang sama umumnya pria baru mengalami penurunan. Pada umumnya hampir

semua wanita mengalami kecemasan saat akan memasuki masa menopause. Hal ini disebabkan karena banyaknya hal yang berubah pada masa pra menopause, terutama penampilan. Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa menjelang menopause ini membuat seorang wanita merasa takut, cemas, khawatir dan membawa seorang wanita kemasasulit dalam hidupnya. Dari data statistik membuktikan bahwa pada periode menopause yang dipenuhi duka dan kelabilan psikis ini banyak terjadi perceraian. Adapun sebab umumnya para suami tidak lagi tertarik dan tergairahkan lagi oleh istrinya yang tampak lusuh jasmaninya, sebagai akibat dari kemurungan dan keluhan psikisnya. Hal ini membuat wanita kurang memperhatikan penampilannya, ia tidak mau merias diri, tampak acak-acakan dan acuh tak acuh. Sebagai akibat yang lebih parah adalah suami sering mencari relasi seksual diluar rumah. (Kartono, 1992: 53-54).

1. Selisih Usia Pasangan suami-istri

Selisih usia suami istri mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap kecemasan seorang istri dalam menghadapi masa menopause, hal ini nampak dari hasil penelitian. dari 20 orang subyek yang berusia lebih tua dari suami, semuanya mengalami kecemasan yang tinggi. Tingginya kecemasan dalam menghadapi menopause ini disebabkan karena perkembangan istri yang berusia



lebih tua dari suami jauh lebih cepat, ketuaan istri tentunya juga lebih awal dari pada suami ditambah lagi dengan banyaknya tayangan di televisi dan berita-berita di media massa tentang suami yang lebih muda dari istri selingkuh, serta budaya yang ada dimasyarakat umumnya adalah istri lebih muda dari suami. Disaat istri sudah memasuki masa menopause, suami belum mengalami penurunan khususnya secara seksual hal ini menimbulkan munculnya rasa takut tidak dapat melayani suami, merasa khawatir suaminya tidak tertarik lagi padanya dan akan mencari wanita lain sebagai penggantinya, merasa tidak percaya diri dihadapan suami sehingga istri sering merasa cemburu dan takut ditinggalkan suami.

Menurut Kurniati umumnya wanita yang menikah dengan pria yang lebih muda pada masa pramenopause sering merasa cemburu dengan suami, tidak percaya diri, dan merasa takut ditinggalkan suami (5 Maret: 2006). Menurut Nina (2007: 34). bila istri lebih tua dari suami, perkembangan psikologis istri jauh akan mencapai kematangan lebih dahulu sehingga besar kemungkinannya perbedaan pandangan, pendapat. Apabila dilihat dari segi fisiologis, istri akan lebih cepat menurun dibanding dengan suami khususnya dalam hubungan seksual. Bila suami tidak dapat mengerti hal tersebut, hal ini dapat

menimbulkan persoalan dalam kehidupan keluarga.

Rasa takut, khawatir akan kehidupan rumah tangganya yang dialami seorang istri yang lebih tua dari suami pada masa menopause ini membawanya kemasa-masa sulit sehingga mengalami kecemasan yang tinggi.

1. Tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di tinjau dari selisih usia pasangan suami-istri.

Hasil uji t terhadap beda nilai t hitung sebesar 7,025 dengan signifikansi 0,000, hal ini berarti menunjukkan bahwa adanya perbedaan selisih usia pasangan suami –istri akan mempengaruhi tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Desa Berjo Kecamatan Nargoyoso Kabupaten Karanganyar tahun 2009 . Sehingga dapat disimpulkan bahwa pasangan yang usia ibu lebih tua dari suami maka tingkat kecemasan ibu tinggi, sedangkan pada pasangan yang usia ibu sebaya atau hampir sama dengan suami serta pada pasangan yang usia ibu lebih muda dari usia suami maka tingkat kecemasan ibu rendah.

Istri yang sebaya dengan suami mengalami kecemasan lebih rendah dari istri yang lebih tua dari suami namun kecemasan dalam menghadapi menopause lebih tinggi dari istri yang lebih muda dari suami. Hal ini disebabkan karena istri yang sebaya dengan suami juga mengalami ketuaan dan penurunan

yang lebih cepat dari suami, sehingga menyebabkan timbulnya rasa takut tidak percaya diri dan rasa takut ditinggalkan suami. seperti yang diungkapkan oleh Kurniati, wanita yang menikah dengan pria yang usianya sama akan sering merasa cemburu pada suami, dan sering merasa takut ditinggalkan suami (5 Maret: 2006). Selisih usia yang tidak jauh dapat mengurangi kecemasan dalam menghadapi datangnya masa menopause karena dengan umur yang relatif sama maka tidak terlalu banyak perbedaan pandangan, sikap dan pendapat. Menurut Nina, kesamaan umur antara suami istri akan membuat keadaan yang terjadi relatif sama, kalau ada perbedaan, perbedaan tersebut tidak terlalu menyolok (2007: 34).

Hasil dari penelitian ini seluruh subyek yang lebih muda dari suami mengalami kecemasan yang rendah. Pada istri yang lebih muda dari suami penurunan antara suami dan istri akan terjadi pada waktu yang hampir bersamaan, disaat istri menjelang menopause suami juga sudah mulai mengalami penurunan aktivitas gonad. Penurunan fungsi seksual pada saat waktu yang hampir bersamaan ini dapat menimbulkan rasa percaya diri dihadapan suami meskipun banyak perubahan pada dirinya, sehingga rasa khawatir ditinggalkan suami tidak besar. Dengan usia suami yang lebih tua dari istri suami akan dapat memberikan bimbingan, pengertian

dan dukungan kepada istri sehingga akan mengurangi kecemasan dalam menghadapi menopause.

Kecemasan dalam menghadapi menopause ini seringkali menimbulkan keluhan-keluhan, baik keluhan fisik maupun psikologis pada wanita, seperti mual, pusing, susah tidur dan sering buang air kecil, takut, khawatir. Untuk mengurangi rasa cemas yang dialami oleh istri pada masa menjelang menopause, peran, pengertian, bimbingan dan dukungan dari suami dan keluarga sangat dibutuhkan.

Hal ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Ita (2007) yang menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi menopause salah satunya adalah adanya perbedaan usia antara ibu dan suami.

Hasil penelitian diatas sesuai dengan pendapat dari Kurniati(2006) yaitu Wanita yang menikah dengan pria yang berusia lebih muda, pada masa pramenopause umumnya sering merasa cemburu dengan suami, sering merasa tersinggung dan kurang percaya dengan suami tidak percaya diri, takut ditinggalkan suami. Pada wanita yang usianya sama atau terpaut tidak jauh juga sering merasa cemburu pada suami, dan sering merasa takut akan ditinggalkan suaminya. Umumnya wanita yang menikah dengan pria yang umurnya lebih tua dari dirinya, akan tetap merasa percaya

diri dihadapan suami, walaupun banyak perubahan pada dirinya.

#### **Keterbatasan**

Penelitian ini berlangsung cukup singkat, tetapi bukan berarti bahwa dalam melakukan penelitian ini tidak terdapat kendala-kendala atau keterbatasan, keterbatasan yang dimaksud dalam penelitian ini diantaranya adalah kurangnya respon dari responden serta waktu penelitian yang sulit disesuaikan. Tetapi dengan kesabaran peneliti akhirnya penelitian ini dapat terselesaikan.

#### **A. Kesimpulan Dan Saran**

1. Ada perbedaan antara tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause (t:1.40) dengan selisih usia pasangan suami-istri (t:6.14) di Desa Berjo Kecamatan Ngargoyoso Kabupaten Karanganyar tahun 2009.
2. Tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Desa Berjo Kecamatan Ngargoyoso Kabupaten Karanganyar tahun 2009 sebagian besar adalah rendah, yaitu sebesar(53.3%).
3. Selisih usia pasangan suami-istri dengan usia ibu lebih muda 2-5 tahun,sebaya,maupun lebih tua 2-5 tahun dari usia suami di Desa Berjo Kecamatan Ngargoyoso Kabupaten Karanganyar pada tahun 2009 adalah sama, yaitu masing-masing sebesar(33.3%).

#### **Saran**

##### **1. Bagi Tim Penggerak PKK Desa Berjo.**

Untuk mempersiapkan ibu-ibu PKK rutin Desa Berjo dalam menghadapi menopause sebaiknya TP

PKK benar-benar memberikan penjelasan dan pengertian tentang menopause sebaik mungkin kepada ibu-ibu yang meliputi kesehatan psikologis dan fisiologis. Bisa juga dengan menghadirkan dokter atau bidan setempat untuk memberikan penyuluhan masalah menopause.

#### **3. Bagi peneliti selanjutnya**

Karena penelitian ini hanya terbatas pada selisih usia pasangan suami istri, maka untuk peneliti selanjutnya perlu dikembangkan variabel-variabel atau faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi menopause pada seorang wanita, misalnya perbedaan kecemasan dalam menghadapi menopause ditinjau dari status perkawinan, perbedaan kecemasan dalam menghadapi menopause ditinjau dari status pekerjaan, sebab-sebab kecemasan dalam menghadapi menopause.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2002). *Prosedur penelitian suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariskawati, N. (2002). *Pengaruh dukungan sosial suami terhadap kecemasan istri pra menopause*. Skripsi, UMM.
- Azwar, S (2000). *Sikap manusia dan pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_ (2001). *Validitas dan realibilitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bromwich, P. (12003). *Menopause*. Bandung: Arcan.
- Chaplin. (2001). *Kamus psikologi*. Jakarta: Rajawali Press..
- Grenwood, S. (1999). *Menopause secara alami*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Harlock, E B. (2000). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Istianah. (2000). *Perubahan psikologis yang dialami wanita pada masa pra menopause*, Skripsi UMM.
- Kartono, K dan Gulo, D. (2003). *Kamus psikologi*. Bandung: Pionir Jaya
- \_\_\_\_\_ (1993). *Psikologi wanita Jilid II, mengenal wanita sebagai ibu dan nenek*. Bandung: Mandar Maju
- \_\_\_\_\_ (1998) *Psikologi abnormal dan abnormalitas seksual*. Bandung: Mandar Maju.
- Kasdu, D. (2002). *Kiat sehat dan bahagia diusia menopause*, Bekasi, Puspa Swara.
- Kerlinger, FN. (2003). *Asas-asas penelitian behavioral*. Yogyakarta: Gajah mada university press.
- Kusuma, HH. (2003). *Hukum perkawinan menurut perundang-undangan hukum adat dan hukum agama*. Bandung: Mandar Maju.
- Mustopo, S. (2005). *Perawatan kesehatan menopause alami*. Bandung: Harapan Baru.

Rahayu, RL. (2003). *Hubungan penyesuaian diri pada menopause dengan minat seksual pada wanita dewasa madya*. Malang: Skripsi UMM.

Rumantiningih, N (2001). *Perbedaan penyesuaian perkawinan ditinjau dari selisih usia suami istri*, Malang: Skripsi UMM.

Undang-undang pokok perkawinan. Jakarta: Bumi Aksara..

Walgito, B. (2000). *Bimbingan dan konseling perkawinan*. Yogyakarta: Andi Offset.

Yatim, F. (2001). *Haid tidak wajar dan menopause*. Jakarta: Obor.

Kuntjoro, ZS. (27 september 2002). Menopause. <http://e-psiikologi.com>

Maspaitella, ML. (5 maret 2004). *Perlu kematangan mental memasuki menopause*. <http://situs.kesrepro.info/aging/mar/2004/ag01.htm>

Ronosulistyo. (22 Agustus 2004). *Pria pun bisa "menopause"*. <http://nusaindah.tripoid.com>

*Imge Tabloid*. Mei. (2004).