

HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN KESIAPAN WANITA DALAM MENGHADAPI MASA MENOPAUSE DI GAMPONG CEURIH

Nelva Riza*¹,

¹Universitas Bina Bangsa Getsempena

* Corresponding Author: nelva@bbg.ac.id

ARTICLE INFO

Article history:

Received : July 26, 2023

Revised : July 28, 2023

Accepted : July 31, 2023

Available online : July 31, 2023

Kata Kunci:

Dukungan Suami, Kesiapan Menopause

Keywords:

Husband's Support, Menopause Readiness.

ABSTRAK

Untuk meningkatkan kesiapan Wanita dalam menghadapi masa menopause dibutuhkan dukungan suami yang baik. Berdasarkan hasil survei pendahuluan di gampong ceurih didapatkan bahwa dukungan suami dalam menghadapi wanita yang menopause kurang baik. Sehingga dalam menghadapi masa menopause banyak Wanita yang tidak siap dalam menghadapinya baik secara fisik, psikologis dan spiritual. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause. Metode penelitian yaitu Survey Analitik dengan cara *Cross Sectional*. sampel adalah ibu menopause yang berusia 45-59 tahun, tinggal bersama suami sebanyak 78 orang, Alat ukur menggunakan kuesioner dengan teknik pengambilan sampel *Purposive Sampling*. Data yang dikumpulkan diolah dan dianalisis menggunakan *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan dukungan suami ($p=0,001$) dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause. Disarankan meningkatkan pelaksanaan penyuluhan Kesehatan reproduksi terutama tentang menopause kepada masyarakat.

ABSTRACT

Increasing women's readiness to face menopause requires the support of a good husband. Based on a preliminary survey in Ceurih Village, it was found that husbands' support in dealing with menopausal women was not good. So that is facing menopause, many women are not ready to face it physically, psychologically, and spiritually. This study aimed to determine the relationship between husbands' support and women's readiness to face menopause. The research method is Analytical Survey using Cross Sectional. The sample is menopausal women aged 45-59 years, living with their husbands as many as 78 people. Measuring tool using a questionnaire with purposive sampling technique. The data collected was processed and analyzed using Chi-Square. The results showed a relationship between husbands' support ($p=0.001$) and women's readiness to face menopause. It is recommended to increase the implementation of reproductive health counseling, especially about menopause, to the public.

This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license.
Copyright © 2021 by Author. Published by Universitas Bina Bangsa Getsempena



PENDAHULUAN

Data dari WHO (*World Health Organization*) tahun 2017 jumlah wanita di dunia yang memasuki fase menopause diperkirakan mencapai 1,94 milyar orang. Populasi wanita yang mengalami menopause di dunia mencapai 894 juta orang dan diperkirakan pada tahun 2030 mendatang jumlah perempuan di dunia yang memasuki masa menopause akan mencapai 1,2 miliar orang, artinya sebanyak 1,2 miliar perempuan akan memasuki usia lebih 50 tahun, dan angka itu merupakan tiga kali lipat dari angka sensus tahun 2000 jumlah perempuan menopause.

Seiring dengan peningkatan usia, banyak terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Namun pada suatu saat perkembangan dan pertumbuhan itu akan terhenti pada suatu tahapan, sehingga berikutnya akan terjadi banyak perubahan yang terjadi pada fungsi tubuh manusia. Perubahan tersebut biasanya terjadi pada proses menua, karena pada proses ini banyak terjadi perubahan fisik maupun psikologis. Perubahan tersebut paling banyak terjadi pada wanita karena pada proses menua terjadi suatu fase yaitu fase menopause (Proverawati, 2010).

Data di Amerika Serikat ada lebih dari 32 juta wanita menopause. Sesungguhnya menopause tidak terjadi pada usia tertentu saja, walaupun sebagian besar wanita mengalami menopause dekat dengan usia paruh baya. Usia rata-rata perempuan mengalami menopause di Amerika Serikat adalah 50-52 tahun, tetapi dalam beberapa kasus mungkin terjadi lebih awal atau lebih lambat. Tidak ada seorang pun yang dapat memastikan kapan menopause ini akan datang. Kebanyakan wanita akan mengalami pada usia 50 tahun tetapi tidak menutup kemungkinan jika terjadi lebih cepat atau lebih lambat (Mulyani, 2013).

Indonesia, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta perempuan menopause. Pada tahun 2016 saat ini di Indonesia baru mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4 % dari total populasi yang ada. Angka harapan hidup perempuan melonjak dari 40 tahun pada tahun 1930 menjadi 67 tahun pada tahun 2017. Sementara perkiraan umur rata-rata usia menopause di Indonesia adalah 48 tahun. Peningkatan usia harapan hidup menyebabkan jumlah perempuan yang mengalami menopause semakin banyak (Kemenkes RI, 2017).

Pada masa menopause terjadi penurunan hormon estrogen yang mempengaruhi fungsi reproduksi dan fungsi seksual semakin menurun, terdapat 67% wanita yang mengalami disfungsi seksual pada Wanita usia 40-65 tahun dari 370 orang Wanita premenopause (Ambler, 2014).

American Society for Reproductive Medicine menyebutkan pada wanita di atas 50 tahun, terdapat 13-18% yang mengalami osteoporosis, sedangkan osteopenia sekitar 37-50%. Keduanya akan meningkatkan kemungkinan terjadinya fraktur sebesar 15-20%. Patah tulang pangkal paha akibat osteoporosis diperkirakan akan meningkat tiap tahunnya menjadi 6,26 juta sampai tahun 2050. Di Amerika Serikat didapatkan 24 juta penderita *osteoporosis* yang memerlukan pengobatan, 80% diantaranya wanita. Sepuluh juta sudah jelas mengalami *osteoporosis*, dan 14 juta mengalami massa tulang yang rendah yang merupakan risiko tinggi terjadinya osteoporosis berat. Dari yang menderita osteoporosis kurang lebih 1,5 juta mengalami patah tulang, dan diperkirakan 37.000 orang meninggal tiap tahunnya akibat komplikasinya (Proverawati, 2010).

Sebagian besar wanita merasa takut saat menghadapi menopause, sehingga banyak masalah yang sederhana menjadi hal yang begitu besar dan bahkan bisa membuat seorang wanita menjadi putus asa menghadapi menopause. Terlebih lagi zaman sekarang ini wanita tidak mau terlihat tua atau pun menjadi tua. Apa yang dirasakan wanita menopause berbeda-beda, hal ini dikarenakan kondisi, pengetahuan dan penerimaan wanita itu sendiri. Berbagai dampak yang dialami oleh wanita yang telah mengalami menopause antara lain merasakan pergeseran perubahan-perubahan fisik dan psikologis (Proverawati, 2016).

Kondisi fisiologis dan psikologis wanita yang telah akan dan telah mengalami menopause sangat dipengaruhi oleh berbagai perubahan yang muncul di fase menopause. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor antara lain mengenali diri sendiri, adaptasi, merasakan penderitaan orang lain, perasaan kasih sayang, bersikap optimis, mengembangkan sikap empati, kepercayaan diri dan dukungan sosial. Dukungan sosial terutama dari suami yang merupakan orang pertama yang akan mengetahui perubahan yang terjadi pada pasangannya. Dukungan suami yang bisa diberikan berupa dukungan emosional (perasaan suka, cinta dan empati), bantuan instrumental (sarana, barang dan jasa), informasi (nasehat, saran) serta penghargaan (support, perhatian) (Ruspawan dkk, 2016).

Survei pendahuluan yang peneliti lakukan di Gampong Ceurih Kecamatan Ulee Kareng Banda Aceh berdasarkan dari wawancara yang dilakukan pada 10 orang ibu menopause di Gampong Ceurih didapatkan informasi bahwa kurangnya perhatian dari suami akan semakin menambah beban terhadap ibu yang menghadapi masa menopause. Maka oleh karena itu pentingnya dukungan suami dalam membantu ibu menghadapi masa menopausenya. Ibu kurang mengetahui mengenai kesiapan yang dilakukan pada

saat menghadapi masa menopause. Ibu menganggap bahwa keluhan pada saat menopause itu merupakan suatu penyakit dan tidak siap menghadapi menopause.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah Kurangnya perhatian dari suami akan semakin menambah beban terhadap ibu yang menghadapi masa menopause. Ibu menganggap keluhan yang dihadapi masa menopause merupakan suatu penyakit, maka untuk itu perlu diketahui hubungan dukungan suami dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause di Gampong Ceurih. Tujuan Penelitian Untuk Mengetahui Hubungan Dukungan Suami Dengan Kesiapan Wanita Dalam Menghadapi Masa Menopause di Gampong Ceurih.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah survei analitik. Rancangan pengukuran yang dilakukan secara *Cross Sectional*, yaitu rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (sekali waktu). Penelitian dilakukan di Gampong Ceurih pada bulan Maret - April 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu berusia 45-59 tahun yang tinggal di gampong ceurih berjumlah 259 orang. Sampel merupakan bagian dari populasi yang akan diteliti atau Sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 78 orang.

Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel dependen dan independen. Variabel dependen adalah Kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause. Variabel independent adalah dukungan suami.

Metode Pengumpulan Data dalam penelitian dengan menggunakan Data primer adalah diperoleh melalui daftar pertanyaan di kuesioner yang telah disusun sebelumnya berdasarkan tujuan penelitian kemudian diberikan kepada responden yaitu ibu menopause yang tinggal di gampong ceurih kemudian dilakukan wawancara. Data sekunder diperoleh dari laporan-laporan maupun dokumen-dokumen resmi melalui kepala desa dan pencatatan dilokasi penelitian.

Analisis data dalam penelitian ini analisis univariat menggunakan uji statistic deskriptif yang bertujuan untuk mendapatkan gambaran distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel yang diteliti yaitu dukungan suami dan kesiapan wanita

dalam menghadapi masa menopause. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel independen (dukungan suami) dan variabel dependen (kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause). Uji statistik digunakan *chi square* pada tingkat kepercayaan 95 % yaitu $\alpha = 0,05$. Dengan ketentuan bila nilai $p < 0,05$ maka ada hubungan yang bermakna antara kedua variabel tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Umur (Tahun)		
45-49	35	44,9
50-54	29	37,2
55-59	14	17,9
Tingkat Pendidikan		
SD	4	5,1
SMP	35	44,9
SMA	29	37,2
PT	10	12,8
Pekerjaan		
IRT	45	57,7
Wiraswasta	23	29,5
PNS	10	12,8

Tabel 1 menunjukkan penelitian yang dilakukan pada 78 responden bahwa paling banyak responden berumur 45-49 tahun sebanyak 35 orang (44,9%) dan paling sedikit berumur 55-59 tahun sebanyak 14 orang (17,9%). Berdasarkan tingkat Pendidikan bahwa paling banyak responden berpendidikan SMP sebanyak 35 orang (44,9%) dan paling sedikit PT sebanyak 10 orang (12,8%). Berdasarkan pekerjaan paling banyak responden IRT sebanyak 45 orang (57,7%) dan paling sedikit ibu yang PNS sebanyak 10 orang (12,8%).

Tabel 2. Distribusi Responden berdasarkan Kesiapan Menghadapi Menopause, Dukungan Suami di Gampong Ceurih

Variabel	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Kesiapan Wanita Menghadapi Menopause		
Tidak Siap	42	53,8
Siap	36	46,2

Variabel	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Dukungan Suami		
Tidak Mendukung	46	59,0
Mendukung	32	41,0

Tabel 2 dapat menunjukkan bahwa kesiapan anita dalam menghadapi menopause sebanyak 42 orang (53,8) tidak siap dan siap sebanyak 36 orang (46,2%). Berdasarkan kategori dukungan suami dalam menghadapi menopause sebanyak 46 orang (59,0%) tidak mendukung dan kategori dukungan suami yang mendukung sebanyak 32 orang (41,0%).

Hubungan Dukungan Suami dengan Kesiapan Wanita dalam Menghadapi Masa Menopause di Gampong Ceurih

Tabel 3. Hubungan Dukungan Suami dengan Kesiapan Wanita dalam Menghadapi Masa Menopause di Gampong Ceurih

DUKUNGAN SUAMI	Kesiapan				Jumlah		X ²	p
	Tidak Siap		Siap		n	%		
	n	%	n	%	n	%		
Tidak Mendukung	32	41,0	14	17,9	46	59,0	11,148	0,001
Mendukung	10	12,8	22	28,2	32	41,0		

Hasil analisis hubungan dukungan suami dengan kesiapan terdapat 32 (41,0%) dari 46 orang yang dukungan suami tidak mendukung dengan kesiapan dalam kategori tidak siap, sedangkan yang dukungan suami mendukung ada 10 (12,8%) dari 32 orang yang kesiapannya dalam kategori tidak siap. Hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai *p* ($0,001 < 0,05$) berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause.

Semakin tua maka semakin banyak perubahan yang dapat membuat wanita cemas dalam menghadapi menopause. Salah satu diantaranya adalah memasuki masa menopause. Kondisi tersebut membuat kekhawatiran tersendiri sehingga diperlukan pengertian dari suami dan anak-anak sebagai anggota keluarga terdekat. Pada saat itu seorang wanita membutuhkan pengertian atas ketidakstabilan emosi yang dialami oleh dukungan yang positif. Sebagai contoh adalah membantu pekerjaan rumah tangga sehari-hari. Pada saat tersebut, komunikasi yang baik harus tetap dijaga agar dapat saling mengerti dan mencari jalan keluar yang terbaik apabila hal tersebut menjadi masalah (Kasdu, 2002).

Dukungan sebagai 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. Dukungan suami merupakan salah satu faktor yang paling baik dalam membantu istri mengatasi kecemasan yang dialami sehingga bisa dijadikan koping istri untuk menghadapi sumber stresor baik stresor internal maupun stresor eksternal (Setiadi, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Desi Prambandani pada tahun 2009 tentang hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause. Bahwa terdapat hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause dengan nilai $p=0,000 < 0,05$ berarti ada korelasi yang signifikan.

Hasil penelitian Nurlaila tentang pengaruh peran suami dan persepsi diri terhadap kesiapan psikologi dalam menghadapi masa klimakterium menunjukkan bahwa berdasarkan hasil uji chi-square nilai $p=0,007$ ($p < 0,05$) sehingga terdapat pengaruh peran suami terhadap kesiapan psikologi dalam menghadapi klimakterium.

Hasil penelitian ini sejalan yang dilakukan Azizah Fahlia tentang hubungan dukungan sosial suami dengan kesiapan istri menghadapi menopause. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa koefisien korelasi sebesar 0,606 dengan $p=0,000$ ($p < 0,05$) arah hubungan variabel ini positif, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial suami maka semakin tinggi kesiapan istri menghadapi menopause. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial suami maka semakin rendah pula kesiapan istri menghadapi masa menopause.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Tri Sabatini (2016) tentang Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kesiapan Wanita Premenopause dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Patangpuluhan Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta dengan hasil yang didapatkan hasil uji chi-square dengan $P \text{ Value} = (0,035 < 0,05)$ sehingga terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan wanita premenopause dalam menghadapi menopause.

Dukungan keluarga yaitu informasi verbal, sasaran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau pengaruh pada tingkah laku penerimaannya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan social, secara emosional merasa lega diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya (Ruwaida, A. Dkk, 2006).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Ana Ruwaida, dkk (2017) tentang Hubungan Antara Kepercayaan Diri dan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Kelurahan Gempol Kabupaten Klaten bahwa didapatkan hasil terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan ibu menghadapi menopause dengan P Value = $(0,01 < 0,035)$.

Menurut peneliti, selain sebagai pendamping hidup, suami juga merupakan penyemangat dan memotivasi istri dalam menghadapi menopause. Masa menopause merupakan masa yang berat bagi seorang wanita, karena pada masa ini akan terjadi penurunan organ reproduksi. Seorang wanita akan mengalami beberapa perubahan pada tubuhnya sehingga dapat mengakibatkan wanita dalam menghadapi menopause kurang siap dalam menerima perubahan yang terjadi pada dirinya. Dukungan suami yang baik atau mendukung terhadap kesiapan istri menghadapi menopause akan sangat membantu wanita menopause dalam menghadapi kesiapan menopause baik secara fisik, psikologis dan spiritual.

(1)

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada wanita Menopause di Gampong Ceurih mayoritas ibu-ibu menopause (42 orang) belum siap menghadapi masa menopause. dapat disimpulkan bahwa dukungan suami tentang menopause berhubungan signifikan dengan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause.

Saran

1. Bagi ibu-ibu yang menghadapi masa menopause agar mencari informasi khususnya tentang menopause sehingga dapat meningkatkan pemahaman tentang bagaimana cara menghadapi menopause supaya wanita dalam menghadapi masa menopause siap secara fisik, mental dan spiritual.
2. Bagi keluarga/Masyarakat Gampong Ceurih dalam menghadapi masa menopause agar lebih aktif dalam mencari informasi baik dari petugas kesehatan maupun media-media yang ada sehingga dapat menambah pengetahuan untuk menghadapi kesiapan menopause.
3. Bagi tenaga kesehatan agar meningkatkan pelaksanaan penyuluhan Kesehatan reproduksi terutama tentang menopause kepada masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

- Ambler S. *The Elements of UML 2.0 Style*. 2014. Cambridge: University Press.
- Azizah, F., 2014. Hubungan Dukungan Sosial Suami dengan Kesiapan Istri Menghadapi Menopause.
- Desi Prabandani. 2009. Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause di Perumahan Griya Cipta Laras Wonogiri
- Kasdu, D., 2002. *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*, Jakarta: Puspa Swara
- Kemenkes RI (2017) *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemenkes.
- Mulyani, N.S., 2013. *Menopause Akhir Siklus Menstruasi pada Wanita di Usia Pertengahan*, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Notoatmodjo, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurlaila, Rahmayani., 2013. Pengaruh Peran Suami dan Persepsi Diri Terhadap Kesiapan Psikologi Dalam Menghadapi Masa Klimakterium di Desa Lampaseh Kota Banda Aceh
- Nurmala, 2013. Hubungan Pengetahuan, Peran Suami dan Usia pada Wanita Dalam Menghadapi Masa Menopause di Desa Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh
- Proverawati, A., 2010. *Menopause dan Sindrome Premenopause*, Yogyakarta: Nuha Medika
- Proverawati (2016) *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Untuk Kebidanan*. Jogjakarta: Nuha Medika
- Ruspawan, I. D., Rosiladewi, G. A., & Lestari, N. K. (2016). Dukungan Suami Dengan Kualitas Hidup Pada Wanita Menopause. *Jurnal Gema Keperawatan* Volume 9 Nomor 1, 50-56.
- Ruwaida, A, Salmah, L, dan Rosana, D. 2006. Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Keluarga Dengan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause, 8.
- Setiadi. *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*. 2016. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- WHO, 2017. *World Health Statistics*, *World Health Organization*.