

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam rentang kehidupannya, manusia akan selalu mengalami perkembangan. Rentang kehidupan manusia terbagi menjadi sepuluh tahapan periode, dimana setiap periode memiliki tugas perkembangan masing-masing yang harus dipenuhi oleh setiap individu. Salah satu dari sepuluh tahapan periode yaitu periode dewasa. Periode dewasa merupakan periode dimana individu telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya (Hurlock, 1980:246).

Hurlock (1980:246) membagi masa dewasa menjadi tiga periode yaitu: 1) masa dewasa awal yang dimulai dari usia 18 tahun sampai kira-kira 40 tahun, 2) masa dewasa madya yang dimulai dari usia 40 tahun sampai pada umur 60 tahun, dan 3) masa dewasa lanjut yang dimulai pada usia 60 tahun sampai kematian. Ketiga periode dewasa tersebut memiliki tugas perkembangan masing-masing. Dalam penelitian ini subjek yang akan diteliti adalah dewasa madya. Salah satu tugas perkembangan pada dewasa madya yaitu penerimaan dan penyesuaian diri dengan berbagai perubahan di dalam hidupnya.

Seiring dengan bertambahnya usia, dewasa madya akan mengalami perubahan-perubahan dalam hidupnya baik secara fisik, fisiologis, kognitif, emosi, sosial, dan juga psikologis. Dari seluruh perubahan-perubahan tersebut, perubahan

fisiologislah yang paling disadari, antara lain klimakterik bagi pria dan menopause bagi wanita.

Menopause terjadi ketika wanita berhenti berovulasi, menstruasi, dan tidak lagi dapat hamil (Papalia, 2008:739). Sekitar usia 30 sampai dengan 40 tahun, produksi ovarium yang masak dari seorang wanita mulai menurun seiring dengan menurunnya produksi hormon estrogen. Periode perlambatan produksi hormon dan ovulasi sebelum terjadinya menopause disebut *premenopause*. Masa ini biasanya terjadi selama 4-5 tahun, dan dimulai sebelum menopause itu sendiri (Brown, 2007:16). Hal ini ditandai dengan menstruasi yang menjadi tidak teratur, dengan aliran yang semakin sedikit dan siklus menstruasi yang semakin panjang, sampai akhirnya menstruasi tersebut terhenti sama sekali.

Menurut Badan Pusat Statistik, pada tahun 2006 Indonesia mempunyai 14 juta wanita menopause. Bahkan pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta wanita menopause (Badan Kependudukan Keluarga Berencana, 2006).

J. Randolph dan Sowers (1999) melakukan penelitian pada perubahan-perubahan *premenopause* pada 500 wanita di Amerika. Pada usia 40 tahun, beberapa perubahan hormon yang dikaitkan dengan *premenopause* mulai terjadi. Sekitar 80% wanita mulai tidak teratur menstruasinya. Hal ini ditandai dengan menstruasi yang menjadi lebih sedikit atau lebih sebentar waktunya dibanding biasanya, atau malah lebih banyak dan lebih lama (Northrup, 2006:150).

Setiap perubahan-perubahan yang di alami saat *premenopause* tidak selalu menimbulkan akibat yang sama bagi setiap individu, sehingga reaksinya tentu akan berbeda pula. Tidak semua wanita mempersepsikan bahwa menopause

adalah sesuatu yang normal dan pasti akan terjadi dalam fase kehidupan. Terkadang para wanita dilanda ketegangan, kecemasan, bahkan depresi ketika gejala-gejala menopause sudah mulai tampak pada dirinya. Mereka takut tidak dapat memberikan kepuasan seksual terhadap pasangan, atau merasa tidak berguna karena sudah tidak dapat hamil dan memberikan keturunan. Masih banyak alasan-alasan lain yang membuat wanita mengalami kecemasan ketika akan menghadapi fase menopause, padahal menopause merupakan satu fase kehidupan yang harus dialami dan tidak dapat dihindari oleh setiap wanita. Cara wanita memandang menopause bergantung pada nilai menjadi muda dan menarik yang diyakininya, sikapnya terhadap peran wanita, dan situasinya sendiri (Papalia, 2008:740).

Kecemasan akan tibanya masa menopause juga dirasakan Ny. E (50), salah satu warga di kota B. Dia merasa takut dan khawatir akan kehilangan suaminya karena gairah seksual yang menurun dan kecantikan memudar. Lalu Ny. N (49), yang mengaku masih mendapat haid, tetapi datangnya sudah tidak teratur lagi. Menopause menimbulkan kekhawatiran terjadinya berbagai penyakit yang banyak menyerang wanita menopause, seperti keropos tulang, kanker usus besar, dan penyakit lain (Badan Kependudukan Keluarga Berencana).

Penelitian kualitatif tentang Kecemasan pada Wanita yang Menghadapi Menopause yang dilakukan oleh Triana Rostiana dan Ni Made Taganing menghasilkan temuan bahwa subjek yang diteliti mengalami gejala menopause yang ditandai oleh mulai tidak teraturnya menstruasi. Subjek mengalami gejala kognitif, yaitu gangguan tidur, lebih cemas, grogi, panik dan sulit konsentrasi

yang baru subjek alami sejak enam bulan terakhir ini. Subjek mengalami gelisah karena membayangkan bagaimana bila sudah tidak menstruasi lagi, ditambah lagi perasaan tidak nyaman, khawatir dan gemetaran yang berlebihan akan menghadapi menopause.

Hasil penelitian dari jurnal yang berjudul Hubungan Persepsi tentang Menopause dengan Tingkat Kecemasan pada Wanita yang Menghadapi Menopause (Christiani dkk, 2000), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara persepsi tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita yang sedang menghadapi menopause. Semakin positif persepsi seorang wanita tentang menopause, maka akan semakin rendah tingkat kecemasannya. Begitu pula sebaliknya, semakin negatif persepsi seseorang, maka akan semakin tinggi tingkat kecemasannya.

Sebenarnya persepsi negatif tersebut tidak akan terjadi jika wanita telah lebih dahulu memiliki pengetahuan tentang menopause itu sendiri. Dengan begitu wanita tidak akan memandang menopause sebagai sesuatu yang menakutkan. Setidaknya dengan mengetahui gejala-gejala dan dampak-dampak dari menopause, wanita menjadi lebih siap untuk menerima keadaan dirinya dan tidak akan merasa cemas. Adanya perbedaan penghayatan terhadap menopause dapat terjadi karena adanya perbedaan persepsi. Setiap wanita dapat memiliki persepsi yang berbeda terhadap stimulus yang sama.

Wanita harus dapat melakukan penyesuaian diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi. Mereka harus benar-benar menyadari bahwa fisiologisnya sudah tidak mampu untuk berfungsi lagi seperti sebelumnya dan menyadari

kenyataan bahwa kemampuan mereproduksi sudah mulai berkurang atau bahkan berhenti.

Peneliti telah melakukan studi pendahuluan terhadap 10 wanita dewasa madya di RT 02 RW 06 Kecamatan Sukasari Kelurahan Isola. Seluruh subjek yang diwawancarai sudah mulai mengalami gejala-gejala menopause seperti siklus menstruasi yang tidak teratur, darah menstruasi yang sangat banyak atau bahkan sangat sedikit, kesemutan pada kaki dan tangan, dan juga mudah letih. Berdasarkan studi tersebut diperoleh hasil, yaitu:

1. Delapan dari sepuluh wanita mengaku mengalami kecemasan ketika akan menghadapi menopause. Terdapat berbagai alasan mengapa mereka mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause, antara lain belum siap menghadapi menopause karena masih terlalu muda, memiliki suami yang masih muda, tidak siap untuk menjadi tua dan takut tidak dapat melayani suami lagi ketika menopause tiba. Diantara sekian alasan tersebut, pada umumnya mereka takut kepuasan seksualnya akan menurun atau bahkan hilang sehingga mengakibatkan mereka tidak dapat melayani suaminya dengan baik lagi seperti sebelum mengalami menopause, dan mereka memiliki anggapan bahwa wanita menopause akan banyak terkena penyakit.
2. Dua dari sepuluh subjek yang diwawancarai mengaku tidak mengalami kecemasan karena merasa menopause adalah fase alami yang pasti terjadi pada semua wanita dan juga tidak mengetahui apa saja gejala-gejala dari menopause tersebut.

Masih banyaknya wanita dewasa madya yang memiliki persepsi negatif tentang menopause dapat menimbulkan dampak psikologis, yang disebabkan kurangnya pengetahuan tentang menopause. Untuk itu peneliti tertarik untuk mengkaji masalah ini.

B. Rumusan Masalah

Hubungan antara persepsi dengan tingkat kecemasan yaitu bagaimana individu mempersepsikan peristiwa yang ada akan sangat mempengaruhi kondisi emosionalnya. Ketika individu mempersepsikan suatu peristiwa secara negatif, maka akan timbul suatu kecemasan dalam diri individu pada saat akan mengalami peristiwa tersebut.

Berdasarkan uraian permasalahan tersebut, maka ditetapkan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana profil persepsi wanita dewasa madya tentang menopause?
2. Bagaimana profil tingkat kecemasan wanita dewasa madya yang akan menghadapi menopause?
3. Apakah terdapat hubungan antara persepsi tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita dewasa madya yang menghadapi menopause?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. persepsi wanita dewasa madya tentang menopause, dan
2. tingkat kecemasan wanita dewasa madya yang akan menghadapi menopause,

3. hubungan antara persepsi tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita dewasa madya yang menghadapi menopause.

D. Manfaat Penelitian

Secara teoritis dan praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak. Adapun manfaat yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam bidang psikologi perkembangan mengenai hubungan persepsi tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita dewasa madya yang menghadapi menopause.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak. Adapun manfaat yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

- a. Untuk wanita dewasa madya yang akan menghadapi menopause, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan acuan untuk lebih memahami tentang menopause sehingga selanjutnya diharapkan wanita dewasa madya tidak akan mengalami kecemasan ketika menghadapi menopause.

- b. Untuk Jurusan Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia dapat menambah referensi dan pengetahuan tentang menopause, karena sebelumnya belum ada skripsi yang membahas mengenai topik ini.
- c. Untuk peneliti selanjutnya dapat dijadikan sebagai referensi dengan tema penelitian yang terkait.

E. Asumsi

Asumsi atau anggapan dasar yang menjadi landasan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Persepsi merupakan suatu proses ketertarikan individu untuk mengetahui segala sesuatu yang terdapat di luar dirinya, tentang berbagai kejadian yang menimbulkan gerakan otak manusia untuk mengesani melalui pemahaman dan penafsiran yang subjektif terhadap objek-objek bersangkutan (Chaplin dalam Marliany, 2010:188).
2. Kecemasan adalah ketakutan yang tidak nyata, suatu perasaan terancam sebagai tanggapan terhadap sesuatu yang sebenarnya tidak mengancam (Sobur, 2009:345).
3. Menurut Badan Pusat Statistik, pada tahun 2006 Indonesia mempunyai 14 juta wanita menopause. Bahkan pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta wanita menopause (Badan Kependudukan Keluarga Berencana, 2006).
Keadaan ini membutuhkan perhatian baik dalam segi kesehatan dan juga pengetahuan mengenai menopause bagi setiap wanita.

4. Keadaan emosi individu dapat disebabkan oleh cara individu memandang berbagai hal. Sebelum individu merasakan suatu peristiwa, individu harus memahami apa yang sedang terjadi pada dirinya. Jika pemahaman individu mengenai apa yang sedang terjadi itu tepat, maka emosinya akan stabil. Namun jika persepsi itu kurang tepat serta menyimpang, maka tanggapan emosional akan menyimpang (Jurnal Psikologi 2000, No. 2, 96-100).
5. Ketika akan menghadapi menopause, individu akan membentuk persepsinya mengenai menopause berdasarkan informasi dan pengetahuan yang telah dimiliki sebelumnya. Jika individu menganggap menopause sebagai sesuatu yang mengancam bagi dirinya, maka akan timbul kecemasan ketika gejala-gejala menopause muncul. Sebaliknya jika individu menganggap menopause sebagai sesuatu yang alamiah dan pasti akan terjadi pada semua wanita, maka individu tidak akan mengalami kecemasan ketika akan menghadapi menopause.

F. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah “Terdapat hubungan antara persepsi tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita dewasa madya yang menghadapi menopause”.

Hipotesis statistik yang akan diuji, yaitu:

$$H_0 : \rho = 0$$

$$H_a : \rho < 0$$

Keterangan:

$H_0 : \rho = 0$

Tidak terdapat hubungan antara persepsi tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita dewasa madya yang menghadapi menopause.

$H_a : \rho < 0$

Terdapat hubungan antara persepsi tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita dewasa madya yang menghadapi menopause.

G. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Data diuji dengan uji korelasional yang menghubungkan dua variabel. Yang merupakan variabel bebas dalam penelitian ini adalah persepsi, sedangkan variabel terikat adalah kecemasan.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua instrumen, yaitu:

1. Untuk mengukur persepsi tentang menopause, peneliti menggunakan teori menopause dari Hurlock dengan bentuk skala *Likert*. Skala *Likert* (Sugiyono, 2010: 93) digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Jawaban setiap instrumen yang menggunakan skala *Likert* mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif.
2. Untuk mengukur tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause maka akan digunakan skala TMAS (*Taylor Manifest Anxiety Scale*). Skala TMAS mengukur tingkat kecemasan berdasarkan munculnya gejala fisiologis dan

psikologis. Terdiri dari 50 item dengan pilihan jawaban yang berbentuk dikotomi, yaitu “ya” dan “tidak”. Dalam penilaian, jika subjek menjawab sesuai kunci maka akan mendapat nilai 1, jika jawaban salah mendapat nilai 0. Semakin tinggi nilai yang diperoleh subjek, maka akan semakin tinggi tingkat kecemasannya. Sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh berarti semakin rendah kecemasan yang dialami oleh subjek (Jurnal Psikologi no.2, 96-100).

Perhitungan statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik korelasi Rank Spearman dengan menggunakan bantuan *software* SPSS.13.0. Dengan teknik korelasi tersebut, peneliti ingin melihat hubungan antara variabel yang satu dengan yang lainnya.

H. STRUKTUR PENULISAN

Struktur penulisan dalam skripsi adalah sebagai berikut:

- BAB I Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, asumsi, hipotesis, dan metode penelitian
- BAB II Berisi kajian teori dan kerangka berpikir.
- BAB III Metode penelitian yang memuat tentang lokasi dan sampel penelitian, desain penelitian, definisi operasional, instrumen penelitian, proses pengembangan instrumen, teknik pengumpulan data, serta analisis data penelitian.

BAB IV Memuat hasil analisis data dan pembahasan.

BAB V Memuat kesimpulan dan saran.

